

'식물 가꾸기' 치매치료에 효과적

- 건국대 대학원 원예학과 조문경씨 박사학위 논문서 밝혀 -

다양한 색상과 형태의 꽃과 식물을 심고 재배하는 원예활동이 치매환자의 기억력과 집중력, 언어능력 및 시공간 지각능력을 높이고 노인 우울을 감소시켜 각종 치매환자의 인지기능 및 행동심리 증상 치료에 효과적이라는 연구결과가 나왔다.

2008학년도 후기 학위수여식을 갖는 건국대 대학원 원예학과 조문경씨는 농학박사학위 논문 '치매환자의 인지기능 및 행동심리증상 향상을 위한 비약물적 치료로서의 원예치료' 에서 치매환자 15명을 대상으로 주2회, 총 16회의 원예치료를 실시한 결과 원예치료가 치매의 인지기능 향상 및 행동심리증상 완화에 효과적이었으며, 원예치료가 진행될수록 기억력, 주의집중력, 언어능력, 시공간적 지각능력과 구성능력이 지속적이며 긍정적으로 향상됐다고 밝혔다.

조씨는 이번 연구에서 원예치료의 효과 검증을 위해 총 2개월의 원예치료 실시 기간 전 후에 신경심리검사(SNSB)를 통해 약물치료군(5명)과 약물치료+원예치료군(10명)을 각각 평가하였으며, 복용약물을 조사·비교했다.

연구 결과 치매관련 약물 복용을 통해 치료가 진행되는 약물치료군은 일부 기억력 관련 부문에서 유의한 향상을 보였으나, 시간이나 공간을 인지하고 이를 지각하는 시공간적 지각 및 구성능력은 유의하게 감소하였고, 우울은 유의하게 증가하였다. 또 2개월의 연구기간 전후로 치매관련 약물의 복용량이 증가했다.

반면 약물치료와 원예치료를 병행한 약물치료+원예치료군은 신경심리검사인 SNSB의 대부분 항목에서 향상되는 결과를 보였으며, 시공간적 지각 및 구성능력과 기억력, 주의집중력, 언어능력, 기타 인지기능, 그리고 치매환자에게 나타나는 특정 행동심리증상에서 원



예치료 초기에 비해 후기로 갈수록 점차 향상되는 경향을 나타냈다. 또한, 2개월의 연구기간 전후로 치매관련 약물의 복용량에는 변화가 없었으며 더욱이 행동심리증상 관련 약물은 복용 약물의 종류나 복용량이 오히려 감소했다.

약물치료와 병행하여 실시된 원예치료는 치매환자의 인지기능과 행동심리증상의 향상에 영향을 미칠 뿐만 아니라 치매환자의 뇌 활동에도 영향을 미치는 것이 이번 연구를 통해 밝혀졌다. 일반적으로 치매가 진행됨에 따라 뇌의 당 대사의 감소하는 데, 이에 비해 이번 연구에서는 원예치료 실시 후 대표적 치매인 알츠하이머형 치매와 혈관성 치매환자 모두에서 저하된 뇌의 측두-두정엽의 당 대사율이 증가하는 경향이 관찰됐다.

약물치료+원예치료군은 원예치료가 진행될수록 행동심리증상 중 공격행동과 반복적 언어 및 행동이 감소하는 경향을 보였으며, 특히 주변사람에 대한 관심과 협력이 점차 증가하는 결과를 보였다. 조씨는 논문에서 “이는 원예치료를 통한 주의집중력의 향상으로 생각할 수 있으며, 특히 원예치료를 통해 직접 식물을 심고 재배하는 등 생명을 돌봄으로써 긍정적인 경험을 체험하고 식물과 대상자 사이의 상호작용뿐만 아니라 대상자와 다른 대상자 간의 상호작용이 증진되었기 때문”이라고 분석했다.

또 “기억력의 유의한 향상은 원예활동을 통한 후각, 시각, 촉각자극 등 다양한 감각자극과 노인들의 오래된 기억을 자극할 수 있는 식물과 원예활동의 영향으로 분석된다”며 “원예치료에서의 활동 및 도구사용은 일상생활과 연계돼 지속적인 인지기능 향상뿐만 아니라 치매의 치료와 일상생활의 수행능력 향상에 효과적으로 활용될 수 있는 가능성을 보여주는 결과로 생각된다”고 밝혔다.

경기 일산에 위치한 뇌신경계 전문병원인 해본리병원 인지치료부 원예치료실장인 조씨는 또 “치매의 기억장애는 주의집중력이나 정보처리능력의 손상에서 기인한 정보등록결함과 집행능력의 장애로 인해 나타나는데, 원예치료에서의 다양한 감각자극은 이러한 장애를 보이는 치매환자들에게 형태인식 단계의 주의집중시간 및 이 시기에 인식되는 정보의 양을 증가시키는데 효과적이며, 특히 회상기법을 바탕으로 개발된 원예치료 프로그램에서의 식물과 원예활동이 치매환자의 장기기억을 자극한 것으로 보인다”고 분석했다. **산채**