

## 간암 환자의 보완·대체 식이요법 치유과정 경험\*

노 승 옥\*\*

### I. 서 론

#### 1. 연구의 필요성

암은 현대인의 사망 원인 1순위를 차지하는 심각한 만성질환이며 우리나라 소화기계 암의 발병률은 미국과 유럽의 3배에 달한다. 특히 간암은 위암에 이어 두 번째로 많이 발생하는 암 질환이며, 여성보다 남성의 경우가 우위를 차지하고 있다(국립보건원, 2000). 그러나 암의 예방과 치료방법이 분명히 정립되지 못하고 있는 실정이다. 이것은 오늘날 세계를 지배하고 있는 서양의 과학철학에 근거한 현대의학의 한계라고 볼 수 있다. 현대의학에서의 암 치료는 대부분 수술요법, 화학요법, 방사선요법에 의존한다.

그러나 이러한 치료행위는 부작용이 대단히 커 환자들의 회의와 불신을 가중시키고 있으며(Cassileth & Chapman, 1996), 매년 늘어나는 암 환자 중 절반 정도의 환자만이 다소간의 생명연장에 도움을 주고 있다(Ernest & Cassileth, 1998). 이러한 이유에서 현대 의학의 치료 방법에서 벗어난 대체요법에 의존하려는 경향이 점차 늘고있는 추세이다. 미국에서 조사된 한 연구 결과에 의하면 현대의학과 대체요법을 병행하는 환자가

96%에 달하였으며 이 보완·대체요법의 사용은 기존의 병원 치료법을 완전히 대신하기보다는 병원 치료에 대한 부가적인 방법으로 사용되고 있었다(Eisenberg 등, 1993). 1993년 미국에서는 대체요법을 ‘의과대학에서 전통적으로 가르치지 않거나 병원에서 일반적으로 사용하지 않는 치료법’이라고 정의한 바 있으나 현재에는 30 곳 이상의 미국 의과대학에서 1개 이상의 보완·대체요법에 관한 과목을 가르치고 있다(Seskevich, 2000).

우리나라는 식의동원(食醫同源)의 한의학적 섭생 전통을 가지고 있으므로 보완·대체요법은 환자와 그 가족에게 중요한 치료방법으로 인식되어 있다. 최근 국내에서 연구된 중년여성 암 환자의 대체요법 경험에 대한 연구에서 암을 극복하고 살 수 있었던 중심점이 보완·대체요법이었음을 밝히면서 간호사는 보완·대체요법의 확실한 의미를 이해하고 이를 간호중재에 활용할 것을 제안하고 있다(김진경, 2000). 또한 만성 간 질환 환자에 대한 보완·대체요법은 그 의미가 현대의학의 치료를 보완하고 대처하는 것으로 수용되었고, 담당의사와 상의 없이 환자, 가족 및 친지의 권유만으로 시행하여 부작용과 위해성의 문제가 상존 함을 지적한 바 있다(손행미, 1999).

보완·대체요법의 과학적 평가가 이분된 현실에도 불

\* 논 연구는 2002년도 한양대학교 박사학위논문 요약임.

\*\* 신홍대학 간호과 교수

투고일 2002년 10월 1일 박사학위논문

구하고 우리나라에서는 간 질환, 간암 등 만성질환 환자에게 보완·대체요법이 널리 사용되고 있으며 특히 자연식품, 건강보조식품, 식이 보충제 등에 의존하는 대체 식이요법이 광범하게 이용되고 있다(박진미와 정복례, 1995; 손행미와 서문자, 1998; 천희숙, 1998; 손행미, 1999; 김진경, 2000).

이에 본 연구는 우리나라 남자에게 많이 발병하는 간암환자 중 간암을 극복하면서 보완·대체 식이요법을 시행하고 있는 환자를 대상으로 식이 체험을 분석하여 간암은 여러 가지 암 중에서도 치료가 불가능하고 신속히 죽음으로 진행되는 질병이라는 종래의 절망적 견해를 불식시키고 적절한 치료와 식이요법을 병행함으로써 치유할 수 있다는 희망을 주기 위한 자료를 제시하고자 하였다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 간암 환자의 식이 체험(食餌體驗)을 질적 연구방법을 이용하여 심층분석하고, 식이 체험의 의미와 본질을 통하여, 간암 환자식이의 인식과 중요성을 파악하며, 이를 통하여 간암환자의 치료적 접근과 간호중재를 위한 자료를 제공함에 있다.

본 연구의 연구문제는 “간암 치유를 위한 식이 체험의 의미와 본질은 무엇인가?” 이다.

## II. 연구 방법

식이 체험은 체험 당사자의 개인적인 체질, 기호, 습관, 환경, 교육수준 및 병력에 영향을 받을 뿐만 아니라 그가 속해있는 사회의 지리적, 문화적, 종교적 및 역사적 전통과 관습에 깊이 영향을 받는 매우 복잡하고 다양한 현상이므로 본 연구에서는 질적 연구방법인 현상학 연구 방법 중, 해석학적 현상학을 도입한 Max van Manen의 연구 방법을 사용하였다(신경림 역, 2000).

### 1. 실존적 탐구

#### 1) 연구자의 경험

암 환자들의 경우에 항암 치료에 들어가면서부터 그들은 치료의 마지막 방법으로 생각하며 그에 따른 부작용인 메스꺼움, 구토, 탈모, 허약감 등으로 인해 정신적으로는 삶에 대한 희망을 잃게되고 식욕을 잃게되며 결국 육체적으로는 영양결핍으로 극심한 체중감소를 가져오면

서 죽음을 맞이하는 상황을 임상에서, 또 주변에서 많이 보아왔다. 식이요법으로 상태가 호전됨을 보고 암 환자를 위한 대체식에 관심을 갖게되었고 책을 통해서 많은 사례를 접하게 되었다. 이러한 경험들을 통해서 ‘먹는다는 것은 아픈 사람에게 어떠한 의미가 있는가?’, ‘간암을 이겨낸 환자들은 무엇을 어떻게 먹고 어떠한 노력을 기울여 왔는가?’, 등에 관심을 갖게 되었고, 간암 환자를 만나기 시작하면서 간암 치유과정에 있는 환자들은 식이요법에 남다른 관심을 갖고있다는 것을 깨닫게 되었다. 그 후 간암 환자를 지속적으로 만나면서 ‘그들의 식이요법은 근거가 있는 것인가?’, ‘간호사로서 그들을 어떻게 지지할 수 있는가?’ 에 관심을 두고 본 연구를 시도하게 되었다.

