
효율적인 환자 — 간호원의 交互를 위한 심리학적 고찰

간호원이 되려면 환자의 정신적 측면도 육
체적 측면과 동일하게 고려 되어야 한다.

〈梨大 看護學科 助教授〉

康 在 玉

비교적 최근에 이르기까지 학생 간호원은 정신병환자 간호의 경험을 얻기 이전에 환자의 정서적, 또는 심리적 측면(Aspects)에 관한 계획적인 지도는 거의 받지 못하였던 것이다. 그리하여 간호원은 단지 그가 간호하고 있는 환자의 신체적 상태에 관하여 알고 있는 것 만으로도 환자의 욕구(Needs)를 채워 줄 수 있는 충분한 준비가 되어 있다고 믿고 있었으나 오늘날에 와서는 정신적, 정서적, 태도가 생리적 기능에 까지 영향을 미치게 된다는 강조와 더불어 정신우체의학(Psychosomatic medicine)이 대두되었다. 그리하여 이제는 한 個體의 육체만을 아는 것은 간호원으로서의 충분한 자격이 없는 것이다. 다시 말하면 좋은 간호원이 되려면 환자의 정신적 측면도 육체적 측면과 동일하게 고려해야만 된다는 것이다.

우리나라에 있어서도 막연하나마 환자의 정신적 측면에 관한 관심은 오래 전부터 있었음을 쉽게 알릴 수 있다. 우리는 환자를 대할 때 친절해야 한다고 교육 받아 왔고 또 의식, 무의식적으로 친절한 간호원이 되려고 노력하고 있는 것이다. 지난 9月 30日 대한간호협회 윤리위원회에서도 불친절한 간호원에 대한 한간의 불평을 각자의 일로 생각하고 이점에 대하여 반성 노력하기로 합의한 끝에 “친절강조”라는 표어를 세움으로써 간호원의 태도를 배양하는 기회를 가진 바도 있다. 간호학을 택한 대부분의 학생들도 그들의 동기를 캐 본다면 사람에게 대한 성실한 친절과 앎른 사람을 돕고저 하는 참된 의욕이 었는지도 모른다. 이와같이 간호원과 친절은 不可分의 관계를 지니고 있는 것이며 실제로 임상에서 환자간호에 적용되

도록 늘 試圖되고 있지만 때로는 학생이나 졸업간호원들이 환자에게 친절히 대함에도 불구하고 환자가 불만스러운 반응을 나타냈을때 친절은 과연 베풀어야만 하는것인가 하는 의문과 혼돈을 갖게된다. Webster's Newword Dictionary 에 의할것 같으면 친절의 낱말의 뜻을 동정적이고 또는 관대한 태도의 표시라고 했다. 환자에게 동정하고 관대하므로써 그의 신체적 욕구를 만족시켜 준다기 보다는 부분적이나마 정신적 욕구를 채워줄 수 있는 것이다. 그러나 친절이 환자 간호에 필수적인 것이요 고귀한 것이라 할지라도 이것만으로는 바람직한 간호 결과를 기대한다는 것은 무리다. 친절이 효과적인 간호에 적용될 하나의 道具가 되려면 과학적인 원리를 토대로한 지식으로 補強 되어야만 한다.

그렇다면 환자의 심리학에 관한 어떤 종류의 지식을 얼마만큼 가져야만 하는가, 좋은 간호에 대한 심리학적 구성, 즉 효율적인 간호원-환자의교호(Nurse-patient interaction)를 정의 지으므로써 이 질문에 대한 가장 좋은 답을 찾을 수 있을 것이다.

심리학적 견지에서 볼때 좋은간호가 이루어지고 있는 곳에는 환자가 의사의 치료에 가장 잘 반응할 수 있는 환경으로 이끌 수 있고 환자의

정신적 신체적 회복을 위하여 가장 능률적으로 도울 수 있는 간호원-환자의 교호관계가 존재해야만 한다는 것이다. 이와같이 간호원이 환자의 신체적 욕구와 한가지로 정서적 욕구를 채워줄 수 있는 증류의 간호원-환자의 교호는 심리학이나 정신병학에 관한 특별한 훈련이 없어도 형성될 수 있으나 여기에 관련된 원리를 배우고 同一化 하므로써 좀더 신속히 기술적으로 계속적인 교호 관계를 이룰 수 있다고 믿어서 몇가지 원리를 소개하려고 한다.

1. 간호원은 환자의 행동 요인이 되는 동기를 알기 위하여 행동의 기본적 동력(Dynamics)을 이해하여야 한다.

환자의 행동을 무비판적인 태도를 가지고 받아 드릴수 있도록 하려면 간호원은 환자의 행동을 무조건 비평만 하는것 보다는 왜 저러한 행동을 취하는 것일까, 하고 그 동기를 이해 하므로써 그의 욕구를 좀더 정확하게 판단할 수 있게된다. 욕구라는 것을 단순히 의, 식, 주와 같은 물질적인 욕구만을 생각하기 쉬운데 이러한 誤認은 인간의 물질적 정신적 욕구가 무엇인지 연구하면 곧 시정될 수 있다.

2. 간호원으로서 성공하려면 환자마다 달리 나타내는 個人差(Individual differences) 및 개인차를 초래하는 원인을 이해 해야한다.

