

## 노년기 발달단계를 중심으로 한 간호 중재

태 영 속  
<복음간호전문대학교수>

### — 목 차 —

1. 노년기 성장 발달과 질병에 대한 이해
  2. 노년기의 성장 발달 과제
  3. 질환을 앓고 있는 노인환자에 대한 간호 중재
- 참고 문헌

노년기는 성장 발달의 마지막 단계로서 신체적, 정서적, 사회, 심리적인 면에서 다양하고 복잡한 문제에 직면되는 시기로 다른 어떤 연령보다도 간호 요구가 클 것이며 세심한 간호 중재가 필요될 것으로 생각된다.

### 1. 노년기 성장 발달과 질병에 대한 이해

인간은 유전적 소인을 갖고 태어나 일생을 통해 수많은 영향아래 적응, 혹은 부적응의 형태를 되풀이 하면서 성장해 나가서 노년기에 이르게 된다. 또한 이러한 성장의 과정은 개인마다 다르며 그 속도도 일정하지 않고 개별적이다. 개인에 따라 노년기에 들어가는 나이가 다르며 신체적인 노화가 노년을 알리는 결정적인 것이 된다. 노화는 일생동안 진행되며 사람에 따라 노화과정의 속도가 일정치 않고 어떤 사람은 신체의 구조가 빨리 노화하는가 하면 어떤 이는 천천히 노화된다. 노년기는 노화로 인한 취약점들이 집약되어 나타나는 시기이다. 신체적인 구조와 기능의 감퇴와 활폐화는 전 개체와 개인의 인격에 큰 영향을 미치며 노인의 사회적 역할에도

큰 변화를 가져온다. 각 신체기관의 활동력 감퇴, 각종 민감성의 감소, 기억력 장애와 정신적 능력의 감소, 학습능력의 저하로 인한 심리적 변화등은 환경의 변화에 적응할 수 있는 능력을 감퇴시켜 여러가지 복잡한 문제들을 야기케 된다. 성장의 모든 면은 서로 상호관련되어 나타나는 것이 특징인데 이것은 노인에게 있어 더욱 뚜렷하다. 노인이 질환을 앓게될때는 신체의 상호 관련성은 더욱 복잡하고 다양한 양상으로 나타나게되어 장기간의 회복기간을 요하게 되며 복잡한 합병증을 가져오게 된다. 따라서 노인을 대상으로 간호하는 경우 정상 노화과정과 이러한 과정으로 부터의 변이(deviation)를 이해한다는 것은 중요하며 노인의 간호요구는 노화과정의 차이에 따라 건강 연속체상에서 역동적으로 움직이기 때문에 그 요구 충족을 위해서는 복잡한 간호서비스를 요하게 될 것이다. 그러므로 노년기 환자 간호 중재는 그의 유전적 자질, 그의 종체적 생의 경험, 질병의 병리적 상태 모두를 고려해서 개입되어야 하며 환자의 단순한 질병 치유에만 목적을 둘 것이 아니라 환자의 전체 안녕(total wellbeing)을 지지할(support)수 있는 것에 그 목적을 두어야 될것이다.

### 2. 노년기의 성장 발달 과제

노년기에 성취되어야 할 발달 과제가 무엇인지를 이해하는 것은 보다 완벽한 간호 중재를 위해 중요하다고 생각된다. Erickson은 인간 발

달의 완전한 발달의 정점은 자아통합(integrity sense)이라고 했으며 이것은 성장의 마지막 시기인 노년기에서 성취되어야 할 과업으로 보고있다. 그의 배우자와 친구들과 성인 세계의 친구를 즐겨왔던 성인은 부모로서의 책임감과 그의 일에 대한 책임감을 적절히 충족하고 즐기게 되어 그의 생의 끝에 도달해서는 자아통합을 하며 자기의 한계성을 받아들이고 죽음과 삶에 대한 철학을 탐구하며 긍정적으로 인생을 돌아보게 된다고 했으며 반대로 발달이 완전히 성취되지 않은 노인은 그의 생애는 속았던 인생이고 다시 그의 생을 살수 있기를 바라며 자기가 무가치한 것으로 느끼며 죽음을 부정하며 절망감(despair)에 사로잡힌다고 했다. 이러한 자아 통합은 노년기에 자연스럽게 생기는 것이 아니고 어릴때 부터 인간 개개인의 특성이 시작되어 죽을수록 더욱 전 단계때의 성격 내지 적응행위가 어떠하였는가에 따라 마지막 시기의 특성이 나타난다고 했다. 자아통합의 발달 과제 외에 일반적으로 노년기에 성취되어야 할 발달 과제들은 다음과 같다.