#### 2) 관용어구의 추적

인간의 언어가 하나의 생활수단이라면 군중의 경험이 응결되어 이루어진 속담은 하나의 생활철학이라고 하겠다. 간, 식이, 치유와 관련된 관용어구는 사전을 참고하였다(국어사전,2001; 리원길,1994; 송세선,1993).

- 간담이 서늘하다. 간담이 떨어지다. 간에 불붙다. 간이 콩알만하다. 간·장(肝·腸)을 태우다.
- 식보(食補)가 약보(藥補) 보다 낫다.
- 병은 무서워하면 못 고친다. 병은 사랑을 해야 고친다.

#### 3) 문학과 예술로부터의 경험적 묘사

단군신화 : 단군의 사적을 기록한 最古의 문헌인 단군고기(檀君古記)에는 곰이 사람이 된 내용이 있다. 즉, 환웅이 곰과 범에게 쫓과 마늘을 먹으면 사람으로 변할 수 있는데 100일 동안 햇빛을 보지 않아야 한다는 중요한 주의사항을 말하였다. 범은 곰과 똑같이 쫓과 마늘을 먹었지만 불같은 성질로 참지 못하고 동굴 밖으로 나와 사람으로 변하지 못 하였고, 곰은 쫓과 마늘을 먹고 환웅의 말을 믿고 꾸준히 동굴 속에서 기다리고 있었으니 사람으로 변하게되는 소원을 이루게 되었다. 이 신화를 통하여 식이의 재료보다 낫다는 믿음을 가지고 꾸준히 행해야만 효험을 볼 수 있음을 깨닫게 되며 유물론적 사상을 지닌 조금한 현대인들에게 시사해 주는 바가 크다.

산삼민화 : 고칠 수 없는 어머니의 병을 위하여 정성을 다하는 아들에게 산신령이 나타나 모든 만성질환에 효험이 있다고 알려져 있는 산삼을 전해 주는 민화에서 정성이 지극하면 불치의 병이라도 고칠 수 있는 희망의 길이 있음을 느낄 수 있다.

#### 4) 연구 참여자의 경험적 진술 수집

##### (1) 연구 참여자

본 연구에 참여한 사람은 5-15년 전에 간암선고를 받은 후 수술이나 다른 항암요법은 받지 않고 간동맥 색전술(Transcatheter Arterial Embolization ; TAE)을 1-3회 받은 후, 식이 조절을 하면서 일상생활을 하고 있는 44세-64세의 남성 간암환자로, 식이로 간암이 치유되었다고 믿는 4명과, 치유되는 과정이라고 믿고 있는 1명으로 모두 5명이었다.

##### (2) 자료수집 방법

본 연구의 자료수집 방법은 심층면담과 관찰법을 이용하였으며, 2001년 1월부터 9월까지 2회에서 3회에 걸쳐 면대면(face to face)과 전화면담을 하였다.

모든 면담내용을 녹음하였고 참여자의 비언어적 표현과 함께 현장기록 노트에 옮겨 쓴 뒤, 컴퓨터에 저장한 후 복사하여 면밀히 여러 차례 읽으면서 분석하여 참여자의 다음 면담계획에 반영하였다.

##### (3) 윤리적 고려

면담 시작 전에 연구의 목적과 면담시의 녹음 등에 대한 동의를 얻고 면담내용은 연구목적으로만 사용할 것이며 익명성을 보장한다는 점에 대한 이해를 돕기 위하여 질적 연구방법으로 연구한 선행 학위논문집을 제시하였다. 참여자가 원하면 언제든지 이 면담을 마칠 수 있음을 알려주었고 녹음 필사한 면담내용 중에서도 연구 참여자가 원치 않는 내용은 삭제하면서 참여자의 권리를 보호하고자 노력하였다.

### III. 연구결과 및 논의

#### 1. 해석학적 현상학적 반성

##### 1) 치료과정에서 갈등함

미국 정신과 의사 Holland(1973)는 '암'이란 말이 인간에게 주는 두려움을 「5 D's」라 하여 Death(죽음), Disfigurement(손상), Disability(불구), Dependence(의존), Disruption of relationship(관계붕괴)에의 두려움이라 표현한 것에 대해, 조두영(1982)은 우리나라의 경우는 여기에 빚(Debt)까지 포함되어 「6 D's」에 대한 두려움을 언급하였다.

이제까지 우리나라 의학계에서는 환자가 자기 진단명을 아는 경우 「암 즉 죽음」이라는 생각에서 죽는다는 불안을 도저히 감당치 못할 것이며, 자포자기와 우울증

때문에 제풀에 자살까지 할 위험성이 있으며, 공연히 의사들을 전전(doctor shopping)하면서 시간, 정력, 돈을 낭비하며 치료도 받을 필요 없다고 잡아 뽐 공산이 큰 까닭에 진단명 통보에 반대를 해왔었다. 통고방법을 논하는데서 모든 전문가들의 의견이 일치하는 것이 하나가 있는데 그것이 바로 '끝까지 환자에게 희망을 잃지 않게 한다'는 것이다. 환자에게 암 진단 사실을 알려준다 하더라도 앞으로 의사가 최선을 다할 것이고 치유훘망이 크다는 확신을 심어주어야 한다고 학계에서는 강조하고 있다(조두영, 1982). 그러나 본 연구의 참여자는 이러한 배려가 의료현장에서 제대로 이루어지지 않고 있음을 호소하였다.

