

치매 환자에 대한 동물매개치료의 효과

김옥진

원광대학교 생명자원과학대학 교수
한국동물매개심리치료학회 회장
kimoj@wku.ac.kr



1962년에 미국의 소아정신과 의사였던 Boris Levinson은 'The dog as a co-therapist'라는 제목으로 출간한 서적에서 사람의 치료 영역에서 동물들의 중재 활동들의 이점에 대하여 체계적으로 정리하여 보고하였다(Fine, 2000). Levinson 박사는 자기 방어적이고 조용한 대상자와 중재에 활용된 개가 신뢰관계를 형성하는 라포(rapport) 관계를 쉽게 생성한다는 것과 중재 활동에 개를 이용한 세션 과정에서 참여 대상자들이 활동의 중재 매체로서 이용된 개와 이야기를 나누게 되는데 오랜 시간이 소요되지 않는다는 것을 또한 발견하였다. Levinson 박사는 개를 중재 매체로 이용하여 참여 대상자와 라포를 형성하는 과정을 '사회적 소통(social facilitation)'이라 불렀다(Fawcett & Gullone, 2001). Levinson 박사는 또한 동물들은 사람들을 도와줄 수 있는 감각을 극대화하여 '치료의 힘(healing power)'를 가지고 있으며, 특히 어린이와 노인들에 이러한 치료 효과가 더 크다고 하였다(Panzer-Koplow, 2000).

치매(dementia)는 대개 뇌의 병적인 변화 때문에 일어난다. 치매는 노인에게서 가장 흔히 볼 수 있고, 방금 기억했던 것을 되새겨 떠올리지 못하는 건망증으로 시작되는 경우가 많다. 그밖의 초기 증상으로는 착각·성급함·인격장애 등을 들 수 있다. 예전에는 65세 이상의 노인에게 발생한 치매를 노망이라 했고 그보다 젊은 환자의 치매는 초로치매 또는 알츠하이머병이라고 불렀다. 그러나 지금은 나이와 관계 없이 모든 치매 환자들에게 똑같은 증상이 나타나는 것으로 인식되고 있다. 치매 환자들은 대부분 뇌가 퇴화하는 알츠하이머병이라는 불치의 뇌 질환을 앓고 있다(브래타니키). 노인인구의 증가에 따라 치매환자도 크게 늘고 있다. 보건복지부에 따르면 2008-2012년까지 4년 동안 노인인구는 약 500

만 명에서 580만 명으로 17% 늘어났고, 이 가운데 치매 환자 수는 42만 명에서 53만 명으로 26.4%나 증가했다(의협신문, 2013).

이번 호에서는 치매(dementia) 환자에 대한 동물매개치료의 효과를 소개하고 관련 연구들의 문헌연구와 사례 연구를 자세히 알아보도록 하자.

본 론

흥분성(agitation)과 공격성(aggresiveness)의 감소

특별관리병동에 입원 중인 치매환자들의 흥분성과 공격성의 영향을 평가하기 위한 연구들이 수행되었다. Churchill 등(1999)은 3곳의 특별관리병동에서 흥분성 환각 행동(agitated sundowning behavior) 병력을 가진 대상자들에 대한 방문 프로그램에 의한 동물매개치료 효과를 알아보는 연구를 수행하였다.

대상자들은 처치군(동물매개치료 적용군)과 대조군(동물매개치료 비적용군)으로 나누어 관찰한 결과, 대조군 환자들 보다 처치군의 환자들이 흥분성과 공격성이 현저히 감소하였다. 이러한 효과는 대상자들의 치매 정도와는 상관성이 없었다. 연구자들은 처치군의 대상자들이 개와 접촉을 하면서 더 많은 사회성이 증가된 행동들을 보이는 것으로 보고하였다.

McCabe 등(2000)은 치매 환자에게 동물매개치료의 효과에 대한 연구를 수행하여 치료도우미 도입 1주전과 도입 후 4주 동안 대상자들의 증상 개선 효과에 대한 평가를 수행하였다. 연구결과, 치매 대상자들은 치료도우미견의 중재 활동에 의하여 낮 시간 동안의 행동학적 문제점들이 현격히 감소하는 것을 확인할 수 있었다.

Ray 등(1992)은 치매 환자들에 대한 시설에 상주하는 애완견(resident dog)의 효과를 연구하였는데, 개의 도입 후 동물매개치료 프로그램 활동이 일어나는 기간 동안의 평가와 프로그램 종료 후 3일째 대상자들의 평가를 각각 실시하였다. 연구 결과 치매 환자들에게 애완견의 존재가 증상의 개선 효과와 같은 이점을 주는 것으로 확인되었다.

