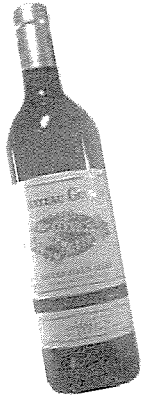


# 알코올 중독 - 만성적인 자기파괴의 變奏



K씨는 컴퓨터조립 업체를 운영하고 있는 45세 된 중견사업가이다. 젊어서부터 술을 잘 마셨던 K씨는 3년 전 IMF 때문에 회사 사정이 어려워지면서 술을 마시는 횟수와 주량이 부쩍 늘기 시작했다. 평소에는 1주일에 평균 한 두차례, 소주로 1병 정도의 술을 마셨으나 회사 사정이 어려워지면서 술 마시는 횟수가 1주일에 4~5회로 잦아졌고 한번 마시면 거의 인사불성이 될 정도까지 폭음을 하곤 했다.

처음에는 사업 때문에 걱정거리가 많아서 그러려니 생각하고 두고보던 가족들도 점차 K씨의 폭음을 걱정하게 되었다. 급기야 1년 전 K씨는 과도한 음주로 인한 급성 간염이란 진단하에 병원에 입원하였다. 병원에 입원한 이후 K씨는 술을 그만 마셔야 한다는 의사의 조언을 심각하게 여기지 않았으며 줄곧 자신이 마음만 먹으면 언제든 술을 끊을 수 있다고 주장했다.

결국 K씨는 2주만에 병원에서 퇴원했고 퇴원한지 3일만에 다시 술을 마시기 시작했다. 점차 K씨는 밥도 거의 안 먹고 술을 마시었으며 몸이 힘들어서 회사에 출근하지 않는 날도 많아졌다. 172cm의 키에 70kg쯤 나가던 몸무게도 58kg까지 줄어들었고 낮에도

맨 정신으로 있을 때보다는 술에 취해 있을 때가 더 많아졌다. 참다 못한 부인과 친지들이 K씨의 건강을 생각해서 억지로 정신과 병동으로 입원시켰지만 K씨는 입원을 받아들이지 못하고 자신은 알코올 중독 환자가 아니라며 계속 퇴원을 요구하였다. 입원한지 4일째에 K씨는 의식이 혼탁해지면서 알아들을 수 없는 이상한 소리를 웅얼거리면서 무서운 사람이 자기를 죽이려고 쫓아온다며 매우 불안해했다.

특히 밤에는 밤새도록 잠을 안 자고 침대 밑에 숨거나 전혀 상황에 어울리지 않는 엉뚱한 소리를 하기도 했다. K씨는 맥박이 빨라지고 식은 땀을 흘리며 손을 심하게 떠는 등의 신체증상을 보였고 주위 가족들을 잘 못 알아보고 자기가 있는 곳이 병원이 아니라 비밀정보기관이라고 주장했다.

## 기억력 장애... 치매 유발

알코올이 우리 신체에 미치는 영향은 매우 다양한데 단기적인 영향으로는 우선 중추신경계에 미치는 영향을 생각해볼 수 있다. 혈중 알코올 농도가 50mg%에 이르면 사고력, 판단력 및 자제력이 약화되고 느슨해지며 수의적인 운동기능이 어색해진다. 또 80mg%에서는 어둠 속에서의 적응에

장애가 생기고 주의력이 감소되며 100mg%에 이르면 수의 운동의 조화가 깨지면서 사고 위험도가 평소보다 10배 이상 올라간다.

대개 알코올 농도가 100mg% 이상에 이르면 여기서부터 법적인 제재를 받는 기준으로 적용되고 400mg%에 이르면 혼수상태가 되며 500mg% 이상 올라가면 호흡 및 심장박동을 조절하는 뇌의 원시 중추에 영향을 줘서 사망하게 된다. 알코올이 인체에 미치는 장기적인 영향으로는 위염, 위궤양, 간염, 간경화를 일으키기 쉬우며 인체의 백혈구 수를 감소시켜 면역기능을 억제시킨다.

또한 만성적인 대뇌의 인지기능 저하로 인한 심각한 기억력 장애를 유발하며 심한 경우 알코올성 정신병이나 치매를 일으키기도 한다. 한편 산모가 지속적으로 알코올을 과량 섭취할 경우 '태아 알코올 증후군'을 야기할 수 있다. 이는 알코올에 노출된 태아가 자궁내의 성장과 출생 후의 발달이 지연되어 정신지체, 성장결핍, 두개안면 이상, 사지기형, 심장결손 같은 문제를 유발하게 되는 경우를 말한다.