##### · 암 선고로 인한 충격

아휴~ 앓이라는 소리를 딱 듣는데 앞이 캄캄해지고 하늘이 무너지는지는 얘기가 실감이 나요. 하늘이 무너져 내리는 것 같고 나서 하늘이 무너지는데 어찌 살 사람이 있겠어요? 나는 살아야 되니까... 숨이 딱 막히면서 땀이 안 나오고... 이게 앓이라 그러니까 저는 죽음에 딱 직결 시켜버렸어요.

##### · 원인 지각하기

평생시에 제가 먹었던 기억이 다 나잖아요 제가 억만나 혼쭐스럽게 먹었어요. 뭐 그냥 그 당시에는 술도 먹고 고기다 뭐다 먹고, 그냥 또 그런 상태로 돈을 많이 주면 더 좋은 음식을, 그런 식으로 먹었는데 우리 인간에 똥 안에 음식의 선택이라는 것은 보통 아무거나 잘 먹으면은 되는 게 실상은 아니 예요.

참여자는 암의 원인을 주로 자신들의 탓으로 보았는데 이는 김분한(1992)의 연구에서 나타난 원인지각의 유형 중 자기긍정형과 자기부정형에 일치하며 두 유형 다 암의 원인을 자신의 탓으로 돌리면서 자신이 극복해야 한다는 강한 의지를 갖고있는 것으로 보아 이러한 측면이 참여자들이 암을 극복할 수 있었던 근원이었음을 확인할 수 있었다.

##### · 병원 전전하기

근 20년 다니던 병원에 갔어요. 배를 두드려 보더니 '갓이 쭉 부은 것 같네.' 이전 정도랑만 얘기를 하고 또 엉겁게를 놔주는 거야. 약을 먹ിച്ച치 주고 엉겁게를 뺐고, 약을 먹었는데 또 마창가지로 컨디션이 안 좋아... 그리고 나서 십여일이 지나갔어요. 아무래도 기분이 찼찼하고 안 좋아 안 되겠다하고 다른 병원에 갔어요.

##### · 치료의 한계에 부딪침

희원하라고 그러더라고요. 왜냐면 그 다음에 알 수 없

는 그런 시기니까..그때가지고 병원에서 인제 퇴원을 하  
다보니까 병원에서 약을 먹어서 낫는 것도 아니고 처음  
에는 수술을 하자고 준비해줬다가 이게 너무 크니까 수  
술도 못한다. 인제 그렇게 된 상태죠 그러니까 이제 모  
든 것이 포기됐는데... 병원에는 보습마다 오라고 그랬  
는데 병원에 아예 이제 안 갔어요. 내가 왜 안 갔나 면  
한 한달 입원하면서 의사가 그 옆에 대해서 확실히 치유  
할 수 있는 방법, 이 방법을 하면 된다는 확신할 수 있  
는 방법 그게 없어! 확신할 수 없다고 제가 느꼈어요.  
그저 아픈 사람들이 있기 때문에 자기들 아는 범위 내에  
서 해보는 거예요. 또 해본다는 사실이 나는 불쾌한 것  
이 도구.. 심혈 대상이 되고...그때가지고 집사람이 약  
을 먹지 말라고 쓰레기통에 버리고... 이 약 먹고 낫는  
병이 아니라고...

현대 의술로는 암을 치료할 수 없다는 의료체계에 대  
한 불신과 의료인들의 불성실한 태도가 식이요법을 하게  
되는 이유로 나타난 Cassileth 와 Chapman(1996)의  
연구와 대체로 일치하고 있다. 김경선(1996)의 연구에  
서는 처음 암 선고 시 짧은 충격기를 거쳐 절망을 인정  
하며 그 과정 중 의사에 대한 신뢰감, 가족의 지지 및  
삶의 강한 의지가 생겨 치료지시 이행과 자기관리에 적  
극적인 행위를 취하게 되었다. 이것은 정통의료체계에  
대한 암 환자의 긍정적인 자세를 보고한 연구 결과로서  
본 연구의 주제와 커다란 차이를 보인다.

## 2) 가림 없이 매달림

최윤정(1998)의 암 환자의 대체요법 사용실태에 관한  
연구에서도 대체요법을 사용하고 있는 암 환자들 중  
75%가 전문가와 상의한 적이 없이 식이와 영양요법 등  
을 경험하는 것으로 나타났다.

### · 시간의 절박함

내 아우한테 얘기를 한거야. 치료하면 1년이나 10개월  
살고 그냥 놔두면 6개월밖에 못산다 이거야. 예약을 해  
놓고 기다리는 동안 며칠 여유가 있어. 근데 왜냐하면 이런  
을 갓 잘 사는 조카딸이 있어. 애가 잘 산단 말이야.  
“내가 지금 암인데 마지막으로 죽게 됐는데 미국은 암도  
고치려 아니냐, 나 좀 데려다 살려라. 난 인저, 거기까  
밖중인지... 어쩐지 생각 안 하고 전화를 걸었지...”

### · 식이에 희망 걸기

색전을 하고 나오면서 야채 사러온 사람들이 7-8명이  
딱 딱 둘러서서 야채를 사가요. 저러 집사람이 거기서  
사면서 그 사람들한테 물으니까 전부 간암환자 예요. 그

사람들을 통해 여기... 여기... 가나, 그래서 지회를 알  
게 되어 강의듣 듣게 되었죠. 강의를 들으니까, 병에 대  
해서 무지한 내가, 듣고 나니까, 아.. 저러면 낫겠구  
나... 언제부터 어떻게 해서 어떻게 치유한다는 내용  
을, “아... 이 양반하고 상담하고 이러면 꼭 낫겠구나”  
하는 확신이 섰어요.

