

치매노인의 간호



임 영 미
경희의대 간호학과

우리나라 노인인구가 증가함에 따라 장기적인 간호를 필요로 하는 노인환자가 많이 늘어나고 있으며, 특히 노인성 치매환자가 점차적으로 증가하고 있다. 그러나 현재 노인성 치매환자를 전문적으로 간호하고 보호하는 장기간호시설이 부족하고, 치매노인을 간호하고 보호하는 가족 및 간호 전문인에게 필요한 전반적인 지식도 제공하지 못하고 있다. 현재는 가정에서 가족들의 힘으로 치매노인을 돌볼 수밖에 없는 상황이며 더우기 치매에 대한 지식도 없이 노인을 모시는데 있어 정신적 및 육체적 고통을 받고 있는 실정이다.

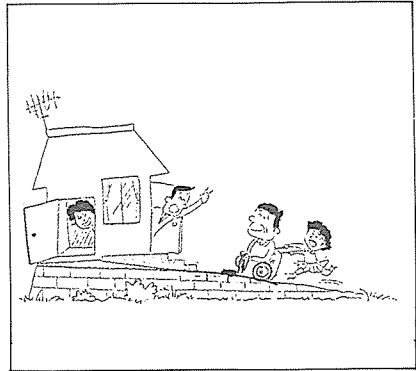
소위 망령 또는 노망이라 불리는 치매는, 다양한 원인에 의해 뇌의 기능이 정상적으로 발휘되지 못함으로써 기억력과 언어, 성격 및 행동 등의 장애가 점차적으로 심해져 지적능력을 상실하는 상태를 말한다. 치매를 3가지 단계로 하여 각 단계에 따른 증상 및 간호는 다음과 같다.

치매초기에는 건망증, 언어능력 장애, 방향감각 장애 등이 나타난다. 방금했던 말이나 물건 놓아 둔 곳을 기억하지 못하고 부정확하거나 무의미한 말을 계속적으로 되풀이한다. 예를 들어 식사한 사실을 잊어버리고 계속 식사를 재촉하는 노인에게는 그러한 사실을 받아들이며 노인이 납득할 수 있도록 말한다. 또한 날이 흐릴 경우 노인은 아침인지 저녁인지 시간을 구별하지 못하여 혼동을 할 때가 있는데, “지금 낮 12시이예요, 점심식사 하실 시간입니다” 등 항상 현재의 상황을 알려서 현실감각을 유지하도록 한다. 그리고 큰 달력과 시계를 걸어 놓거나 하루계획표를 붙여 놓아 노인의 기억력 감퇴를 최대한으로 지연시키도록 한다.

치매초기에 가족이 가장 어려움을 겪는 문제로서, 치매노인이 혼자 집을 나가 길을 잃어 버리거나, 집에서도 화장실을 찾지 못

**치매노인이
있는 가정에서는
가구나 물품을
간소하게 배치하고
마루 깔개를
사용하지 않고
집안의 조명을
밝게 하는 등
집안과 밖의
주위환경을
간소하게 하여
여러가지 위험에
노출되지
않도록 한다**

하는 등 장소를 구별하지 못하는 증세가 나타난다. 불안하거나 흥분하거나 환경이 바뀌어졌을 때 특히 노인의 배회증상이 심해지는데, 노인의 옷이나 팔찌에 주소와 이름, 연락처를 표시해 두며 집 근처의 가까운 상점,



편출소 등에 얘기해두거나 규칙적으로 산책을 함께하도록 한다.

집안과 밖의 주거환경을 간소하게 하여 여러가지 사고의 위험에 노출되지 않도록 한다. 예를 들어 거실이나 방에 있는 가구나 물품을 간소하게 배치하고 마루 깔개를 사용하지 않도록 한다. 집 밖에 있는 층계나 외길에 미끄러지지 않도록 한다. 또한 집안의 조명을 밝게 하여 노인이 혼돈을 하지 않도록 하는 것이 좋다. 특히 화장실 문에 뚜렷한 색채를 띤 화장실그림이나 글씨를 붙여두어 화장실을 쉽게 찾을 수 있도록 하는 것이 좋다. 그리고 욕조 및 샤워장안과 곁에 손잡이를 달아놓아 낙상의 위험을 방지하고, 밤에 화장실을 이용할 수 있도록 전등을 켜놓는 것이 좋다.

