

## 老年情志病을 치료한 경험

方學善\*

주요내용 : 본문에서 필자는 사람이 늙어 퇴직한 후 생활습관과 사람들 사이의 관계변화 등 여러가지 요소로 하여 용이하게 情志病이 발생할 수 있다는 관점을 論證하고 나서 心理療法과 약물을 배합하여 치료한 경험을 소개하였다.

사람은 木石과 달리 누구나가 다 감정이 있다. “喜怒哀樂”은 인간의 常情으로써 일반적으로 병을 일으키지 않는다. 그러나 돌연히 강렬하게 혹은 장기적으로 지속되는 정신자극은 흔히 병을 일으킬 수 있다. 그러므로 『東醫壽世保元』은 “愛惡所欲, 喜怒哀樂이 偏着하면 병이된다”고 하였다. 그런데 “人事에는 一曰居處, 二曰黨與, 三曰交偶, 四曰事務”가 있다. 그러므로 사람의 정신활동은 늘 “居處” 등 자연인소와 “交偶”, “黨與”, “事務” 등 사회인소의 영향을 받게 된다. 노인들은 퇴직하면 늘 자기의 익숙한 사업과 생활환경을 떠나게 되며 혹은 새 문화 새 경제생활의 발전에 적응하지 못하는 등위 원인으로 인해 쉽게 情志方面의 질병이 생기게 되는 것이다. 필자는 임상중에서 정신, 정서, 심리등 요소가 인체건강에 주는 영향이 극히 크다는 것을 체험하였다. 노인병을 진찰할 때에는 병자의 정서를 장악하여야 할 뿐만 아니라 또 환자의 정치정황, 경제변화, 가정형상 및 喜怒哀樂의 정서변화도 이해하여야 한다. 情志변화 및 심리상의 創傷은 육

체상의 創傷보다 더욱 음폐적이고 더욱 深沈하고 더욱 이해하기 어렵다. 때문에 노인병을 치료할 때에는 절대 병만 보고 사람을 보지 않아서는 안되며 心理療法에 중시를 돌려야 한다. 許浚은 『東醫寶鑑』에서 이렇게 말하였다. “병을 치료하려면 먼저 그의 마음을 다스려야 하며 그의 마음을 바로 잡아야만이 치료에서 효과를 볼 수 있다. 병자로 하여금 마음속의 의심스러운 생각을 말끔히 가시게하고 또 일체 망녕된 생각, 일체 불평, 일체 오해를 납득시키고 일거에 풀어준다면 마음이 자연히 개운해지면서 병도 자연히 낮아지게 된다. 이러면 약을 먹지 않아도 병이 절로 낫게 된다. 이것이 바로 참된 의사가 道로써 마음을 다스려 병을 치료하는 大法인 것이다”. 여기에서 우리는 心理療法의 중요성과 필요성을 가히 알 수 있다. 老年情志病을 치료하려면 수선환자의 신임을 얻은 후 다시 환자의 심리활동변화를 자세히 관찰하고 부동한 정황에 근거하여 잘 이끌어 주고 환자를 방조하여 병에 대한 인식을 제고케하고 환자의 주관능동성을 발동하여 병에 대한 두려움과 우울해하는 불량한 심리상태를 없애버리고 질병을 전승할 수 있다는 신심을 수립시켜 주어야 한다. 필자는 老年情志病을 치료할 때에 늘 啓蒙解惑法, 以情移情法, 言語開導法, 關懷支持法 등 심리요법과 약물치료를 결부하였는데 그 효과가

\* 연변조선민족의약연구소

비교적 좋았다. 이제 病例 두件을 아래에 소개하는 바이다.

1. 金모모, 여, 58세. 1992년 5월 8일 초진. 병에 걸린지 3달 남짓하였다. 이미 懸과 市級병원에서 胃鏡餐攝片 胃鏡檢査와 病理活檢을 하였는데 모두가 淺表性胃炎이라고 진단하였다. 그렇지만 평시에 의심의 많은 이 병자는 믿어지지 않아 또 점쟁이를 찾아갔다. “병이 이미 들렸으니 말하기 어렵소이다”라고 하는 점쟁이의 말을 듣자 그는 癌에 걸린 것으로 의심하고 그 때로부터 우울하고 고려하고 실망하면서 음식을 전폐하다시피 하였다. 이리하여 환자의 병증세는 날로 엄중하여 갔다.