### · 좋다는 것 다 먹어봄

먼간요법을 한 것은... 굼벵이, 그것도 많이 먹었는데  
그것도 뭔가 좋은 작용을 하는 것 같은... 그걸 느낄 수  
있어요. 이제 먹어본 사람만이 아는... 또 뽕묵고등,  
다슬기 많이 먹고...

평소에 해 온 것은 재첩, 쪼그마한 조개, 그런 재첩을  
사 가지고 깨끗하게 씻어서, 물을 넣어서 삶으면 하얀  
물이 많이 나오죠 그걸 계속 먹고, 호박묵에 머꾸라지  
넣고 중탕해서 짜 먹는 것. 그걸 많이 먹었죠.

## 3) 무공해 자연식 선호함

### · 제대로 자란 채식

컴프리도 키워 가지고... 뚝나물, 미나리 같은 것은  
봄에 나가거든요 자연적으로 미나리도 그것도, 어디 뭐 여  
행이나 나가면은 그걸 많이 눈여겨보고 캐 가지고 와서  
먹기도 하고...

### · 철저한 자연식

당시에는 조미료라든지 이런 것들, 크리티컬한 상황이  
니까... 어떤 것이 영향을 미칠지 모르니까... 그런 것들  
을 절제하고, 간장 같은 것도 민간인들이 직접 집에서  
담은 것, 양조 간장 말고, 이런 것 사 가지고 먹기도 하  
고...지금은 육류는 거의 안 먹는데 손님들이 와서 피할  
수 없는 자리에서는 어쩔 수 없이 몇 점 먹고 주로 야채  
를 많이 먹죠. 아침에 미숫가루를 32가지인가 해서 먹고  
나와요. 녹즙도 먹고...

### · 생수 많이 마시기

저우깁... 병이 들면 똥을 씻어내야 한다... 물을 링  
장히 많이 가병에 가지고 다녔어요. 가병에 물500cc, 한  
약재료를 만든 약물... 생식만 먹고 중간에 꼭 생수 마  
시고...물이 땀겨서 먹는 게 아니라 의무적으로 먹죠.  
보통사람들은 물을 잘 안 먹지 않습니까? 차 한잔 먹으  
면 끝 아닙니까? 직장 나갈 때 약물 1병, 생수 1병, 등  
고 나가죠. 생수도 먹을 수가 없으니까 들고 다니죠. 물  
이 아무 때나 있는 게 아니니까,

## 4) 정성 드리며 기다림

· 오래 씹기

아침과 저녁으로 밥은 덜 먹고 생식 한 숟가락 먹고, 씹어서 먹는 게 중요하더라 구요... 밥은 정상적으로 하되, 200번 씹어서 먹어야 낫는다니가 1시간은 먹지요.

동의보감 내경편에는 玉泉(침)의 중요성을 강조하면서 ‘사람이 언제나 침을 삼키면 장수하며 얼굴에 광택이 생긴다(人態常食玉泉 令人長年 面有光色)’고 수록되었다 (홍문화, 1999).

· 식이 효과 기다리기

꾸준히 7-8개월은 먹어야 돼요. 왜 7-8개월이라 하나 하면, 환자등이 조금증이 있어서 못 고쳐요. 양된 말로 죽은 이 집에 가면 집 뒤안에 약이 한 가득 있다는 것입니다. 2번 먹어보고 조금증 나니까 약을 치워라, 또 지러가자, 6개월 넘어가야 뭉에서 비로써 세포가 바뀌기 때문에 기다려야죠.

· 가족의 정성과 지지

역신히 먹게 된 거는 첫째는 집사장이 역신히 맞들어 가지고, 지금은 녹즙기도 좋아 가지고 딱 들어가면 깨끗하게 그 자리에서 싹 나오고, 그 자리에서 마시면 되고 하지만, 그 당시에는 찢어서 손이 퍼렇게 되도록 짜았어요. 온 손에 그냥 국뭍이, 씻어놓으면 그걸 깎아서 짜 가지고, 먹고, 씻고 조금 있으면 또 전신 꺼 준비해야지, 그 다음에 저녁 꺼 준비해야지 하루가 아니라 매일 그렇게 하니가 그게 이제 역신히 집사장이 해 주면 그것을 생각해서 제가 그것 때문에 먹었죠. 낫는다는 확신보다도...

5) 식이 효험을 맞봄

· 암 크기 줄어 들

한 2달 먹고, 2달마다 검사를 해 가지고 검사 결과음 가지고 오라고 하더라고요. 검사는 진단 방사선과 가서 혈액검사하고 초음파 검사를 했죠. 검사하고 4-5개월 지나니까 5.5cm에서 4.8cm로 줄더니 2.8까지 줄더라고요.

· 혈색이 좋아짐

제가 이제 7월 달에 암 첫 진단을 받았는데 그 해 8, 9, 10, 11, 12월 다섯달 걸렸죠. 두 달 내지 여섯 달밖에 못 산다는 사람이 자꾸만 통증도 심해지고 자꾸 쇠약해지고 그렇게 될 거 아니에요? 더 나빠질 때가 되었는데... 12월 달쯤 됐는데 오히려 이제 나도 그렇고, 혈색도 오히려 더 좋아졌다고 하고... 체중도 늘어나고...

· 개운하고 가벼워짐

뭔가 나오는 듯한... 생식하고 그때부터 속도 가벼워

지고... 아랫배가 가벼워지기 시작하고 똥이 가벼워지니까... 혼라츄 알 수 있지요. 서서히 가벼워지니까.

동의보감 내경편(홍문화, 1999)에도 건강하다는 표현을 “경신(經身 : 몸이 가볍다)” 이라고 표현한 것으로 미루어 보아 참여자의 건강이 호전되고있음을 알 수 있다.

