

건강한 산모와 2세를 위하여

서정욱 | 안성농민한의원 원장

임신과 출산의 과정을 인생에서 당연히 거치는 고난의 기간이라고 생각하고 은근과 끈기로 참아 내기만 했던 시절은 이제 서서히 지나가고 있다. 그러나 아직도 많은 임신부들은 엄마라는 이유 하나로 감기에 걸리거나 입덧이 심해도 약 한번 제대로 먹지 못하고 고통의 순간들을 몸으로 인내하며 산딸기류의 입맛 다시는 간식으로 위안을 삼으며 살아가고 있다.

한의원에 있다보면 친정 엄마 손에 끌려와서 "임신 중인데 한약을 먹어도 되나요?", "한약을 먹으면 위험하지 않나요?"라고 물어 보는 환자들이 매우 많다. 아기를 낳고 나서 산후조리를 하기 위해 한의원을 찾아오는 사람들 중에서도 임신 중에 한약을 복용하는 것이 왠지 두려웠다는 여성들이 많다. 그런 여성들에게 왜 그런 생각을 하게 되었는지 물어보면, 임신 중에 한약을 먹으면 기형아를 낳지는 않을까, 아기가 너무 커져서 출산할 때 힘들지 않을까하는 걱정 때문이었다고 한다.

약을 먹고 기형아를 낳느냐 그렇지 않느냐의 문제는 의학적인 문제가 아니라 심리적인 문제라고 생각한다. 임신과 출산의 과정을 기쁘고 즐겁게 보내는 것이 산모와 태아에게 좋을까, '기형아'의 두려움에

출산 후에 건강관리를 하는 것보다는
임신 중에
적절한 관리를 하는 것이
건강한 임신과 분만에
효과적이다.

떨면서 고통의 세월을 인내하는 것이 산모와 태아에게 도움이 될까?

초보 한의사였던 시절, 선배 한의사 한 분이 "임신한 부인에게 10달 동안 한약 6제(劑 : 탕약 스무 첩)를 먹였더니 임신부가 얼굴이 환하게 전혀 힘들어하지 않고, 출산 후에도 몸이 붓지 않더라"고 말을 했었다. 이렇듯 부작용은 적으면서도 고통의 순간을 즐거운 마음으로 지나가도록 도와 줄 수 있는 한방 치료법이 많이 있음에도 잘 알려지지 않아서, 친정엄마의 이야기를 미신으로 취급하고 자기 나름의 방법으로 무조건 참고 견디거나 아니면 극단적으로 제왕절개를 택해 버리는 일이 비일비재하다.

산후조리에 한약을 복용하는 것은 이미 많이 일반화되어 있지만, 출산 후에 건강관리를 하는 것 보다는 시작하기 전 혹은 과정 중의 적절한 조치들이 건강한 임신과 분만을 도와 주는데 더욱 효과적임은 두 말할 나위가 없다.

우선은 쉽게 생각할 수 있는 것이 불임이다. 물론 무배란이거나 무정자증 등 전문의에 의한 전문적인 시술이 필수적인 경우도 있지만 많은 경우는 건강한 남녀가 뚜렷한 이유없이 몇 년씩 불임에 시달리고 있다. 이럴 때 자궁의 어혈을 빼주고 기혈을 보해주는 한약을 3개월 정도 복용하면 의외로 손쉽게 임신이 될 수 있다.

'입덧'이라고 부르는 임신 오조(惡阻)도 간단히 한약 몇 첩만으로 쉽게 좋아질 수 있는 경우가 많다. 입덧은 심한 경우 유산에까지 이르는 위험한 증상이고 입덧이 심한 사람들은 엄청난 고통을 받는다. 가족 중에 입덧이 심해 고통을 받은 사람이 있다면

입덧이 생기기 전에 미리 한의사의 도움을 받는 것이 좋다.

또한 전에 중절수술을 한 경험이 있거나 너무 몸이 약해서, 아니면 너무 힘든 일을 많이 하거나 정신적인 충격을 받아 유산을 하는 경우가 있는데 이 또한 한약의 많은 도움을 받을 수 있다. 유산은 뿌리가 약한 나무가 쉽게 뽑히는 현상에 비유할 수 있는데 자궁을 튼튼하게 만들어 주는 치료방법을 쓰면 유산을 충분히 방지할 수 있을 뿐만 아니라 유산으로 인한 자궁의 손상도 치유 가능하다. 그리고 임신중독증으로 몸이 퉁퉁 붓거나 태동불안(태아의 움직임이 불안한 것)이 나타나는 경우에도 적절한 한방 치료법을 사용하면 건강하게 아기를 출산할 수 있다.

출산 시 산부인과에서 분만촉진제(자궁수축호르몬)를 맞듯 한약으로도 분만을 도울 수 있다. 옛부터 난산인 경우에 사용해왔던 약물이 있는데 이는 특히 초산부의 경우 분만의 고통을 많이 줄여 주고 산후 조리에도 도움을 준다.

건강한 임신과 출산 제1의 비결은 '축복받은' 임신이다. 주위의 따뜻한 배려가 있어야 하고 산모 자신의 삶에 대한 긍정적인 마음가짐이 필요하다. 원치 않던 임신일 수도 있고, 분만 시의 고통에 대한 두려움, 육아에 대한 부담, '이제 내 청춘 다 지나가고 노새처럼 일만해야 겠구나'하는 탄식, 경제적인 문제, 집안의 갈등 등 건강한 임신을 훼방놓는 많은 요소들이 있지만, 모든 어려움을 이겨내는 기본적인 힘은 넘치는 애정과 긍정적인 마음가짐이다. ☺