병 증 세 : 胃脘部가 脹痛하고 시원찮은 트림이 자주 났으며 소화가 잘 안되고 드문 드문 양면구리도 아파왔다. 정신이 나지 않고 맥이 없으며 식미도 전혀 없었다. 배에서 소리가 나고 대변을 묽었다. 혀는 연하고 설태는 희고 찌득하며 맥은 沈緊하였다.

1) 용모, 표정 : 月型 눈까풀 밖의 눈꺼가 아래로 처지였으며 입은 크고 입술은 두터웠다. 단정하고 온순한 표정이었다.

2) 體型 : 작고 여위였으며 앓음 앓이가 풍더분하였다.

3) 聲音呼吸 : 음성은 낮고 느리었으며 드문 드문 한숨을 잘하였다.

4) 性情 : 내성적이며 말하기 싫어하고 밖에 나다니기 좋아하지 않는다.

5) 辨象辨證 : 少陰人寒多型, 胃痛

6) 治法 : 溫補脾胃, 理氣止痛.

진찰을 끝낸 후 이 병의 현재 정황과 검사 정황 그리고 이 병은 절대 癌이 아니라는 것을 그에게 해설해 주었다. 또 胃炎과 胃癌의 발병 원인 및 부동한 점을 상세히 알려줌과 동시에 각종 검사의 과학성도 설명하여 주었다. 따라서 理中丸과 香蘇散을 加味하여 주면서 또 마음을 폭 놓고 약을 잘 쓰

라고 고무하여 주었다.

7) 처방 : 人蔘10g, 白朮15g, 乾姜7.5g, 香附子15g, 蘇葉10g, 陳皮10g, 蒼朮15g, 炙甘草5g, 生薑10g. 하루에 한첩씩 물로 달여 먹는다. 일주일간 약을 쓰니 胃痛도 멎고 정신상태도 좋아졌으며 식미도 회복되기 시작하였다. 이리하여 그는 의사의 말이 거짓말이 아니라는 것을 알게 되었다. 원 처방을 약간 가감하면서 20여첩을 쓰고 2개월간 調理하였더니 병이 전부 나았다.

8) 평어 : 少陰人 臟局은 脾小腎大이기에 비장기능이 원래 약하다. 때문에 寒邪가 內侵하면 脾胃가 쉽게 피해를 받는다. 병의 시작은 바로 이리하였다고 인식된다. 그런데 원래 “속이 좁고 우려가 많으며 늘 불안한 심정인”이 少陰人병자는 그 과학적인 진단도 벗어나지 않아 또 점까지 쳤던 것이다. 이리하여 “恐癌之症”까지 걸려 더더구나 근심 고려한 까닭에 寒邪에다 氣까지 郁滯하여 升降運動이 失常되고 脾臟이 不納하기에 병은 날따라 중해졌던 것이다. 병자에게 啓蒙解惑法을 하니 그의 의심은 없어지고 침울하고 비관 실망하던 정서도 개변되었다. 따라서 중약으로 溫補脾胃, 理氣止痛하니 “脾氣卽活”하여 곧 효과를 보았던 것이다. 처방 香蘇散은 『得效方』에서 나왔는데 원래 四時溫疫을 치료하는데 쓰는 처방이다. 그런데 필자는 처방의 구성으로부터 고려하여 寒凝氣郁로 인한 胃痛, 腹痛, 泄瀉등에 써보았는데 그 효과가 비상히 좋으므로 특히 참고로 제공한다.

2. 以情移情法 : 李모모, 남, 62세. 1992년 6월 20일 초진. 퇴직한지 3달 남짓한데 매일마다 하는 일이 없다. 정서는 소침하고 한숨을 자주 쉬었으며 잠이 잘 오지 않고 꿈이 많았다. 때로 가슴이 답답하고 온 일신이 번열이 나고 식미도 없어 하였다. 눈은 붉고 머리가 아프고 찬물을 즐겨 마셨으며 대변은 굳었다. 혀는 붉고 설태는 얇고 누른색이며 맥은 細弦微數하였다.