- 1) 신체적 쇠퇴에 대한 적응
- 2) 직업 사회적 은퇴에 대한 적응
- 3) 한쪽 배우자와의 헤어짐에 대한 적응
- 4) 죽음에 대한 준비
- 5) 다같은 노인층끼리 유대를 맺는 일
- 6) 의미있는 생활철학 확립
- 7) 단쪽스런 생활 정리 유지

### 3. 질환을 앓고있는 노인환자에 대한 간호 중재 예시.

[예시]

67세의 김씨 할머니는 류마치스성 관절염으로 입원 하였다. 그녀는 4년 전 남편을 잃고 그때 부터 팔다리 관절에 부종기 통증이 나타났다. 그래서 가까운 약국에 가서 약(아스피린)을 지어먹고 한약방에서 좋다는 약도 먹어 보았지만 일시적 효과만 있었을 뿐 큰 차도가 없었다. 현재 관절 통증이 여전히 관절에는 기형과 경직까지 초래되어 걷지도 못하고 실상 생활을 지대

로 할수가 없게되어 입원하게 되었다. 그녀는 2남 2녀의 어머니로서 장남 집에서 지내고 있으며 경제적 상태가 넉넉치 못해 입원도 겨우 하게되었다. 그녀의 표정은 우울하며 괴로하고 창백해 보였고 가끔 울면서 ‘나의 인생은 실패했어, 왜 나에게서 이런 고통이 따르는지 몰라’라고 호소했다. 그녀의 보호자로 큰아들과 며느리가 가끔 올 뿐 거의 혼자서 지내는 때가 많았다.

위의 상황의 김씨 할머니의 간호 중재를 아태와 같이 몇가지로 나누어 생각해 보고자 한다.

#### 1) 균형 잡힌 휴식과 운동의 필요성

관절염의 급성기엔 안정이 필요하다. 특히 노인인 경우 쉽게 괴로움을 호소하므로 운동을 과도하게 하지 않도록 보호해야하며 부목을 적용하여 휴식을 제공하는 것도 좋다. 그러나 계속적인 안정은 욕창, 정맥염, 관절 경축등이 유발될수 있으며 특히 노인인 경우 신체 기능이 쇠퇴로 위의 합병증이 더욱 잘 나타날 수 있으므로 운동을 적당히 권장하는 것이 필요하다. 이때 관절 운동을 위한 개별적인 물리치료를 계획하는 것도 좋으며 김씨 할머니에게 적당한 휴식과 운동의 필요성을 설명해주고 운동의 방법을 가르쳐 준다. 보호자에게도 가르쳐 주어 협조를 얻도록한다.

#### 2) 좋은 영양 상태의 유지

류마치스성 환자에게는 고단백, 고비타민, 고철분 음식이 필요하다. 김씨 할머니의 평소식이 습관, 식욕상태, 경제력 등을 고려하여 식단을 계획하도록 하며 특히 그의 치아 상태를 고려하여 씹기 쉽고 소화가 잘되는 음식 중에서 그녀의 식욕을 들굴수 있는 음식의 선택이 필요하다. 할머니와 그녀의 보호자에게 식이의 중요성에 대해 충분히 설명해주고 식단을 계획할때 같이 참여하도록 한다.