알코올 중독이 발생하게 되는 원인으로서 대뇌의 도파민 수용체 중 일부가 관련이 된다는 보고가 있었지만 아

**우리나라 국민은 10명중 2명이 술을 지나치게 많이 마시거나 알코올 중독증상을 갖고 있다고 한다.**

**알코올 중독이란 자신의 자유의지에 의해 만성적으로 자기파괴적인 행동을 반복하게 되는  
끔찍한 질병이라 할 수 있다. 즉 음주량을 조절하기 힘들고 끊으면 금단증상이 나타나고  
과다한 음주로 자신의 신체에 나쁜 결과가 오리라는 명백한 증거가 있음에도  
계속 알코올을 섭취하면 이미 알코올 중독단계로 볼 수 있다.  
술을 끊고 알코올 중독에서 해방되는 길은 없는가 지혜를 모아본다.**

직까지 정확한 생물학적 기전이 밝혀진 것은 없는 실정이다. 그리고 부모가 알코올 중독을 보이는 경우 그 후손들에서도 알코올 중독이 발생할 가능성이 매우 높아 유전적인 요인이 작용하는 것으로 생각된다.

또한 성장과정 중 성격적인 결함이나 구강기 욕구충족에 문제가 많았던 사람에서 알코올 중독이 흔히 발생하므로 심리적인 요인 역시 중요하다고 볼 수 있다. 그 외에도 불안과 공포감을 줄여주고 다행감을 유발하는 알코올의 긍정적 강화효과가 알코올 중독을 부채질한다고 보는 견해도 있다.

## 국민 10명중 2명이 과음

일반적으로 많이 쓰이는 용어인 알코올 중독은 의학적으로는 알코올 남용과 알코올 의존으로 나누어 볼 수 있다. 우리나라에서 이 두가지를 모두 합한 유병률은 대략 22% 정도로써 대략 전체 국민 10명 중 2명이 술을 지나치게 많이 마시거나 아니면 알코올 중독증상을 갖고 있는 것으로 생각된다.

본격적인 알코올 중독단계라 볼 수 있는 알코올 의존은 지난 1년 동안 다 음의 여섯가지 증상 중 세가지 이상이 나타나는 경우를 말한다. 첫째, 알코

올을 섭취하고 싶어하는 강렬한 욕구나 압박감이 있다. 둘째, 음주의 시작과 종결, 음주량을 조절하기 힘들다. 셋째, 알코올의 섭취량을 감소시키거나 중단하면 생리적 금단증상이 나타난다. 넷째, 알코올에 대한 내성이 생겨 원래 효과를 보기 위해 점점 더 많은 양의 알코올을 섭취하게 된다. 다섯째, 음주 이외의 다른 활동으로 인한 기쁨이나 흥미를 점점 잃어간다. 여섯째, 과다한 음주로 인해 자신의 신체에 확실히 나쁜 결과가 오리라는 명백한 증거가 있음에도 불구하고 계속 알코올을 섭취한다.

결국 알코올 중독이란 자신의 자유의지에 의해 만성적으로 자기파괴적인 행동을 반복하게 되는 끔찍한 질병이라 할 수 있다.

알코올 중독 환자에 대한 치료는 대개 많은 어려움이 따르게 마련이다. 알코올 중독 환자들은 자신의 음주량을 솔직히 말하지 않으며 알코올 섭취가 가져다주는 쾌감 때문에 진심으로 금주의 필요성을 느끼지 않는다. 게다가 이들은 의존적이고 자기 중심적이며 부정(denial)이라는 심리방어기제를 흔히 사용한다.

예를 들어 자기가 술을 마시는 이유는 알코올에 중독되었기 때문이 아니

라 스트레스를 받는 괴로운 일들이 많기 때문이라며 자신이 마음만 먹으면 언제든지 술을 끊을 수 있다고 주장한다.

물론 이것은 핑계에 불과하며 이들은 특별한 스트레스가 없는 경우에도 습관적으로 술을 마시고 그것을 남의 탓으로 돌리는 경향이 많다. 알코올 중독의 치료는 우선 술을 억지로라도 끊게 만들고 알코올에 대한 해독치료를 한 후 장기적으로 단주를 위한 각종 치료를 받아야 한다.

해독치료로는 대개 벤조디아제핀(benzodiazepine)계의 항불안약물들과 각종 비타민 제제들이 많이 쓰이며 이들 약물은 급격한 알코올 중단으로 인한 금단증상을 예방하고 심한 불안, 초조감을 줄여주는 역할을 한다. 한편 장기적인 치료는 개인정신치료와 가족치료, 그리고 약물치료 등을 함께 시행하게 된다. 이밖에도 알코올 중독자들끼리 모여 서로의 경험을 나누고 금주를 서로 지지해주는 모임인 금주동맹(AA; Alcohol Anonymous) 같은 모임도 환자의 치료에 많은 도움이 될 수 있다. ①7

柳凡熙

(성균관대대 교수/삼성서울병원 정신과)