Walsh 등(1995)은 정신병동에서 환자 대상자들의 행동에 미치는 visiting dog 프로그램에 의한 동물매개치료의 효과를 연구하였다. 하루 중 일정한 시간에 프로그램이 수행되었고, 개를 접촉하기 전과 활동 종료 후 바로 환자들의 심박수와 혈압이 측정되었다. Visiting dog 프로그램에 의한 대상자들의 심박수와 혈압에 효과가 관찰되었다. 심박수는 개를 접촉한 대상자들에서 유의한 감소를 보였다. 이러한 효과는 애완동물이 사람에게 주는 진정효과 때문인 것으로 추정되었다. Visiting dog 프로그램 활동시간에 개와 접촉하는 시간에는 환자들의 흥분 행동과 공격 행동이 감소되어 실험 대상 병동의 소음 수준은 낮아졌다.

Kanamori 등(2001)은 치매에 대한 치료 프로그램으로 개 또는 고양이를 이용한 동물매개치료의 효과를 보고하였다. 연구 대상자들은 대조군(동물매개치료 비적용)과 처치군(동물매개치료 적용)으로 나뉘어 연구가 수행되었다. 처치군의 대상자들은 대조군에 비교하여 3개월 프로그램 수행 후 행동에 현저한 개선이 관찰되었다. 대상자들의 공격성에 대한 평가를 수행하여 처치군의 대상자들이 대조군에 비교하여 공격성에 유의한 감소, 불안 감소 및 돌보아 주는 정도의 개선 등과 같은 전반적인 대상자들의 행동지표에 긍정적 변화가 확인되었다.

개인 가정에 상주하는 반려동물의 효과에 대하여 Fritz 등(1995)은 연구를 수행하였다. 연구결과, 반려동물을 집에서 기르는 알츠하이머병 환자들은 키우지 않은 환자들보다 언어 공격성이 유의하게 적은 것을 확인하였다. 또한 알츠하이머 환자들에서 반려동물에 대한 애정이 클수록 정서장애가 더 작은 것을 확인하였다.

Richeson(2003)은 소규모 파일럿 연구로 요양원에서 3주 동안 매일 방문 개(visiting dog) 프로그램 활동을 수행하고, 세션에 참여한 흥분성 행동을 가진 대상자들의 평가를 수행하였다. 연구결과, 개와 활동 후 대상자들의 흥분성 행동들은 현저히 빠르게 감소하였다.

사회 행동의 촉진

동물매개치료에 의한 사회 행동의 개선효과로 가장 먼저 알려지고 가장 널리 인용되는 연구들 중의 하나는 Kongable 등(1986)이 수행한 연구이다. Kongable 등(1986)은 특수관리병동 입원 환자들의 사회 행동을 기록할 수 있는 관찰 체크리스트를 이용하여 효과를 평가하였다. 개와 만남과 활동이 허락되는 그룹은 다시, 외부에서 중재 동물로 개를 일정한 요일과 시간에 맞추어 도입하는 방문 프로그램(visiting dog)과 병동에 개를 상주시켜 대상자들이 개와의 접촉을 자유롭게 할 수 있는 상주 프로그램(resident dog)으로 나뉘어 운영되었다. 연구결과, 방문 프로그램이나 상주 프로그램 둘 다 상관없이 대상자들이 개를 만나 활동할 때, 대상 환자들은 유의하게 개선된 사회 행동들을 보여주었다. 개선된 사회 행동들은 미소 짓기, 웃음, 눈 마주치기, 기대기, 마지기와 말하기 등이 있었다. 대상자들과 개와의 상호작용은 병동에 개를 도입 후 바로 유발되었다.

Churchill 등(1999)은 연구 대상자들에 개의 정기적인 방문 만남 활동을 통한 사회 행동들의 개선 효과를 연구하였고, 활동기간에 비디오 녹화한 후 Kongable 등(1986)과 유사한 기준을 사용하여 사회 행동 개선 지표를 분석하였다. 연구결과, 개의 방문에 의한 만남 활동은 대상자들의 향상된 사회 행동을 보이는 기간과 빈도가 유의하게 증가하였다.

Greer 등(2001)은 치매를 앓는 소규모 노인 여성들을 대상으로 대화능력 개선에 대한 장난감 고양이와 살아있는 고양이의 도입 효과를 비교 연구하였다. 연구결과, 살아있는 고양이와 만나 활동을 가진 그룹의 대상자들이 세션 중과 세션 후 둘 다에서 더 많은 대화를 하는 것으로 밝혀졌다.

Richeson(2003)은 동물매개치료 효과를 알아보려고 대상자 군에 개를 도입하여 매일 중재 활동을 3주 동안 수행하고 동물매개치료 활동 1주째와 마지막 주에 대상자들의 행동을 평가하여 동물매개치료 효과를 비교 연구하였다. 연구결과, 동물매개치료 활동 1주째 보다는 마지막 주에 대상자들의 행동에 더 큰 긍정적 효과들이 관찰되었다.