#### 3) 치료약의 부작용 및 합병증에 대한 설명

장기적인 아스피린의 사용은 위장에 자극을 주게되어 위궤양을 유발하여 위장 출혈과 철분 결핍성 빈혈을 유발케된다는 것을 설명해 주고 복용시엔 다른 음식과 함께 먹도록 하며 정규적

인 혈액 검사를 받아 빈혈 상태를 확인하도록 한다. 또한 아스피린은 이명을 초래할 수 있으므로 주의 깊게 청력 상태의 관찰도 필요하다. 스테로이드 사용의 부작용으로는 루신증후군과 감염에 대한 저항력의 감소를 가져오게 되므로 특히 노인 환자에게 주의 깊은 관찰이 필요하다.

**4) 외모의 변화에 대한 적응 및 일상 생활 활동을 위한 재활계획.**

관절 기형이 왜 초래되는지를 설명해주고 기형을 받아들이실 수 있도록 격려하며 지지적인 간호를 제공한다. 관절 기형의 한계내에서 일상생활을 할 수 있도록 재활 계획 program을 계획하며 이때 물리 치료사의 도움을 얻도록 한다. 퇴원후 집에서 일상 생활을 잘 할 수 있도록 그녀에게 맞는 특별한 칫솔, 숟갈, 손잡이 등의 사용에 대해 환자와 보호자에게 가르쳐 준다. 불구가 심하고 일상 생활에 지장이 아주 심할때 수술을 하여 관절 기능을 복구하고 기형 교정을 할 수 있으나 김씨 할머니의 경우 경제력이 문제가 되므로 수술은 계획할 수가 없을 것 같다.

**5) 우울감(Depression)의 해소**

김씨 할머니는 외모의 변화와 등통, 만성화된 질환, 경제적인 문제 등으로 우울감에 빠져있다. 그녀는 '왜 자기가 이런 고통을 겪어야 하는지' 자기 자신의 질환에 대해 받아들이지 못하고 있다. 또한 그녀는 지속적인 치료비로 인해 자식에게 의존해야 된다는 생각에 부담을 느끼게 되며 감정의 폭발을 울음으로 나타내고 있다. 이러한 것들은 질병의 증상을 더욱 악화시킬 수 있으므로 그녀의 감정을 그대로 노출할 수 있도록 그녀의 이야기에 경청하도록 하며 지속적인 격려와 인내 지지를 해주도록 하고 적당한 오락활동을 권장해보고 부담없는 일거리를 주어 되도록 우울감에서 벗어 나도록 해준다.

**6) 고립감의 해소**

김씨 할머니는 장기간 입원하게 될 것이며 이로 인해 그녀는 가족과 떨어져 있어야 하며 친구들도 만날 수가 없다. 더군다나 보호자가 가끔 올 뿐 혼자 지내는 때가 많아 더욱 고립감을 느끼고 있다. 그녀의 자녀들에게 연락하여 자주

병원을 방문하도록 해주며 그녀의 친한 친구들에게도 연락하여 자주 방문할 수 있는 기회를 만들어 같은 병동의 다른 남녀 노인과의 친교를 맺을 수 있는 기회를 제공해 준다. 그리고 같은 방의 젊은 환자들과의 대화도 갖도록 하여 활기를 찾도록 해준다.

**7) 자아 통합(Integrity)의 발달과제 성취의 도모**

김씨 할머니는 자기의 인생은 실패한 것으로 생각하며 자기는 남편 없이 고생하면서 살아 왔으나 마지막 그 보상은 병략에 남은 것이 없다고 생각하며 절망감(despair)에 빠져 있다. 김씨 할머니의 과거의 성장과정, 경험, 사회 경제적 여러 요인에 의해 자아 통합의 발달 과업의 성취를 못한 것 같다. 그러나 현재 그녀가 자아 통합을 할 수 있도록 도와 주는 것은 필요할 것 같다. 우선 그녀 자신을 한 인간으로서 가치있게 받아들이도록 하며 그의 생의 변화에 따른 역할 폐기와 새로운 역할을 받아들이도록 하며 그의 신체적인 안락함에만 가치몰 두지 말고 인간 관계, 창조성, 정신 사회적 활동에 가치를 두어 신체적 불편을 극복하도록 한다. 또한 죽음이란 엄연한 사실에 대해 긍정적 견해를 발전시켜야 하며 지금까지의 자기의 삶을 구성해왔던 것들이 계속해서 의미를 줄 것이라 생각함으로써 긍정적 견해를 발전시켜야 한다. 내적인 만족감을 얻기 위해서는 미래에 대한 기쁜 심취가 필요하므로 신앙에 의존하게 하는 것도 좋은 간호가 될 것 같다.