· 나쁜 게 다 빠져나감

밥은 적은 양 먹되 생식 한 스푼 시작했죠... 아침에 저녁에 그렇게 한 1주씩 먹는데 약간 설사... 하더라도 구요. 명현반응이라고 저가 볼 때는 약 명현반응이 나타나더라고요. 대변은 폭우우 하고 나오더라고요. 변이 처음에는 보통이나, 7-8개월 지나 소변이 흰있게 똥에서 썩 빠졌다는 느낌이 들고, 대변을 봐도 아랫배가 썩-- 빠져나갔다는 느낌이 나는 거예요.

6) “나”만의 조절 법을 찾음

D’Adamo(1996)는 렉틴이 혈액형에 따라 다른 응집 성질을 나타내기 때문에 혈액형에 따라 다른 식이요법을 하여야 한다고 주장한다. 즉 O 형은 육류가 소화 잘되고 약간 격렬한 운동이 좋으며, A 형은 신석기 농경문화에서 발생하였으며 채소를 잘 소화한다. B형은 낙농문화가 발달하며 생긴 혈액형으로 고기와 유제품에 대한 소화가 잘된다. 우종규(2001)는 식이요법이 인체면역에 미치는 연구를 통해, 식이요법이란 단순한 먹거리가 아니라 계산되고 치밀한 함양 물질로 조합된 치료방법임을 강조하고 있다.

· 자신에게 맞게 먹기

내가 먹어보니까 양 체직은 현미를 너무 많이 먹으면 이가 나빠져요. 이가 다 상해요. 그 다음부터 조금씩 넣었죠. 일년 반 지난 뒤에는, 체직을 양고 부터는 들미나리 양 먹고 케일하고 신선초 먹었죠. 케일로 만든 가루 말 별도로 먹고 그 때부터는 컵크리를 많이 먹었죠. 들미나리는 일체 안 먹고, 양배추, 오이, 양상추는 식탁 위에서 별도로 먹습니다. 갖아 안 먹고.

· 열심히 등산하기

낮은 산이 있는데 한 밭짝을 땀 때마다 아주 그 뭐냐 할까... 똥 속에 있는 나쁜 균을 갖다가 바깥으로 내뱉고 신선한 걸 들여 마시고 하니가 한 밭짝, 한 밭짝 디딜 때마다 새로운 생명력의 승부랄까... 그런 생각을 가졌었죠... 북한산 같은 데 오를 때도 처음엔 오를 때 상당히 힘들고 그런 느낌이었는데 연습하다보니까 그 다음부터 상당히 속도감 있게 오르는 거 있죠. 만약 30분에 뽕쌌다하면 다음에 25분, 그 다음에 20분 이런 식으

호...

· 스트레스 덜 받기

병원에서 내어서 전에 했던 일은 정리를 했어요. 스트레스를 받으니까... 그리고 나서 나 혼자 걱정할 수 있는 일을 하겠다 해서 한 게, 99년 3월부터 했죠.

즐겁게 살려고 그러죠. 그러다 보니까 일 쪽에 너무 많이 들어간 있다보니까 주변에서 걱정을 하는데 한편으로는 그래요. 일하던 사람이 일이 없으면 그게 또 스트레스가 되는 거니까.

정신신경면역학(psychoneuroimmunology, PNI)의 주요관점은 인간의 행동, 신경, 내분비와 면역체계는 복잡한 상호연관성이 있다는 것이다. 이 분야의 연구에 의하면 심리증세를 포함하는 정신요소들이 암 환자의 생명연장에 기여하는 것으로 밝혀지고 있으며(Lerner, 1994), 아무리 면역체계를 강화시키는 식이요법을 하였다 하더라도 스트레스를 받고 있는 상태에서는 스트레스 호르몬이 종양세포막을 보호하고 감싸고 있으므로 그것을 깨뜨릴 수가 없다(Spiegel, 1989). 또한 사회적 지지는 심리적 적응과 수명연장에 긍정적인 영향을 미치고 있으며(Holland & Rowland, 1989; Fawzy et.al, 1993; Spiegel, 1989), 암 환자들의 외로움과 절망감을 덜어주는 것도 생명 연장에 도움을 줄 수 있다고 보고 있다(Greer & Silberfarb, 1982).

· 정신력 키우기

대청봉이 1700m 정도 되는데 그냥 올라가는 것은 상당히 무리이기 때문에 사전에 집에서 연습을 좀 했었어요. 가기 전에 계학을 세워놓고 한 한 달간. 특별한 연습은 아니고 화장실에 가서 앉았다 일어났다 이렇게 계속 30분 40분씩 매일 그런 운동을 했었죠. 아마 그런 정신력이 아픈 병에서도 나올 수 있었지 않았나...

7) 믿음이 심화됨

조두영(1982)은 ‘암’ 통고를 받는 환자의 반응에서의 마지막 단계는 종교적·철학적으로 마음자세가 되는 시기로서, 지금까지 믿지 않던 사람이라면 성직자를 찾아 종교에 귀의하는 수가 많으니 가족친지는 이를 무시하거나 불쾌하게 여기지 않고 오히려 그렇게 하도록 권장하는 것이 좋다고 하였다.

· 꿈을 통한 자신만의 확신

꿈을 꾸는데 시공집이라 하면서 쪼그만 집인데 바깥에 웬 넓은 늪이 부르는 거야, 두늪이. 부르는 거야. 나를. 어둠 가자고 부르는 거야. 그게 사자칼 많아요. 따러가 부

르는 거야, 이게. ‘왜 내가 입과 너희들을 떠나가야 하나, 난 안 가다.’ 그러구서 돌멩이, 흙, 이젠거 던져서 쫓아버렸달 많아요, 그놈들을. 그러구서는 안나갔어. 거기 흙 나가지 않았어. 바깥을. 그리고 나서 꿈은 깬거여. 먹기 시작하면서 한 십 여일 만에 그런 꿈은 곧 데다가 좋아지는 거야, 내 느낌이야...

