

너무나 어지러워!

(우울증의 증상 5)

우울증의 증상 중 주관적인 우울 기분을 제외한 다른 증상, 예컨대 무력감, 두통, 어지럼증, 불면증, 요통이나 설명이 잘 안 되는 사지의 통증, 소화불량, 변비나 설사 등의 위장관 증상 등은 환자로 하여금 대개 내과적인 질병으로 생각해 하여 진료를 받으러 다니게 하는 경우가 흔히 있다.

그러나 불행하게도 이들이 3개월이나 6개월 이상을 다녀도 거의 호전이 없는 경우가 있는데, 그런 경우에는 혹시 이런 증상들이 심리적인 영향 하에 방어적으로 작동되고 있는 것이 아닌지 고찰해 볼 필요가 있다.

이들은 대개 내과, 외과를 전전하는 동안 기본적인 혈액검사, 소변 검사는 물론이고 뇌 단층 촬영, 흉부 X선, 갑상선 기능 검사를 비롯한 내분비 계의 이상 유무를 두루 검진 받은 경력이 있는 것이 보통이다. 다행스럽게도(?) 그 증상이 내과적인 질병을 의심케 할 충분한 이유가 될 때 그들은 인근 의원의 '단골 환자'가 되어 '내 집 드나들 듯'하며 지내는 게 보통이다.

그러나 내과적인 치료법이 한계에 도달했을 경우나 또는 그 증상 자체가 아예 해부학적, 생리학적으로 설명되지 않는 기이한 것일 때 본인은 물론이고 치료를 하던 의사도 몹시 난감한 상황에 빠지게 된다. 더욱이 그런 증상들은 한 가지를 치료하고 나면 슬며시 인근의 장기(臟器)로 옮겨가서 심지어는 피병을 부리는 사람이라는 곱지 않은 시선을 받게 하기도 한다.

최근에는 신체적인 질병이 분명히 있고 - 예컨대, 위장염을 자주 앓는 경우 내시경으로 그 병소를 발견했을 때 - 심리적인 요인이 그 질병을 악화시키고 있다면 '정신 신체장애'로 분류하며, 심리적인 상태에 따라 영향을 받는 통증은 '심리적 요인과 관련된 통증 장애'로 세분하고 있다. 그러나 필자의 견해는 정신 신체장애로 분류되는 몇 가지의 예를 제외하고는 그 근본적인 역동은 대부분 본인이 주관적으로 느끼건 느끼지 못 하건 간에 우울 기분 (depressive mood)으로부터 기원하고 있다고 본다.

45세 된 B부인은 만성적인 어지럼증으로 내과와 신경외과, 이비인후과 등에서 수 년 간 치료를 받은 경력이 있었다. 증상은 좋아지지 않았으며 동네 약국에서는 ‘빈혈’이라며 철분 제재를 먹어 보도록 권하였다. 어떤 방식으로든 시원한 효험을 보지 못 했던 그녀는 후일 술을 마시면 어지럼증이 좀 덜 하다는 사실을 알고 매일 밤낮으로 술을 조금씩 마시며 지냈다.

알코올로 불안감을 잠재우며 동시에 취중의 들뜬 기분으로 생활을 유지하던 그녀는 마침내 한계 상황에 도달해 ‘어쩔 수 없이’ 신경 정신과를 찾은 것이었다.

소량의 항 우울제와 정온제로 정말 씻은 듯이 증상이 없어진 그녀는 그 후에는 오히려 우울해진 듯 울면서 자신의 기박한 이야기를 하였다. 일찍 남편을 여의고 두 자녀와 함께 지금의 남편과 살림을 합치면서 겪었던 심리적인 고초는 두 말 할 것도 없이 그녀가 우울 등 가증(等價症)으로서의 ‘빈혈기’를 앓게 했음을 시사하는 중요한 근거였다.

32세된 J부인은 어느 치과 대학 병원에서 보철물을 끼운 후 반 년이 지나도 이물감과 통증 때문에 어찌하지를 못 하고 담당 교수를 애태웠다. 동시에 그녀가 불면증과 신경과민으로 고통 받고 있음을 감지한 담당 교수는 그녀를 설득하여 신경 정신과 진료를 받게 하였다.

처음 어리둥절하던 그녀는 진료를 받으면서 “마음도 편해지고 잠도 잘 오더니 이상하게 보철물에서도 이물감이 없어졌다”고 하였다. 그녀는 심리적인 문제 때문에 잠을 못 자고 그 때문에 이물감과 통증이 있다는 사실을 이해하지 못 하고 “이(齒) 해 놓고 나서 아프니까 잠도 못 잔다”며 담당 교수를 원망했었다.

67세 된 K할아버지는 해부학적으로 설명 안 되는 악 관절(턱뼈)의 통증으로 충청도, 경기도, 심지어는 서울까지 다니면서 치료를 받았다. 그는 밤새 꿈을 꾸다가 새벽이 되면 턱뼈의 심한 통증으로 잠을 깨곤 했다. 처음에는 다들 삼차 신경통으로 생각했으나 전혀 진전이 없었으며, 치료를 담당했던 의사들은 다들 그만 혀를 내두르고 말았다.

“낮게만 해준다면 미국에라도 가겠다”던 그 할아버지는 후일 “신기하다”며 “사실은 나이는 먹고 자식들은 경제적으로 신통치 않아서 늘 걱정이 많고 우울하였다”고 지난날을 회고하였다.