**8) 퇴원 후의 추후 관리 계획**

류마치스성 관절염은 완치가 되지 않으므로 질환을 가지고 살아가는 방법에 대해 익숙해져야 한다. 정기적인 병원방문, 적당한 휴식과 활동의 중요성, 식이에 대한 중요성, 약물 복용법, 그녀의 신체의 한계내에서 일상 생활에서 자기간호(self care)하는 것 등에 대해 잘 교육시키며 가족에게도 함께 가르쳐 준다. 지역사회 다른 자원을 활용할 수 있도록 주선해주며 물리 치료실이 잘 설치된 병원을 알선하여 지속적인

(14페이지에 계속)

민영순의 2인, 교육심리학, 숙명여자대학교 출판부, 1980.

이기돈, 아동심리학, 시은 : 재동문화사, 1982.

유네스코한국위원회, 2000년대의 주인공인 오늘의 어린이, 서울 : 배영사, 1979.

이성진 · 리형진, 국가발전과 어린이, 서울 : 배영사, 1980.

B.S. Bloom, *Stability & Changes in human Characteristics*, N.Y.: John Wiley & Sons Inc.

1964.

M.F. Montagu, *Touching, the human significance of the Skin*, N.Y.: Columbia Univ. Press, 1971.

M.T. Erikson, *Child psychology*, N.J.: Prentice-Hall Inc., 1978.

John Eggleston, *Contemporary research in the sociology of education*, Barnes & Noble import division, Harper & Row publishers, Inc., 1974.

<28페이지에서 계속>

#### ☐ 지면보수교육

물리치료를 받을수 있도록 해준다. (이때 환자의 경제력을 잘 참조하여 실시한다)

#### 참 고 문 헌

- 1) Cary, S. Kart, *Aging & Health Biologic & Social Perspectives*, Addison-Wesley., 1978, pp. 44~50.
- 2) Beland, I., *Clinical Nursing-Pathophysiological*, pp. 99~125.
- 3) Brunner/Suddarth, *Medical-Surgical Nrg*, Lippincott, 1980, pp. 1322~1339.
- 4) Larson, C.B., Gould Marjorie; *Calderwoods Orthopedic Nrg*, thed, Mosby, 1970.
- 5) Margo Creighton Neal, *Nursing Care Planning Guides for Medical-Surgical Care*, 1982. pp. 328~340.
- 6) 박예숙, 인간의 성장 발달과 건강증진, 수문

- 사, 1983, pp.183~196.
- 7) Luck Mann & Sorensen, *Medical-Surgical Nursing*, Saunders, pp.1705~1713.
- 8) 이스우, 노인의 정신건강 간호, 대한간호, Vol. 19, No. 1, 1980. pp.47~49.
- 9) 이선자, 신체적 건강과 간호, 대한간호, Vol. 21, No. 1, 1982, pp.15~18.
- 10) 허 정, 노인과 건강(신체 건강), 4회 복지사회 심포지움, 아산복지 사업재단, 1982, pp. 101~105.
- 11) 박조열, 노인과 건강(정신 건강), 제 4회 복지 사회 심포지움, 아산사회복지 사업재단, 1982, pp. 109~120.
- 12) 신공범, 노인 복지를 위한 간호원의 역할, 대한간호 Vol. 21, No.1, 1982, pp. 23~26.
- 13) 이선자, 노인의 건강에 대한 욕구, 대한간호 Vol. 21, No. 1, 1982, pp. 15~18.