· 신앙심의 솟구침

매일 예배를 드리면서 신앙이 자라는데, 그 옛날에 가졌던 마음, 정신에 변화를 시키면서, 평화가, 하나님의 인간이 자주 깨달게 되고, 그리고 인제 예수 님에 대해서도 알게되고, 예수 님을 정말 믿는 거예요. 오셔 가지고 나를, 우리를 위해서 십자가에서 죽으신 걸 깨달게 됐어요. 영적으로, 아 근데 그게 힘이 강자기 딱 타 가지고...

8) 건강한 새 삶을 추구함

· 긍정적인 죽음관

마음의 안정이 중요하다 많아야, 이 면역은. 마음이야..., 마음이, ‘난 죽어도 천국 가니까 그까짓 거...’ 이런 식으로 생각하니까 간단 한 거여. 죽는다는 두려움이 별로 없어. ‘넌보다 한 십 년 일찍 죽는 건데, 언제 죽어도 죽을 거, 하나님 앞에 가는데 뭐 걱정이야...’ 이런 생각을 하는 거야. 긍정적으로. 면역력이 높아질 수밖에 없는 거여.

· 겸손과 사랑의 실천

아프고 나서 느꼈든 것은 누구나 그런 걸 많이 느끼니까 대라는 사회에 환원하고, 자기보다 어려운 사상을 위해서 항상 노력하고 허리를 많이 굽히고 살아야되겠다는 생각을 많이 갖게되고...

· 다른 환자에게 희망주기

간암 환자라는 것을 보통 감추고 다 그러더라고요. 그런데 참 그 사람들한테 힘이 되고 그 사람들한테 용기를 준다고 하면 그 보다 좋은 일이 어디 있나... 내가 나온 후호 대한한국에서 암을 고칠 수 있다는 혁신, 그런 생각이 들고요.

2. 해석학적 현상학적 글쓰기

본 연구의 참여자는 말기간암 진단을 받은 자들로 치료가 불가능하다는 의학적 진단으로 심한 절망감과 두려움과 공포를 가졌었으나 이러한 과정에서도 생에 대한 막연한 기대감을 가졌었다. 암이 생기게된 직 간접적 원

인이 자신의 성격, 체질, 식 습관의 긍정적 원인지각에서 찾으려는 경향을 보인다. 간암 발병의 직접적 원인을 해결하고자 참여자 대부분이 음주 습관을 주원인으로 생각하여 술을 끊고, 성격이 급하거나 화를 잘 내면 간(肝)이 나빠진다는 속설을 믿어 자신의 성격과 체질을 확인하면서 이제마(李齊馬)의 사상의학 이론(홍순용 과 이을호 역, 1991)을 접목하여 체질적 성향을 치유에 활용하고 있었다. 참여자는 자신의 식성에 큰 비중을 두었고 맵고 짜고 얼큰한 자극적인 음식, 뜨거운 국이나 매운탕을 좋아하고, 여러 가지를 혼잡스럽게 섞어먹는 한국인 특유의 식성이 간암을 일으키는 가장 근본적인 요인이라고 믿고 있어 체질별 식이요법의 구체적 방법을 시도하게 되었다.

이와 같은 과정에서 참여자의 일차적인 조처는 병원 치료에 의존하는 것이었다. 동네병원에서 더 큰 병원으로, 그 다음에는 소문난 유명한 의사를 찾는 일이었다. 참여자는 의료인에게 의지하였으며 의사의 지시에 전적으로 따르면서 더욱 정밀한 검사를 받았고, 검사결과에 대해 자세히 알려고도 하지 않고 의사의 처분만 바라는 상태에서 의사가 지시하는 대로 여러 가지 치료를 받았으나 치료에 대한 불확실성, 고통에 비해 효과가 거의 없어 보이는 치료행위의 반복 등에 참여자는 병원 치료에 회의를 가지기 시작한다. 병원에서 ‘몇 개월밖에 못산다’, ‘더 손을 쓸 수가 없다’, ‘시술효과는 5:5 다’ 라는 식의 불확실한 말을 듣고 참여자는 효과가 없는 약을 형식적으로 준다고 생각하고 자신들에게 의료적 행위가 더 이상 생명 연장에 중요하지 않음을 알게 된다. 이와 같은 상황에서 보완·대체요법에 눈을 돌리게 되고 책을 통해 정보를 수집하기 시작하면서 체면도 생각하지 않고 적극적으로 된다. 간암 환자와 그 가족들이 치료를 위한 정보 수집과 의견교환을 위해 모이는 동호회에서의 설명과 간증이 믿음이 가서 관심을 가지게 된다. 동호회에서 시행하고 있는 치료방법에 대한 이론적 설명과 이러한 방법을 통해 완치되었다고 믿는 사람들의 간증을 듣고 ‘나도 나올 수 있다’는 희망으로 흥분되기도 하여 그 때의 기분을 ‘날라 갈 것 같다’고 표현을 하였다. 처음에는 모든 방법을 닦치는 대로 시험하나 점차 경제적이고 효과가 느껴지는 방법을 선택하게 된다.

참여자들이 주로 선택한 방법은 당근, 신선초, 케일, 돌미나리, 돌나물, 씀바귀 등을 갈아 녹즙을 만들어 하루에 3번씩 마시는 녹즙요법이었다. 식사는 여러 가지 곡식을 섞은 생식, 미숫가루, 잠곡밥을 먹었고 육식을 피하

고 콩 즙을 내어 먹고 채소류, 버섯류, 해조류 등을 주로 하는 치료 식이를 선택하였으며, 효모, 스쿠알렌, 알로에 같은 건강보조식품도 곁들여 먹었다. 가장 오래 전에 간암을 앓았던 참여자의 경우는 몸에 좋다는 것은 다 먹어보고 특히 간암에 좋다는 민간요법도 시도하여 神藥(김일훈, 1986)을 읽고 민물고등과 굽뽕이를 먹었다. 참여자에 따라 효과가 있다고 믿는 재료나 처방이 서로 상이하지만 효과가 있다고 생각되면 상당기간 동안 그 방법에 매달리게 되며 심지어는 어떤 특정한 버섯(아가리쿠스)이 인연이 되어 계속 먹으면서 치유와 관련된 필연으로 받아들인다.

