

“정신과 치료에 관한 오해와 진실”



안녕하십니까?

강동구정신건강복지센터는 강동구민의 정신건강증진을 위하여 칼럼을 발송하고 있습니다. 이번 칼럼은 정신질환에 대한 내용을 다루었으므로 참고해 주시기 바랍니다.

건강보험심사평가원에서 최근 5년간(2013~2017년) 정신건강 질환 진료현황을 분석하고 그 결과를 발표하였습니다. 2017년 기준으로 정신건강의학과 입원 환자 수는 9만 4,000명으로 전년 대비 6.1% 감소했고, 외래 환자 수는 172만 9,000명으로 전년 대비 6.2% 증가한 것으로 나타났습니다.

특히 20대가 가장 많은 증가세를 보였고, 질병 별 환자 수는 우울에피소드, 불안장애, 비기질성 수면장애 순으로 높게 나타났습니다.

정신질환에 대한 사회적인 관심은 점차 증가하고 있으나 정신과 치료에 대한 편견과 사회적 낙인은 여전히 남아 있습니다. 이번 칼럼에서는 정신질환에 대한 적절한 치료를 받는 것을 주저하게 하는 여러 금금증에 대해 다루어보았습니다.

1. “정신질환 관련 진료는 기록에 남나요?”

신체질환과 마찬가지로 정신의료기관을 방문해 진료를 받으실 경우 의료법에 따라 의료기관은 환자의 진료 관련 기록을 일정기간 의무적으로 보관하도록 규정되어 있습니다.

병원에 보관된 의무기록의 경우 의료법에 의해 엄격하게 보호되고 있으며, 본인의 동의나 법에 명시된 예외적인 경우를 제외하고 **외부기관에 자료를 제공할 수 없습니다.** 직장에 취업하는 경우에도 내가 정신과 뿐 아니라 다른 병원을 다녔던 사실에 대해서도 의무기록을 회사에서 임의로 조회하는 것은 불가능합니다.

2. “정신과 약을 먹으면 머리가 나빠지나요?”

아닙니다. 정신과 약물을 복용한다고 해서 머리가 나빠지거나 치매에 걸리지는 않습니다. 기분안정제 등 일부 정신과 약을 먹을 경우 머리가 맑지 않고 졸린 느낌을 받을 수 있으며, 이로 인해 집중력이 떨어지고 기억력이 떨어진 것으로 느낄 수 있습니다. 하지만 이러한 불편감은 약을 복용하면서 적응되거나, 전문의 상담을 통해 조절이 될 수 있습니다.

오히려 정신과적 문제를 걱정할 시기에 치료받지 못하면 질환으로 인해 뇌기능이 저하되고 집중력 및 기억력 등의 인지기능이 저하될 수 있으므로, 전문의 상담 후 약물 치료가 필요한 경우는 적극적인 치료를 받으셔야 합니다.

3. “약을 평생 먹어야 하나요?”

정신과 약은 반드시 평생 먹어야하는 것은 아닙니다. 앓고 있는 정신질환의 종류와 심한 정도, 투약 중인 약물의 종류와 부작용에 따라서 약을 복용해야하는 기간이 달라질 수 있습니다.

충분한 기간 동안 약물 치료를 진행하며 증상이 안정이 되었을 때 담당 의사와 상의를 통해 약물을 천천히 감량하고 중단하는 것을 상의해야 합니다. 약을 임의로 중단하거나 자의조절을 하는 경우 두통이나 불면, 구역감과 같은 금단증상이 나타날 수 있고, 증상이 재발되는 경우 오히려 약물 복용 기간이 늘어나고 치료기간 또한 길어질 수 있습니다.

[정보제공] 강동구정신건강복지센터 센터장 유소영

[시설정보]

- 주소 : 서울특별시 강동구 성내로 45. 강동구보건소 1층 정신건강복지센터
- 문의 : 02-471-3223