

중년기 발달단계를 중심으로 한 간호중재

김 옥 수

〈성콜롬반 간호 전문대학교수〉

Erickson은 인간이 정신, 사회적성숙에 도달하는 과정에서 모든 사람들이 거쳐야 할 8가지 발달관계가 있다고 했는데 그중 7번째의 단계는 성인기로 이시기에 행해져야할 발달과업은 생산성이면, 개인은 대부분의 에너지를 가정, 사회생활에 투자하게 된다. 만일, 이시기에 긍정적으로 생산성의 과업이 해결되지 않으면 부정적인 결과로 자기흡수(Self-Absorption)가 일어나게 된다. 자기흡수는 자아실현을 제거하는 요인이 되며 정체(Stagnation)를 일으키게된다. 성인기의 전단계로는 청년기(Young Adulthood)가 있는데, 청년기에서 성인기로 넘어가는 과정은 분명하지 않으며 일관성이 없다. 왜냐하면 인간에게 일어나는 변화는 개별적이기 때문에 측정할 수 없는것이며, 또 반드시 나이와 관계되는것도 아니기 때문이다. 성인기 이전의 발달단계에서 이루어 놓은 발달수준이 성인이 된다는데 크게 기여하는데 즉, 각 발달의 양상과 정도가 성인의 질, 특성, 습관, 장점 및 단점을 결정하는데 기본이 된다.

인간이 성인기에 도달하면 그는 이미 신체적, 지적, 정서적, 사회적으로 근본적으로 성숙된다. 그리고 사회는 많은 것을 개인에게 기대하며 요구한다. 이 시기에는 사회가 개인에게 2가지 과업을 기대하는데, 한가지는 개인이 그의 경력내에서 성숙하는 것이며 또 한가지는 그가 자녀의 성장을 지혜와 힘으로 지켜보는 것이다. 그가 경력내에서 성공하고, 또 좋은 배우자가

되고, 좋은 부모가 되기 위해서는 많은 에너지와 노력이 요구된다. 또 사회는 그가 경력과 가족생활내에서만 성공하는것 뿐만아니라 그가 에너지, 창조성, 흥미를 갖고 자발적으로 사회에 봉사할수 있기를 또한 요구한다. 생산성의 시기인 성인기에 대부분의 개인은 책임있는 지위를 갖기때문에 정서적지지, 재정적지지, 중요한 의사결정에 있어서 많은 사람들이 다양한 방법으로 그를 의존하게된다. 만일 이러한때 병원에 1주, 1달 또는 그이상을 입원해 있다면 그의 입원은 그 자신을 비롯한 주위사람들을 위해 의미있게 해석되어야 할것이다. 이시기에는 대체로 직장을 갖거나, 바쁘게 공공생활을 하며 교회나 모임, 그리고 그의 활동에 참여하여 생산적인 면에서 사회에 기여하는 구성원의 역할을 하므로 이기간을 입원이나 또다른 이유트인해 성공적으로 보내지 못하면 자기실현보다는 오히려 침체와 자기흡수의 부정적인 결과가 일어나게된다.

성인기의 초기에 있어서 중요한 건강문제중의 하나는 만성퇴행성질환이 나타날수 있다는 것이다. 예를들어 다발성경화증의 진단이 내려졌을 때 그가 직업을 가질때의 문제라든가, 결혼에 대해 야기되는 문제, 배우자에게 주는 문제, 또 자녀들에게 어떤 의미를 주게되는지가 문제가 된다. 만성퇴행성질환은 완쾌되도록 치료되지 않으며, 다만 계속적으로 관리를 해야한다. 이러한 경우에 있어서 개인과 그들의 가족; 동료

는 질병을 둘러싼 많은 갈등을 이해하고 해결하는데 많은 도움을 필요로 한다. 이러한 문제들은 개인, 가족의 관계에 긴장을 야기시키기 때문에 즉각적인 조절이나 적응도 해야하며, 또 만성질환이기 때문에 질병의 경과가 진행될 때 따라서 요구되어지는 지속적인 조절이나 적응도 해야된다. 이때 문제에 당면한 개인이나 가족은 심리적으로 적응하기 위한 도움을 요구할 뿐 아니라 실제적인 도움도 필요로 한다. 따라서 이런 경우에 간호원은 지역사회내의 자원을 알아서 그들을 적절한 사람에게 의뢰할 수 있어야 한다.