참여자는 먹는 행위에 정성을 다하였는데 잠곡밥을 백여 번 씹어 먹고, 좋은 재료를 얻기 위하여 직접 재배하고, 산과 들에서 자연산을 직접 캐기도 하고, 특정 장소에서 재배한 것을 구입하고, 본인이 시장에서 직접 재료를 고르기도 한다. 즉 자연산 채소를 선택하고 직접 만든 녹즙을 먹으며 선택한 식이를 지속적으로 섭취하면서 정성을 다하여 간암이 치유되기를 기다린다. 나뭇대로의 식이요법을 개발하고 생활화하는 데에는 가족들의 지지와 협조가 절대적인 요소로 작용한다. 특히 어머니와 아내의 지극 정성이 치료의 요체였다. 부모의 끊임없는 정성과 사랑, 치료행위를 통한 부부간 사랑의 확인과 신뢰, 그리고 헌신에 대한 감사함 등이 환자의 회복을 가속화하였다. 이러한 과정에서 또한 자녀들과도 지지와 협력이 생기며 그리고 건강한 가족관계가 형성됨을 확인하였다.

대부분의 참여자는 병원 방문 시 식이요법 수행을 습기면서 간암의 크기를 점검 받았다. 그들은 암의 크기가 줄어드는 것을 확인하였고 의사가 놀라는 경이적인 치유효과를 경험한다. 더욱이 얼마간 식이요법을 시도해본 결과, 자신들의 기분 뿐 아니라 바깥에 비춰지는 혈색도 좋아지고 체중도 느는 등, 의사의 예상과는 다르게 몸이 오히려 좋아짐을 알게되어 식이로 고칠 수 있다는 확신을 하게 된다. 대부분의 경우 식이요법이 정착되면 몸이 개운하고 가벼워지고 체내에 고인 불순물이 빠져나가는 듯한 느낌을 경험한다. 한 참여자는 ‘암이 빠져나가는 것을 느꼈다’고 표현하였다. 이 단계에서 참여자는 식이 효과에 대해 확신을 갖게 된다. 식이요법에 의하여 치료 효과를 경험하면서 각자 자기에게 맞는 식이요법을 개발하기도 하고 올바른 생활습관을 가지기 위하여 노력한다. 식이요법과 병행하여 걷기나 등산 등의 운동을 규칙적으로 하였고 정기적인 건강검진도 하여 식이요법을 생활화하였다. 재발을 불러일으킬지도 모르는 술이나 몸에 나

쁜 음식은 철저히 피하였고 매일의 생활에서 지나친 욕심이나 업무로 지치거나 스트레스를 받지 않으려고 자신이 감당해 낼 수 있는 일을 계획하면서 건강을 유지하기 위해 꾸준히 노력하였다.

참여자는 식이요법과 신앙을 결합시키면서 치료 식이를 먹을 때에는 하나님께서 특별히 나를 사랑하셔서 주신 음식이라고 생각하면서 감사의 마음을 갖게된다.

새로운 식사법과 자기 수양을 통한 간암의 극복은 참여자에게 새로운 삶을 열어주고 있었는데 자신에게 적합한 식이요법, 규칙적인 운동 등으로 건전하고 즐거운 삶을 살고 있었다. 또한 죽음을 초월한 사람답게 긍정적인 죽음관을 가지고 삶을 보람있게 살기 위해 노력하였다. 모두 부부관계가 원만하고 사랑과 신뢰가 넘치고 있었으며 건강한 가정을 유지하였다. 겸손하게 이웃과 사회를 위해 봉사하기를 원하고 실천하고 있었다.

참여자 모두는 우주 만물에 대한 감사함과 마음의 풍요로움으로 신체적, 정신적, 사회적, 영적으로 건강한 새 삶을 살고 있는 축복 받은 사람들이었다.

#### IV. 결론 및 제언

Van Manen의 해석학적 현상학적 연구방법에 따라 보완·대체식이요법으로 간암을 치유하였다고 믿는 간암 환자의 치유과정 경험을 분석한 결과 다음과 같은 8가지 본질적 주제가 나타났다. 1) 치료과정에서 갈등함 2) 가림 없이 매달림 3) 무공해 자연식 선호함 4) 정성 드리며 기다림 5) 식이 효과 실감함 6) “나”만의 조절 법을 찾음 7) 믿음이 심화됨 8) 건강한 새 삶을 추구함. 사람마다 신체적, 정신적 조건이 모두 상이하므로 적합한 식이요법도 사람마다 모두 다를 수 있으며 한 두 가지 모델로 일반화하기가 어렵다. 본 연구에서도 참여자마다 식이 방법이 모두 다르게 나타났다. 그러나 몇 가지 공통적인 기본 골격은 유추할 수 있었다. 그것은 동물성 식품은 되도록 피하며, 여러 가지 채소를 이용한 녹즙을 매일 마시며, 콩 죽 또는 두유를 마시며, 잡곡밥이나 여러 가지 곡식으로 만든 음식을 꾸준히 먹는 것 등이었다. 그 외에 사람마다 몇 가지 특수한 음식을 사용하는 것이 특징이었다.

이상의 결론에 의거하여 본 연구자는 아래와 같은 제언을 제시하고자 한다.

