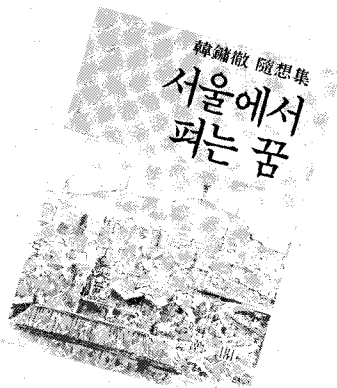


결핵환자가 삼가해야 할 일

한 용 철 / 본회 회장



이 글은 최근에 나온 한용철본회회장의 수상집 「서울에서 펴는 꿈」 중의 일부이다. 20년전에 발표된 글이어서 일부 표현상의 문제는 있으나 대체적인 내용은 결핵환자에서 많은 도움을 주는 내용이다. (편집자)

폐결핵환자는 그 치료에 새로운 화학요법제를 사용하더라도 만 2년이상을 계속 사용하여야 함을 원칙으로 한다. 이러한 장기간 동안 생활의 제한과 약물복용을 하면 중간에 별별 걱정이나 또는 손쉬운 방법에 대한 흥미 등이 생긴다. 또 이러한 흥미나 유혹에 끌리거나, 모르고 하다 보면 경제적 부담의 과중과 육체적 부담의 증가로 치료가 순조롭지 못하게 된다. 이러한 불필요하거나 또는 치료에 해로운 일들을 예를 들어 설명해서 도움이 되도록 하겠다.

1. 보약·한약·민간약

한약이나 뱀, 진드기, 구렁이 등의 민간약이 결핵환자 치료에 효과가 있다는 것은 화학요법이 생기기 전이라면 모를까 지금에 와서는 전혀 되지 않을 일이다. 역대왕조의 귀한 분들이 보약을 못 먹어서 결핵으로 사망했을 리도 없었고, 뱀이나 구렁이가 혼한 시골에서 결핵환자가 빨리 낫지도 않기 때문이다.

2. 비타민·수혈·혈장·포도당, 생선회나 기타 과영양(過營養)

결핵환자에게 충분한 영양과 비타민을 취하게 하면 그 치료에 도움이 되리라는 것도 사실이고 빈혈을 고치면 치료에 도움이 되는 것도 사실이지만 화학요법 시행 중에는 결핵의 치유에 필수조건도 아니고 큰 영향을 미치지도 않음은 널리 알려져 있다. 따라서 동양식이든 서양식이든 간에 보하는 것의 역할이 그리 크지 않다는 것을 알아야 하고 그런 데에 쓸 경제력과 정성이 있으면 결핵의

화학 요법을 충실히 시행하고 계속하며 정기적 검진을 받는 데 사용해야 할 것이다.

3. 술과 담배

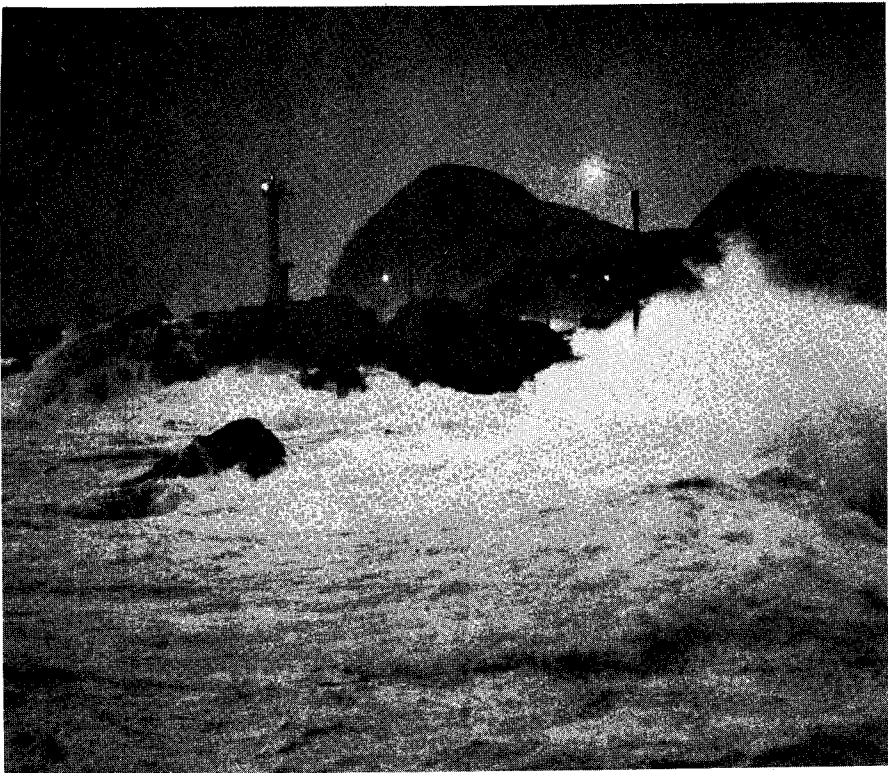
담배는 호흡기가 자극을 주어 기침이 더 나오고 치유(治癒)가 늦게 되며 다른 사람에게도 더 퍼뜨리게 되고, 술을 많이 먹으면 절제있는 생활을 하기 어려워지고 육체적인 과로가 흔하게 되기 때문에 삼가해야 한다.

