

## 애증의 질곡(桎梏)

(우울증의 증상1)

이미 말하였다시피 우울증은 아주 경한 것에서부터 정신과적 도움이 없이는 결코 극복할 수 없는 정도로 심한 것까지 매우 다양한 증상을 보인다.

기분 상태가 오르락내리락하는 양극성 장애(조울증)와는 달리 우울 기분 한가지만이 문제가 되는 주요 우울증을 보면 마치 오래된 자동차가 배터리가 다 닳아 시동과 주행에 어려움을 겪는 것을 보는 것 같다. 다시 말 해서 "정신적 에너지의 절대적인 부족"이 우울증의 근간(根幹)을 이루고 있다.

일반적으로 우울증에 들어가는 사람들의 특징은 '우울하다'는 느낌을 제외하고도 많은 증상으로 시달림을 받는다는 점이다. 보통 외계에 대한 관심의 소실, 허무한 느낌, 살아봐야 희망이 없다는 생각, 외로움을 심하게 타면서도 사람들을 만나기 싫어하는 대인관계의 단절, 출구가 없는 공간에 갇혔다는 느낌 등이 그것이다.

생리적으로는 식욕의 감퇴, 심한 체중 감소, 불면증, 아무리 자도 잔 것 같지 않은 피로감, 두통, 요통, 성욕 감퇴 등을 보이며, '결린다', '쪼인다', '전기가 통한다' 등 생리학적으로 설명되지 않는 사지의 묘한 통증이 생기는 수도 있다. 거기에 불안감이 동반될 때는 식욕부진 대신 마구 먹어 대서 마침내 똥보가 되는 경우도 간간히 볼 수 있다.

주요 우울증은 또 나이에 따라 그 증상이 다를 수 있다.

소아기에는 대개 엄마로부터 떨어지면서 심한 불안과 공포를 느끼는 격리 불안(隔離不安)이나 학교 공포증으로 나타날 수 있으며, 사춘기에는 집단 패싸움을 하거나 본드 등 불법적인 약물에 탐닉하기도 한다.

사춘기 후기나 청년기에는 가출이나 무단결석, 또는 난잡하고 무분별한 성행위를 보일 수도 있으며, 노인들에게서의 우울증은 흔히 치매(癡呆)환자와 구분이 안 될 정도의 지적 기능의 감소(가성 치매)가 두드러진다.

주요 우울증은 우울기의 저점에 있을 때 위에 열거한 여러 증상들 외에도 보고 듣고 판단하는 인지(認知)기능의 장애로 말미암아 피해망상과 환청, 착각 등이 뒤따르기도 한다.

이 시기에 "나는 꼭 죽어야만 한다"는 절대 절명의 자살 충동이 있으나 에너지의 부족으로 말미암아 실행하지 못 한다. 우울증 환자가 자살을 기도하는 것은 대개 최저점의 우울기분을 벗어났을 때 가능해진다.

30대 중반의 가정주부인 A씨는 첫아이를 낳고 오래 되지 않은 시기에 우울증이 시작되었다. 처음에는 일과성인 산후 우울증(Postpartum blue) 정도로 생각되었던 그녀의 증상은 날이 갈수록 더욱 심해져서 하루 종일 말도 않고 누어 지내기만 하였다. 그러던 어느 날 갑자기 “누가 자꾸 나를 나오라고 하는 것 같다”며 안절부절 못 하다가 병원에 입원하게 되었다.

그녀의 원래 성격은 너무나도 깔끔하여 장롱이며 책상이며 어느 곳에도 먼지 하나 없이 반짝거리게 해 놓고 살았다. 그러나 그 우울증이 시작할 무렵부터 그녀의 ‘깔끔증’은 거의 병적으로 심해지기 시작했다.

한편 그녀의 친정어머니는 매우 독선적이고 편협한 사고를 가지고 있으며 젊은 시절부터 온갖 대소사를 독단적으로 결정하는 ‘파워 우먼’의 대명사였다. 그녀의 아버지는 이런 어머니와 비교되어 상대적인 무능력자로 낙인 찍혀 있었고, 그는 그러한 자신의 가족 내 위상(位相)에 반항이라도 하듯 알코올 중독자가 되어 버렸다.

그녀의 기억 속에 남은 어린 시절의 가족 풍경은 언제나 취해서 횡설수설하는 아버지와 그런 아버지를 자식들 앞에서 보라는 듯이 공격하는 어머니, 술에 취해 꼬꾸라져 잠이 든 아버지를 동정 반 미움 반의 심정으로 바라보는 자신의 자화상이었다.

분노와 미움, 동정과 혈육의 정은 극명한 양가감정으로 발전하였으며 그러한 갈등이 표출되는 것을 그녀는 미친 듯이 집안 청소를 하는 일로 진정시키곤 하였다.

후일 그녀의 아버지는 ‘싸이나’를 먹고 자살했다. 평생 가장 아꼈던 그 딸을 바라보며 아버지는 끝내 아무 말도 않고 세상을 떠났다. 그녀는 아버지가 세상에 대한 분노와 어머니에 대한 애증의 질곡(桎梏)을 일부러 발설하지 않고 떠나 버린 것이라고 믿고 있었다. 그녀는 아버지가 무언가 말을 할 수 있는 빈틈을 주지 않은 것이 자신의 잘못이라고 생각했으며 그 기억은 그녀의 가슴속에 끝없이 깊은 죄의식으로 자리 잡고 있었다.