

세상 살 맛이 안 나

(조울병의 우울기)

우리가 흔히 말하는 ‘우울증’이라는 용어는 대단히 포괄적이고 애매모호하며 동시에 곁으로 드러나는 증상에만 초점을 맞춘 불확실한 표현이다. 이것은 약을 써도 잘 낫지 않거나 자주 재발하는 위장병, 또는 두통 등에 대해 단순히 ‘신경성’이라는 쓰기 쉬운 표현을 이용하는 것과 크게 다르지 않다.

그러나 정신의학적 측면에서의 ‘각종 우울증’은 비록 밖으로 나타나는 증상이 서로 유사하다 할지라도 그 병리적 기원에 따라 치료 방식과 결과가 크게 차이가 난다.

반응성 우울증 또는 신경성 우울증은 어떤 사람이고 일생을 살아가며 수차례 이상 경험할 수밖에 없는 ‘생활의 찌꺼기’라고 할 수 있는 것이며, 이 중에서 심한 것은 가족이나 정서적으로 깊은 관계에 있는 사람의 죽음에 따라 나오는 ‘애도 반응(哀悼反應)’이 있을 수 있겠다.

그러나 조울병이 진행하면서 우울기에 나오는 우울증, 언제나 어떤 상황에서나 즐거움을 느낄 수 있는 능력 자체가 소실되어 버린 단극성 우울증, 그리고 정신 분열병이 회복기에 들어가면서 나오는 우울증 등은 그 자체로 생명을 위협할 수도 있는 심각한 우울증에 속한다.

우울증은 증상학적으로 침체된 기분, 흐느낌, 수면 장애, 불안감 등으로부터 신경질, 인내력의 소실, 폭발적이고 파괴적인 행동, 소화불량이나 어지럼증을 동반한 두통, 더 나아가서는 약물이나 알코올 중독, 자살 또는 타살에 이르기까지 방대한 증상군(症狀群)을 형성하고 있기 때문에 자칫하면 그 병태의 본질을 오해할 수도 있다.

어쨌든 조울병의 경과 중 우울기로 접어들기 시작한 그 젊은 여자 환자는 하루 종일 집에서 머물며 특하면 방에 틀어박혀 눈물을 흘리기 일쑤였다.

TV 코미디 프로를 보아도 하나도 우습지가 않고 오히려 그걸 보며 깔깔거리는 가족들에게 괜한 분노가 치밀어 건딜 수가 없었다. 식욕도 없어지고 새벽이면 눈이 떠져 동이 틀 무렵까지 몇 시간이고 말뚱말뚱 눈을 뜨고 있어야 하니 “그것이 정말 환장할 노릇”이라고 하였다. 문밖에서 동네 사람이나 아는 친척의 목소리가 들리면 그들이 자신을 알아보기 전에 재빨리 뒷방이나 헛간으로 숨어서 뛰는 가슴을 억눌러야만 했다.

한 번은 “전에 붕 떠 있을 때가 훨씬 나왔어요. 지금은 온몸에 힘도 없고 자신도 없고, 사람들이 나를 알아보려 두려워서 밖이 환할 때에는 가게에도 못 가요”라며 답답한 자신의 심경을 토로하였다.

그녀는 몇 번이고 가족들에게 남기는 유서를 써 놓고 집을 나가 죽으려고도 하였다. 한 때는 “어차피 약을 먹어도 괴롭기는 마찬가지이니 그냥 먹지 않고 지내겠다.”고 고집을 피우기도 하였다.

그녀는 그 후로도 2년 이상을 때로는 좋아졌다고 하기도 하고 때로는 짜증내기도 하면서 어렵사리 지낸 이후에야 비로소 안정된 상태에 도달하였다.

정동 장애, 또는 기분 장애라고도 불리는 이 조울병은 극히 일부의 환자를 제외하고는 그 경과가 매우 좋은 편이다. 물론 경과는 개인마다 차이가 있긴 하나 대체로 원래 성격이 좋았던 사람이나 병을 일으킬 만한 확실한 충격적 요소가 있었던 사람, 그리고 일생에 처음 발병하는 환자인 경우에는 괄목할 만한 치료적 효과를 거둘 수 있다.

치료의 요체라고 할 수 있는 것은 빨리 정신과적 개입이 이루어져 과대망상에 따른 행동상의 장애가 큰 문제로 비화되지 않도록 해주는 일이다.

또 심한 행동 장애를 동반한 조증기 이후에는 필히 우울한 시기가 따라와서 정서적(情緒的)인 파고(波高)를 조절해 간다는 점을 꼭 명심해야 한다. 이것은 주식시장의 주가가 폭등하면 필연적으로 한두 번 ‘주가 폭락’이라는 조정 국면이 따라오는 것과 같은 양상이다.

이 시기에 주의할 것은 환자가 늘 자살에 대한 유혹을 떨쳐 버리지 못 하고 생활한다는 점이다.

이 조울병은 빨리 치료적 개입이 이루어지고 의학적인 치료 스케줄을 확실하게 따라간다면 거의 100% 완치가 된다. 그러나 불확실하고 어설프게 치료하여 수차례 이상 재발이 되는 경우에는 정신 분열병 환자의 좋지 않은 경과와 크게 다를 바가 없게 된다.