생산성시기의 마지막 단계에 있어서 개인에겐 생활학적 성숙이 일어나게되며 대부분의 관심은 건강분야에 있게된다.

즉, 성인기의 후반기는 갱년기의 시기라고 할 수 있다. 남자는 갱년기의 증상이 여자처럼 두드러지지 않지만, 생식선과정의 감소와 관련하여 호르몬의 균형이 변경되며, 과거에 가졌던 생각이나 행동과 비교할때 차이를 느끼게된다. 정서와 태도의 변화는 에너지의 감소나 직업에의 성공, 가정에서의 스트레스와 관련되어 생긴다. 성반응이 감소하고 이로 인해 우울해지고 행동의 변화가 오고 부부간에도 문제가 올 수 있다. 여자의 경우에는 Estrogen과 Progesterone의 분비능력 감소로 월경량이 점차적으로 감소하고 마침내 월경이 중단되어 생식능력이 중단되는 폐경기가 온다. 또한 폐경을 전후해서 다양한 신체적증후가 나타난다. 과거로부터 여성의 사회적가치는 생산능력으로 정의되어 왔기때문에 성인기의 부정적인 역할의 변화는 폐경과 관련이 있다고 보아진다. 여성들은 생산기가 지난후 신체적매력, 성적매력과 사회적인 가치가 감퇴한다고 생각되고 있으며 폐경은 피할수없는 노화의 증거가 되기 때문에 두려워하고 있다. 이러한 성숙과업을 통해갈때 여성의 신체에 관한 심리, 생리학적 문제는 이시기의 환자를 간호할 때 고려해야할 매우 중요한 요소이다. 그런데, 여성의 폐경기는 주로 그녀의 자녀들이 직장이나 결혼으로 인해 가정을 떠나는 시기와 일치하게 된다. 따라서 이시기의 대상자를 다룰때는

이러한 모든요소들이 어떻게 그녀가 자기흡수라는 성인기의 발달단계의 부정적인 요소에 적응능력을 갖게하는가를 고려해야 한다.

이상은 Erickson의 발달단계에 따른 성인기의 발달과업에 대해서 살펴보고, 이시기에 올 수 있는 만성퇴행성질병과 특징적인 갱년기를 예로 들었다. 성인기에 올수 있는 만성질병은 당뇨병 고혈압, 암, 관절염, 다발성경화증 등이 있는데 이중 당뇨병을 하나의 예로들어 사회정신적, 신체적 간호접근을 간략하게 제시하고자 한다.

당뇨병은 만성적 유전성질환으로 그 증상은 환자가 40~50대가 될때까지, 또는 신진대사장애에 많은 부담을 주기 전까지는 나타나지 않는다. 중년층에서 발생하는 당뇨병은, 췌장의 랑겔한스성세포가 기능을 가지므로 잘 계획된 치료를 하고 환자가 협조를 한다면 조절이 될 수 있으며 점차적으로 활기있는 생활을 영위해 나갈수있다. 당뇨병은 완치되는 질병이 아니고, 식이요법, 약물요법(인슐린주사, 경구용 혈당강하제)과 체중조절, 적당한 활동을 하며 감열과 정서적 긴장을 피하며 계속적으로 조절을 해야 한다. 당뇨병을 조절하기 위해서는 자신의 생활양식을 변화시켜야 하는데, 성인은 생활패턴이 어느정도 고정되어있기 때문에 반응은 개인에 따라 다르며, 그 질병의 의미는 환자의 연령, 생활방식및 그의 인생에서 중요한 일들에 근거를 두게 될것이다. 성인기에서는 가정, 직장, 사회활동, 여가선용에 상당한 정력을 쏟게되므로 이시기에 당뇨병으로 입원하게 되면 그의 가족이나 사회내에서 수행했던 역할에 변화가 오게된다. 한창 일해야할 연령이며 가정이나 직장에서도 중요한 의사결정가로서 책임있는 위치에 있게되는데 질병으로 입원하거나 직장을 쉬게되거나, 퇴원후에도 자가조절을 위한 운동과 휴식에 지장을 받게되면 개인은 stress를 받게된다. 또 당뇨병은 식이요법이 매우 중요한데 직장생활로 인해 불규칙한 식사나 동료와 함께하는 음주는 치료에 방해를 가져올 수 있으므로 환자 자신은 물론, 가족과 직장의 동료들도 함께 도와

