

## 전공의 광장

고신대학 의학부 이비인후과 전공의  
이미현

처음부터 이비인후과에서 암환자를 취급하리라고는 조금도 생각하지 않은 것이 분명했다. 각고 끝에 이비인후과에 입문한 후 비강한 각오로 첫 출근을 하던 날 Tracheostoma에서 사방으로 튀던 sputum을 피하면서 인간이 꼭 저렇게 살아야하는가 하는 비의료인적 생각과 함께 우아하게 환자를 보리라던 망상은 한순간에 사라져 버렸다. 어쨌던 첫날의 충격으로 이비인후과에 대한 선입관은 완전히 바뀌었으며 모골이 송연했던 순간순간을 거치면서 시간과 생명의 촉박함에 있어 그 어느 과에 뒤지지 않는다는 것을 깨닫게 되었다.

더우기 '악성종양입니다'라는 진단후 마치 세상의 종말이라도 온 것처럼 반응하던 여러 환자를 맡으면서 '어떻게 환자에게 삶에 대한 희망과 용기를 갖게 하여 치료에 임하게 할 수 있을까'하는 전인적인 생각보다는 고장난 하나의 기계로 취급하지 않았나 하는 의문에 대해 강한 부정을 할 자신은 없다. 그러던 중 2권의 책을 접하게 되었는데 그것은 가히 "기적"이라고 할 만한 내용을 가지고 있어 여기 간단히 소개해 보고자 하며 좀 더 관심이 있는 분은 마음의 의학 - 칼 사이몬튼(정신세계사), 사랑은 의사 - 베니 시겔(고려원)을 참고하시기 바란다.

1980년대 이후 기계적인 우주관과 생명관에서 탈피하려는 거센 움직임이 자연과학에서 일고 있는 것과 때를 같이 하여 의학과 건강 관리의 분야에서도 근본적인 발상의 전환이 잔잔한 파문을 일으키고 있는데 특히 Carl Simonton은 전인적인 치료방법을 통해 암을 치료하여 의학계의 혁명가로 불리우고 있다. 그는 oncologist로 정신과 의사인 그의 부인 Stephanie M Simonton과 함께 Simonton Cancer

Center를 만들어 환자의 정신, 신체, 주변환경을 다각적으로 연결하는 정신 - 신체 상관의 학을 적용, 암환자를 위한 집중적인 심리요법 프로그램을 개발하여 환자들을 치료하고 있으며 그 결과는 경이적이라 한다. 오늘날 일반적으로 암이 발암물질이라던가, 유전적 요인, 방사선, 기타 여러 종류의 음식물 따위에서 발생되는 것이라고 상식적으로 알고 있다.

그러나 이들 외적요인설을 가지고는 '어떤 사람은 암이 발생하지만 어떤 사람은 암이 발생하지 않는다.'는 문제를 설명하기 어려운 때가 많다. 바로 이런 의문점에서 칼 사이몬튼은 출발하게 된다.

즉 이런 사정을 설명하기 위해서는 무엇이 어떤 사람들에게 암을 발생시키는가 하는 문제를 해명해야 하는데 이것에 가장 큰 작용을 하는 숨겨진 요인이 '면역성'이며 체내의 면역기능의 억제가 암발생의 방아쇠가 된다는 것이 여러 연구결과로 증명되고 있어 오늘날 의학계에서는 암발생의 theory로 면역조직에 의한 감시설이 널리 받아들여지게 되었다. 그러나 체내의 방어조직에 무슨 탈선이 발생했기에 면역조직의 활동이 억제되고 그 이상세포가 생명을 위협하는 종양으로 재생산되는 것인가, 또 오랫동안 성공적으로 수행해온 면역조직의 기능을 억제하는 정체는 무엇인가 하는 의문을 대답하려면 아무래도 건강이나 질병과 깊은 관련이 있다고 생각되고 있는 심리적, 정신적 요인을 고려하지 않을 수 없다.

심리적 상태와 질병과의 관계를 밝힌 초기 연구는 1920년대 프라하대학교수였던 Hans Selye박사로 그는 면역기능을 억제하는 심리적 만성스트레스가 호르몬의 균형을 깨뜨려 그 호르몬의 불균형 상태는 이상세포를 흡수파괴

하는 면역조직을 억제시켜 이상세포의 증식을 촉진하게 된다고 하였으며 그후 여러 학자들에 의해 그 결과가 뒷받침되었다.

또 1870년대 James Paget 경이 Surgical Pathology에서 ‘강렬한 불안과 실망을 체험한 후 이어서 급속하게 암세포가 성장하기도 하고 증식하기도 한 예가 너무 많기 때문에 억울함이 암의 발병이 한 원인이 된다는 것은 의심할 여지가 없다.’고 하였으며 1893년 Snow에 의해 암과 감정과의 관계를 통계학적으로 연구하는 최초의 시도가 있는 등 19세기 후반부터 20세기 초에 걸쳐 전문가들 사이에 마음의 상태와 암의 관계에 대한 생각이 대체로 일치되어 있었음에도 불구하고 그 뒤를 잇는 전신마취와 외과수술기법, 방사선 요법 등의 인간의 신체를 치료하는 기술이 더 진보함에 따라 마음과 암의 관계에 대한 관심이 회박하게 되어 버리고 단순히 신체적인 치료를 시술함으로서 만 치유시킬 수 있다는 생각이 주류를 점하게 되어버렸을 것이다.