1) 용모, 표정 : 머리는 남북골이고 下觀이 뽀고 눈은 크고 명랑하였으며 입은 작고 입술은 얇다.

2) 체형 : 중등기에 좀 여위고 上實下虛체형이다.

3) 辨象辨證 : 少陽人熱多型, 郁證

4) 治法 : 滋陰清熱, 解郁安神

辨象辨證을 통하여 以情移情法을 쓰기로 작심하였다. 요해에 의하면 이 환자에게는 원래 서법과 꽃을 가꾸기를 즐기는 흥취가 있었다. 이리하여 나는 그에게 매일 아침 저녁으로 자신의 심정을 토로하는 글을 10여장씩 쓰며 또 화분통 여럿을 가꾸면서 자기 마음을 즐겁게 하기에 유의하라고 하였다. 한편 地黃白虎湯을 가미하여 복용시켰다.

5) 처방 : 石膏20g, 乾地黃15g, 知母10g, 梔子10g, 玄參10g, 山茱萸10g, 防風5g, 獨活5g, 柴胡5g. 하루에 한접씩 물로 달여 먹게 하였다. 두달 후에 이 병자는 감기에 걸려 왔는데 말하기를 위의 약을 10여첩 쓰고 매일마다 서법, 꽃가꾸기, 음악청취 등을 견지하였더니 병이 전부 나았다고 하였다.

6) 평어 : 이 병은 퇴직한 노인들에게서 종종 보게 된다. 허다한 노인들은 퇴직 후 새로운 생활습관에 맞춰 자기 생활을 새롭게 조직하고 유쾌히 보내고 있다. 예를 들면 노인궁전에 가서 각종 노인활동에 정상적으로 참가하거나 혹은 새로운 일거리를 찾아 거기에 흥취를 붙이다나니 날밤이 어떻게 흘러가는지 모르고 있다. 허나 원체 성지가 급하고 "事務를 重히 여겨" 아주 부지런하고 "欲舉而不欲措"하여 조금도 앉아 있으려 하지 않던 이 병자는 퇴직 후

자기 생활을 이렇게 조직 못하였다. 그리하여 온하루 집에만 박혀 있는 그에게는 자연히 잡념이 많아지고 속이 갑갑나고 공허하고 쓸쓸하고 고독하고 나아가서는 심리변태 반응까지 생겨 이렇듯 병이 나고 말았던 것이다. 바로 『東醫壽世保元』에서 말한것처럼 "愛惡所欲, 喜怒哀樂이 偏着하여"發病한 것이었다. 이리하여 필자는 以情移情法을 써서 환자로 하여금 불필요한 잡념과 고독한 생활에서 해탈되어 서법과 꽃가꾸기등 취미로 새로운 생활질서를 수립하게 함으로써 병의 好轉에 큰 작용을 일으키게 하였다. 少陽人臟局은 脾大腎小이기에 腎陰이 不足하고 胃熱이 內盛한다. 이 한기초상에서 오늘 情志抑鬱하여 化熱한 것은 자연스러운 일이다. 눈은 脾臟의 黨與이다. 脾臟은 주로 받아 넣고 (納) 腎臟은 주로 내보내며(出) 一納一出은 상대적인 평형상태를 유지한다. 오늘 腎陰이 不足하고 胃熱이 올라가기에 눈에 피가지고 두통이 나며 식미가 없고 대변이 굳다. 胃熱이 上擾하여 心神이 不安하기에 잠이 잘 오지 않고 꿈이 많고 가슴이 답답해 난 것이다. 李濟馬는 "少陽人裡熱病에는 地黃白虎湯이 性藥이다"고 하였다. 이리하여 本例에 地黃白虎湯을 加味하여 주었던 것이다. 처방에서 石膏, 生地, 知母, 梔子, 玄參, 山茱萸는 滋陰, 清熱, 安神하고 防風, 獨活, 柴胡는 開胃舒郁한다. 이리하여 약물은 病機와 부합되고 心理療法은 약물과 배합하여 서로 보충하고 서로 촉진하기에 만족스러운 효과를 거두었다.