1. 식이요법을 간동맥 색전술 등과 같은 병원치료와 병행하여 보완해 줄 수 있는 방법으로 활용할 필요가

있다.

2. 간호사는 보완·대체요법 특히 식이요법에 대한 지식을 습득하여 환자에게 필요한 정보의 제공과 간호중재에 활용할 수 있어야 한다.

#### References

- Cassileth, B. R., & Chapman, C. C. (1996). Alternative and Complementary Cancer Therapies. *Cancer*, 77(6), 1026-1034.
- Cheun, H. S. (1998). *A use on alternative and assistant therapies of cancer patients*, Master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Cho, D. Y. (1982). *Cancer patient's mind. Psychiatrymedicalacademyreport*, 6(2), 30-38.
- Choi, Y. J. (1998). *A study on the use of alternative medicine for cancer patients admitted at a hospital*. Master's thesis. Seoul National University, Seoul.
- D'Adamo, Peter J. (1996). *Eat right for your type*. Putnam.
- Eisenberg, D. M., Kessler, R. C., Foster, C., Norlock, F. E., Calkins, D. R. & Delbanco, L. T.(1993). Unconventional medicine in the United States-Prevalence, costs and patterns of use: Result of national survey. *New England Journal of Medicine*, 328, 246-252.
- Ernst, E., & Cassileth, B. D. (1998). The prevalence of complementary/alternative medicine in cancer: A systematic review. *Cancer*, 83(4),777-782.
- Fawzy, I., Fawzy, N. W., et al. (1993). Malignant melanoma: Effects of an early structured psychiatric intervention, coping, and affective state on recurrence and survival 6 years later. *Archives of General Psychiatry*, 50, 681-689.
- Greer, S., & Silberfarb, P. M. (1982). Psychological concomitants of cancer: Current state of research. *Psychological Medicine*, 12, 567-568.
- Holland, J. F. (1973). *Psychological aspects of*



- cancer*. Philadelphia, Lee & Febiger.
- Holland, J., & Rowland, J. (1989). *Handbook to psychooncology*, New York: Oxford.
- Hong, M. W. (1999). *Herjun Donguibogam*. Seoul, Achimnara.
- Hong, S. Y., & Lee, E. H. (1991). *Leejema Sasanguihakwonron: wonmyung donguisusebawon*, Seoul, Hangrim.
- Kim, B. H. (1992). *An inquiry into causal perceptions of cancer*, Doctoral dissertation, Ewha Womans University, Seoul.
- Kim, I. H. (1986). *Shinyak*, Seoul, Insan.
- Kim, J. K. (2000). *The experiences of alternative therapy of middle- age women with cancer*. Doctoral dissertation, Hanyang University, Seoul.
- Kim, K. S. (1996). *The experiences of health management with cancer patient in remission stage*. Unpublished doctoral dissertation, Ewha Womans University, Seoul.
- Korean Dictionary (2001). Minjoong.
- Lee. W. K. (1994). *Proverb interpretation dictionary: A person of narrow outlook*, Seoul, Heanuri.
- Lerner, M. (1994). *Choices in healing: Intergrating the best of conventional and complementary approaches to cancer*. Cambridge, MA: MIT press.
- NIH (2000). Korean cancer registration report.
- Park, J. M., & Chung, B. Y. (1995). Folk remedies used by patients with breast cancer. *J Korean Acad Nurs*, 25(3), 419-430.
- Seskevich, J. (2000). *A Nurses's Guide to Cancer Care: Complementary and Alternative Therapies for Cancer*, Lippincott Co. 393-413.
- Shin, K. R. (2000). Van Manen. *Researching lived experience*. Seoul, Hyunmoon.
- Son, H. M. (1999). *The experiences of patients seeking alternative therapies for chronic liver disease: the process of jagidasrim*. Doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Son, H. M., & Suh, M. J. (1998). A survey of utilization of alternative therapies in chronic liver disease. *J Korean Acad Adult Nurs*, 10(1), 134-147.
- Song, J. S. (1993). *Korean proverb dictionary*, Seoul, Education publishing company.
- Spiegel, D., Bloom, J. R., Kraemer, H. C., & Gottheil, E. (1989). A psychosocial intervention and survival time of patients with metastatic breast cancer. *Lancet*, 2(8668), 888-891.
- Woo, J. K. (2001). *Effects on human immune of cancer diet*, 14th Korean mental science academic meeting, Korean mental science academy, 125-134.

- Abstract -

## Healing Experience of Liver Cancer Patients by Complementary and Alternative Diet Therapy

Ro, Seung-Ok\*

**Purpose:** This study was to evaluate the importance of liver cancer patient's diet and to provide guideline materials for proper nursing intervention. **Method:** The hermeneutic phenomenological method of van Manen was applied for the in-depth interview of liver cancer patients and the cultural background studies including linguistic, literary and art works to enhance the insight and understanding, from which the meaning of the cognition and lesson of the experiences were extracted. The participants for this study were five male patients, who had been diagnosed with liver

---

\* Professor, Department of Nursing, Shinheung College

cancer, 5-15 years ago and had been treated with Transcatheter Arterial Embolization without chemotherapy. The repeated interview and close observation were carried out for nine months starting from January 2001 in Seoul, Korea. Result: Eight essential themes were emerged ; (1) confliction(frustration) with hospital treatment (2) trial of every possible remedies (3) liking unpolluted natural foods(4) faithful tolerance (5) experiencing diet effectiveness (6) discovering personal control methods (7) deepen their faith in God (8) searching for healthy new life. Conclusion: The alternative diet therapy influenced their life

beyond the physical overcoming of cancer toward psychological and spiritual healing. The study evidenced the necessity for scientific research and education on the effectiveness and application of complementary and alternative diet therapy for the treatment of cancer in hospital practices.

Key words : Liver cancer,  
Cancer healing Experience,  
Dietary therapy,  
Complementary and alternative  
medicine