그러나 심리학에서는 오히려 암과 마음과의 관계를 해명하려는 노력이 더욱 절실히 많은 학자들의 연구 및 임상실험이 있었는데 이들을 종합적으로 분석해보면 암이 발병되기 앞서서 심리적 과정을 밝혀낼 수 있게 되었는데 적어도 다음 5가지 측면이 있다고 하였다.

### 1. 유아기에 형성된 관념이 장애가 된다.

예를 들면 부모가 격렬하게 싸우는 것을 보고 ‘적대감을 밖으로 드러내는 것을 좋지 않다’고 생각하여 어떤 감정을 느끼던지 표면적으로 언제나 웃는 얼굴로 있고 항상 남을 먼저 생각하는 착한 아이가 되어야 한다는 의식이 고착되어 그것이 그의 life style이 되어 그후 인생에서 만나는 여러가지 스트레스에 대한 내성을 약화시킨다는 것이다.

### 2. 암이 발병되기 전에 스트레스가 큰 사건 즉 배우자와의 이별, 빈곤, 중요한 역할의 상실 등 본인 존재 자체를 위협하는 사건을 만난 경험이 있다는 것이다.

### 3. 이런 스트레스가 자신의 규칙 및 대처방법으로는 어떻게 해볼 수 없는 상태를 만들어낸다.

4. 자기의 행동규칙을 바꾸기가 불가능하다고 생각함으로서 당면한 문제를 해결하지 못하고 궁지에 몰린다.

5. 문제와 자기 사이에 거리를 두고 불변이나 부동이며 완강하게 된다.

이런 심리적 요인에 의하여 암발생이 유발한다고 볼 때 칼 사이몬튼은 그림 1과 같은 암발생 심신상관이론 모델을 제시하게 된다.

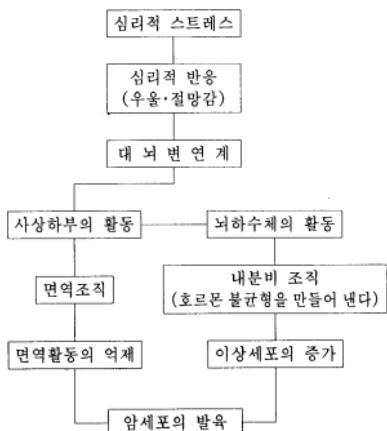


그림 1 암발생의 심신상관이론 모델

그렇다면 앞에서 설명한 이론에 근거할 때 이러한 암세포 성장을 촉진할 수 있는 생리적 조건으로 전환될 수 있는 감정들의 통과경로를 거꾸로 이용하여 암발생과정을 역전시킬 수 있다는 것이다. 이에 대한 칼 사이몬튼의 암제 암 심신상관이론 모델이 그림 2와 같다. 이 모델을 기초로 칼 사이몬튼은 자신들의 암센터에서 이 이론을 실제로 응용하고 있는데 ‘마음의 의학’이라는 책을 보면 이들이 시행하는 약식의 6주간 program을 개략적으로 설명하고 있으니 참고하시기 바란다. 또한 이 program을 위해서는 보호자의 교육이 필수적인데 이는 환자와 마찬가지로 보호자도 여러 감정에 대응하기 위한 원조와 지지가 필요하며 환자에게

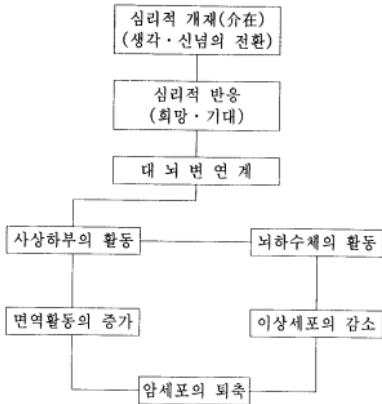


그림 2 암제암의 심신상관이론 모델

병에 대한 태도를 바꿀 것을 권하거나 이미지 요법이나 신체운동을 규칙적으로 권할 때 보

호자가 어떻게 도와주는가에 따라 실행정도가 결정되기 때문이다. 사이몬튼박사는 이 program이 심리학적 치료법에만 의존하고 있는 것 이 아니라고 우려하면서 이것을 시행함으로서 의학적치료를 받는 것이 자체되어서는 안되며 이는 환자가 받는 의학적 치료를 촉진하는 기능을 하도록 계획된 것이지 그것을 대신하는 것이 아니라고 주장한다.

암을 제압하는 길은 면역활동을 증가하는 것과 이상세포의 감소이며 이를 두가지가 동시에 일어날 때 가장 최적이므로 수술, 방사선요법, 화학요법이 이상세포의 감소 및 제거에 대한 노력이라 할 때 현재 연구중인 면역요법 및 심리요법에 의한 면역활동의 증가가 같이 병행된다면 사망율 1위를 달리는 악성종양의 위치에 더 나은 결과를 가져오리라 생각되어 지며 특히 격무에 시달리어 정신적인 여유가 없이 암환자의 심리적인 면을 배제한 채 신체적 치료에만 매달리는 전공의들에게는 한번 음미해 볼 만한 내용인 것 같다.