<23페이지에 계속>

지면보수교육

발달과업을 성취하기 위해 노력하는 존재이다. 또한 각 환자는 자신의 유전적 자질, 과거와 현재의 독특한 경험을 가지고 있으며 뿐만아니라 병리적인 변화를 겪는 인간이다]라는 점을 항상 인식하여 질병반응을 예측하고 환자의 요구를 충족시켜 주어야한다. 청소년 간호의 초점은 주체성 확립을 위해 지지하고 돕는데 있다는 것이 명확해 졌다.

<참 고 문 헌>

1. Jane Frances Ronan, The Relationship of Illness to the Maturational Level of the Individual pp.385~399.
2. Grace, J. Craig, Human Development, Prentice-Hall, 1976, pp.401~430.
3. 정인석, 현대 청년발달심리학, 재등문화사, 1977, p.59, p.302.
4. 박예숙, 인간의 성장발달과 건강증진, 수문사, pp.134~143.
5. 박문희 외 3인, 아동간호학, 수문사, 1983, pp.201~225.

<25페이지에서 계속>

지면보수교육

주어야한다. 또 나이를 먹어감에따라 신체의 각 부분에 노화현상이 일어나게되는데 당뇨병의 조절이 잘 되지않으면 동맥경화증이 쉽게 올 수 있으므로 합병증예방에도 관심을 갖도록 교육해야 한다. 성인기 후기에 있어, 자녀들이 가정을 떠나는 시기가 오는데 당뇨병으로인한 생활패턴의 변화에 이러한 것이 겹치게되고 더 나아가서 몇 년기까지 경험하게되면 환자가 받는 심리적부담과 스트레스로 인해 질병의 올바른 관리가 방해 받을 수 있으므로 변화된 역할을 잘 받아들이고 과거의 부모로서 가졌다. 역할은 폐기하도록 하는등 그 상황을 긍정적으로 잘 받아들이도록 하며 변화된 환경에 서서히 적응하도록 도와주어야 한다. 만일 이러한 것이 성공적으로 이루어 지지않으면 생산기의 긍정적요소는 스트레스를 받아 부정적 요소인 자기흡수로 인해 환자는 침체하게 된다.

따라서, 당뇨병은 완치되지는 않지만, 자가간

호와 치료를 꾸준히 하게되면 정상적인 생활로 다시 돌아갈수 있다는 것을 인식시키고 또한 변화된 역할을 잘 받아들이고 적응하도록 도와주며, 가족과 그의 동료로 하여금 함께 치료에 동참하여 도울수 있는 방법을 교육하여 함께 참여시킬 필요가 있다고본다.

<참 고 문 헌>

1. Irene L. Beleand & Joyce Y. Passos, Clinical Nursing, Macmillan, 1975.
2. Luckmann & Sorensen, Medical-Surgical Nursing, Saunders, 1980.
3. Mary Topalis & Donna C. Aguilera, Psychiatric Nursing, Mosby, 1978.
4. 박예숙, 인간의 성장발달과 건강증진, 수문사, 1983.