영양 개선

Edwards & Beck(2002)은 3개 특별관리병동들에 입원한 알츠하이머 환자들을 대상으로 수족관 물고기 매개 동물매개치료의 효과를 연구하였다. 2개 병동들에는 처치군으로 식당

구역에 특별히 제작된 수족관을 도입하였다. 1개 병동은 대조군으로 식사 구역에 수족관을 설치하지 않았고 단지 바다 사진만 게시하였다. 연구 기간 동안에 대상 환자들의 식사 소비량과 체중을 평가하여 분석하였다. 3개 병동에서 2주 동안 기준점수 설정을 위한 측정이 이루어졌다. 연구 시작 후 첫 2주 동안 매 식사 소비량이 측정되었고, 체중은 1주에 1회 평가되어졌다. 2주 기준점수 설정 기간이 지난 후, 6주 동안 매 주 1회 식사 소비량과 체중이 측정되어졌다. 대조군의 바다 사진 게시는 식사섭취와 체중에 영향을 주지 못했다. 반면, 수족관이 도입된 처치군에서 대상자들은 식사량이 늘었고 체중도 늘었다. 스텝들에 따르면 흥분성 행동의 참여 대상자들이 수족관을 차분히 관찰하면서 흥분성 행동이 감소될 수 있었다고 보고하였다. 이러한 효과는 8주 연구기간 동안 유지되었다. 처치군에서 초기 2주 수족관 도입 기간 보다, 나머지 6주 연구기간에 대상자들의 영양섭취가 유의하게 증가하였다. 이러한 연구결과로 부터 수족관의 물고기가 대상자들과 방문객들의 사회 반응 활성화의 매체로서 작용하는 것으로 추정되었다. 물고기 매개 동물매개치료는 이러한 연구결과에서 알 수 있듯이 초기 수족관 설치에 비용이 필요하지만, 수족관 도입에 따른 대상자들의 식사량 증가는 영양을 개선하고 결과적으로 건강을 개선할 수 있으며, 병원에서도 대상자들의 영양관리와 보충을 위한 추가 비용 지출을 줄일 수 있어 장기적으로 비용을 경감할 수 있을 것으로 기대되고 있다.

고 찰

동물들과의 유대 관계 형성만으로도 해당 노인 대상자는 동물들과의 즐거운 산책이나 돌보기 활동을 통하여 운동이 촉진되는 효과를 얻을 수 있다. 이와 같이 반려동물은 사회활동의 감소 경향을 보이는 노인 대상자들에게 운동을 하게 촉진하는 등의 역할을 수행하기 때문에 노인들에게 특별한 가치를 제공한다(Panzer-Koplow, 2000). 일반적으로 노인으로서 나이가 들어감에 따라 동물들의 역할이 더욱 늘어날 수 있다. 노인들은 다른 사람으로부터 돌봄을 받아야 될 필요가 증가한다. 성인일 때 그들은 남을 돌보는 것에 익숙하였는데, 나이가 들면서 돌봄을 받아야하는 이행단계에 직면하게 되는 것이다. 이러한 이행단계는 노인들에게 의존감과 자기가치 상실의 두려움을 갖게 한다. 반려동물을 기르는 일은 노인에게 다른 개체를 자신이 돌보아줄 수 있다는 느낌을 들게 하고 자신의 유용감을 유지할 수 있게 하여 정신건강 유지에 도움을 줄 수 있다(Panzer-Koplow, 2000).

최근 보고된 문헌들에 따르면 동물매개치료는 대상자들에 대한 진정효과와 사회화 능력을 증가시킨다고 한다. 중재 매체로서 치료도우미동물의 존재는 함께 생활하거나 동물매개 치료 프로그램 세션을 통하여 만남의 시간을 가지는 대상자들에 강력한 사회화 촉매제(social catalyst)로 작용할 수 있다(McNicholas & Collis, 2000). 치매를 가진 대상자들에서 동물매개치료가 대상자들에 진정 효과와 사회화 능력 향상 효과를 유발하는 것은 당연한 결과라 할 수 있다. Fritz 등(1995)은 치매를 가진 대상자들이 애완동물과 정기적으로 만나는 활동을 하면 치매 행동의 개선 효과가 있음을 보고하였다. 동물매개치료는 치매를 가진 환자들에 하나의 정신사회적 중재 도구로서 역할을 제공한다.

현재까지 보고된 치매 환자들에 대한 동물매개치료 효과에 관한 연구들은 다양한 치매 증상의 개선 효과를 보고하고 있다. 향후 과학적 연구결과들을 더 많이 확보한다면 치매 환자들에 대한 동물매개치료의 적용을 일반화하여 널리 보급할 수 있을 것으로 판단된다.☺



[노인 환자 대상 동물매개치료 - 자료 출처: 보박스 기념병원]



[노인 환자 대상 동물매개치료 - 자료 출처: <http://www.andreaarden.com>]