4. 전지(轉地)와 절간

많은 공기와 햇빛이 결핵치료에 유효하다고 생각되어 왔던 것은 화학요법이 생기기 전의 요양방법 때문이리라. 맑은 공기도 좋기는 하나 이를 찾아 나가느라고 검사설비도 없고 옆에서 감독해 줄 사람도 없는 곳에 혼자 가 있는 것은 자칫하면 제멋대로의 생활로 변하기 쉽고 혹 증독한 합병증이 생겼을 경우에 뜻밖의 일을 당하게 되다.

5. 취미와 운동

결핵치료의 가장 중요한 원칙의 하나는 필요없는 폐의 운동을 없게 하여 그



속에 생긴 병집이 화학요법으로 굳이 없어진 후 될 수 있는대로 빨리 치유될 수 있게 안정하는 것이다. 따라서 비활동성이 되기 전에 여러 가지 운동을 하는 것은 적어도 폐결핵의 치유에 그만큼 해로울 수 있다.

등산, 산보에서 시작하여 수영, 정구, 탁구 등의 적극적인 운동에 이르기까지 모두 여기에 해당되는 일반적으로 건강에 좋으리라는 해수욕이나 일광욕도 전신의 신진대사를 증가시켜 그만큼 산소소비량을 늘리고 필요한 호흡량을 늘려서 마찬가지로 영향을 미치게 된다.

6. 임신과 출산

정상적 생리상태이면서 여러 가지로 육체적 부담이 증가하는 것이 여성에게선 임신과 이에 따르는 출산만한 것이 없다. 출산 후에 젖을 먹이면 이러한 부담이 증가된 상태가 더욱 더 연장되는 것은 사실이다. 화학요법이 실시된 후로는 이러한 변화, 즉 육체적 부담의 증가가 폐결핵을 악화시키는 정도는 많이 적어졌으나 치유 속도에 있어서는 이러한 부담은 없는 것만 못하다.

남녀를 막론하고 결혼은 커다란 생활환경의 변혁을 가져올 뿐 아니라 성교라는 비교적 급격한 호흡운동을 동반한 행위가 꼭 찾아지므로 달갑지 않는 것은 자명하다. 적어도 병집이 안정될 때까지 결혼, 임신을 막거나 연기시켜야 할 것이다. 그러나 임신이 되면 충분한 화학요법을 시행하면서 정상분만에 이르도록 하고 분만 직후에는 더욱 더 적절하고 충분한 치료에 주력해야 한다.

7. 큰 소리

호흡기의 안정이 치유에 필요하므로 큰 소리로 노래하거나 웃고 우는 것, 통곡하는 것, 또는 취주(吹奏)하는 악기를 연주하는 것 등이 모두 해(害)로울 것은 당연하다. 더 나아가서 커다란 목소리로 이야기를 계속하게 되는 직업, 즉 가수, 교사나 상점 점대원 등의 직업에 종사하면서 치유 효과가 좋기를 기대하기는 어려우며 더구나 다른 사람에 대한 감염원으로서 역할을 생각하면 더욱 곤란한 일이다.

8. 과도한 낙관과 비관

결핵치료에는 아직도 난관이 많다. 오랜 시일의 안정과 항결핵제의 투여, 충분히 검토된 투약의 종류 선정과 부작용이나 저항(抵抗) 출현에 대한 부단한 관찰 등이 필요하며 따라서 너무 쉽게 간단히 나올 수 있다고 생각하고 가볍게 자기 판단에 따라 투약을 중단하거나 마음대로의 행동을 취해서는 안 된다. 또한 화학요법만 적절하면 거의 모든 환자들이 충분히 치유에 이를 수 있으므로 너무 비관해서 자포자기에 이르러서도 안 될 것이다.

9. 직업

돌가루를 흡입하는 석수(石手)나 갱부(坑夫)는 호흡요구량이 많을 뿐더러 규폐증(珪肺症)이 생기면 폐결핵의 치유가 몹시 지연되므로 직업을 바꾸는 것이 좋다.