치매가 진행되면 초기에 나타난 증상들의 빈도가 증가하고 정도가 심해지고, 신체기능의 저하와 함께 시각이나 청각 등의 여러 감각기능이 저하되어 망상, 환각, 환청, 또는 수치심을 모르는 성격행위 등의 병적인 정신행동 이상이 나타난다. 예를 들어 노인자신의 물건을 간수한 것을 잊어버리거나 놓아둔 곳을 기억하지 못해 가족들을 의심한다. 이럴 때는 부정하거나 설득하려고 하면 더욱 망상증상이 심해지므로, 물건을 잊어버린 것에 대해 받아들이고 함께 그 물건을 찾아보도록 하는 것이 좋다. 환각이나 환청의 예를 들면, 밤에 벽의 그림자 혹은 어떤 물건을 사람으로 오인하거나, 아무도 없는데 누군가 와서 함께 이야기를 나눈다고 한다. 이러한 이상행동을 보이면 그 증상을 자세히 관찰하여 노인의 신체적, 심리적 및 환경적 변화요인이 있는지를 잘 알아보아야 한다.

치매가 심해지면서 일상생활에 필요한 행위중 목욕이나 샤워하

**노인성 치매환자의
간호에서 가장 중요한
것은 “잘 하셨어요,
고맙습니다”라고 따뜻한
격려와 미소, 부드럽고
따뜻하게 손을 잡아
준다든지, 어깨를
감싸주는 등 정서적
접촉이라 생각된다.**

기가 어려워지고, 양치질이나 머리빗을 때, 옷을 입고 벗는 순서도 잊어버리게 되며, 대소변을 가리지 못하게 되고 결국 식사시 필요한 동작조차도 하기 어려워지는 상태가 된다. 노인은 목욕이나 샤워하기를 두려워하며 매우 민감한 반응을 보이고 목욕하는 방법을 잊어버린다. 이럴 때는 노인의 신체적 변화가 있는지, 예를 들어 시각이나 청각 등 감각능력의 갑작스런 변화가 있는지, 또는 환경적 변화가 있는지를 관찰하여야 한다. 화장실내 조명이 너무 어두운지, 목욕물이 너무 차갑거나 뜨거운지, 또는 물내려가는 소리가 계속 나는 소음 등을 고려해야 한다. 또한 목욕하기 전에 간호자는 먼저 노인에게 목욕할 시간이라고 알려 주거나 또는 노인의 기분이나 감정의 동요가 별로없는 시간을 골라 목욕하는 것을 도와주되 스스로 할 수 있는 부분은 하도록 하여 노인의 프라이버시를 존중해야 한다.

노인은 옷을 입고 벗는 순서나 방법을 잊어버려 스스로 옷입고 벗는 동작을 하기 어려워져서 간호자의 도움을 필요로 한다. 일반적으로 치매성 노인은 아무 것도 할 수 없고 하지 말아야 된다고 생각하기 때문에 무조건 돌봐주는 간호자의 행동은 노인 스스로 할 수 있는 신체적인 능력을 더욱 빨리 퇴행되게 만들어 주어 결국 죽음을 제촉하는 결과를 초래한다. 따라서 옷을 입고 벗는 것은 팔과 다리 등 다른 신체부위의 움직임이 되기도 하므로 간호자는 노인에게 부드러운 음성으로 천천히 한단계씩 간단하고 명료한 단어를 사용하여 시간이 걸리더라도 노인 혼자서 간단한 동작이라도 할 수 있도록 하는 것이 좋다.

요약을 하면, 치매노인에게 간소한 생활환경을 제공하여 여러 가지 사고의 위험을 최소한으로 줄이도록 하고, 이러한 환경하에 노인의 남은 기능을 최대한으로 이용하여 현재의 상태를 유지할 수 있도록 도와 주는 것이 중요하다고 본다. 노인성 치매환자를 모시는 가족은 여러가지 어려움과 부담을 겪고 있지만, 치매에 대한 지식을 가지고 노인을 간호하면 다소 고충이 경감되지 않을까 생각된다. 노인성 치매환자의 간호에서 가장 중요한 것은 “잘 하셨어요, 고맙습니다”라고 따뜻한 격려와 미소, 부드럽고 따뜻하게 손을 잡아 준다든지, 어깨를 감싸주는 등 정서적 접촉이라 생각된다. ㉔