개인차는 출생 이전부터 존재하고 있다. 환자의 심리학적 측면의 고찰은 개인차에 관한 연구없이 할 수 없으며 실제 임상에 적용할 수도 없는 것이다. 두 환자에게 똑같은 간호를 해 주었어도 각기 다르게 반응 한다는 것은 극히 상식적인 일이다. 같은 맹장염 질환을 앓는 환자라도 환자 A가 느끼는 불안, 통증이 환자 B에게는 좀 가볍게 나타나 는 것은 개인차에 의한 것이다. 간호원은 질병을 앓고 있는 동안 환자를 접촉하는 것이고 회복 후에 만나는 경우란 극히 적은 것이라 해도 그 환자의 性格型의 특수한 증상을 배워야 할뿐더러 그의 여러가지 욕구를 채워줄 수 있고 환자로부터 처방된 치료를 원만히 진행시킬 수 있는 협조를 얻으려면 간호원의 행동과 병실환경 사이에 어떤 適應(Adjustment)이 이루어져야만 한다. 즉 간호원은 환자가 살아온 사회적 환경, 그의 지능, 그의 정서적 안정도, 건강에 대한 태도 및 그가 어떠한 適應機制(Adjustment mechanisms)를 사용하여 왔는가 하는데 관한 정보를 찾아낼 수 있는한 다 찾아 보아야 한다.

만일 환자의 지능이 대단히 높다면 모든 치료와 간호절차를 이해할 수 있고 간호원의 지시에 따를 수 있을 뿐만 아니라 그는 간호원의 직책이 무엇인지 인식하고 있기에 “의

사에게 물어 보세요” 하는 따위의 통명스러운 대답 대신 좀더 지적이고 유익한 대답을 기대할 것이나 반대로 우둔한 사람은 그의 병 증세가 어떤지도 모르며 치료의 필요성에 대해서도 전혀 모르고 있는 것과 같이 전자의 경우에 비하여 전혀 다른 종류의 문제를 나타 낼 것이다. 이러한 환자에게는 지시 사항에 대한 자세한 설명 및 반복이 필요하고 지시 받은대로 환자가 실천하고 있는가 자세히 관찰해야 할 것이다.

당신이 간호하고 있는 환자의 정서상태는 어떤가 알아야 할 것이다. 만일 그가 정서적으로 안정되고 환경에 잘 적응하고 있다면 병을 일시적인 것으로 알고 입원 기간을 단축시키기 위하여 협조를 잘 하겠지만 불안하고 예민한 정서 상태를 가졌다면 조금만 아파도 그것을 크게 걱정하고 병원에서 일어나는 일에 일일이 과장된 해석을 제멋대로 한다. 이런 환자는 의사나 간호원이 그의 질병에 대하여 어떻게 생각하고 있는가 알고자 회진시에 의사나 간호원의 표정을 세밀히 관찰하기도 한다. 의사나 간호원이 단순히 웃거나 일끝이나 이마를 찌푸리는 것과 같은 사소한 반응도 심각하게 생각한다.

간호원은 병원에 대한 환자의 태도가 어떤지 알아야 한다. 대부분의 환자는 처음으로 입원을 경험하므로

입원기간, 비용에 대한 걱정은 물론 가족 및 직장 문제로 불안상태에 놓이게 되는 것이 보통이다. 걱정과 불안은 그것이 어떤 원인에 의해서 일어났는지 간에 대개 소화작용을 방해 해서 복통, 오심, 설사 및 두통의 결과를 초래하여 자연 환자는 예민해지고 회복은 지연된다. 이와같이 감정, 정서 및 태도는 질병과 직접적으로 관계 될을 깨닫고 간호원은 환자가 불쾌감이나 정서적 긴장을 자아내는 문제에 몰두하지 않도록 여러가지 방법으로 노력해야 하고 입원전에 그가 갖고있던 흥미를 다시 돌아 줄 수 있는 모든일을 할 책임이 있는 것이다. 질병으로부터 회복에 이르는 과정이 직선적으로 진행되는 것이 아니라 치료 도중에 악화하기도 하고 치료 효과가 부진 할때도 있드시 일시적 좌절이 다를때도 있음을 환자는 모르는 것이다. 변화된 환경(병원)에 원만히 적응하고 간호원이나 의사와 잘 협조하게 될때 까지 그의 치료와 관련된 모든일을 환자에게 여러번 되풀이 해야 한다는것을 기억하고 이 사태에 사전 대비해야 할 줄로 안다.

이상 말한 개인차의 문제는 인격적인 요소에 중점을 둔것이다. 이런것은 간호원으로서 알아야 할 문제들 입에도 불구하고 과거에는 무시되는 때가 많았다. 이외에도 환자간호를 계획 할때에 책임지고 고려해

야할 개인차도 있다. 예를 들면 음식물이나 약물에 대한 반응도 개인마다 다를 것이다. 어떤 환자는 고도의 대사작용으로 다른 사람보다 많은 Calory가 필요한가 하며 너무 비대하여 식이 조절을 필요로 하는 환자도 있다. 이러한 환자에게는 음식물이 생명 유지에 필요한 것이지만 과량은 그의 수명을 단축시킬 수도 있다. 약물의 경우도 마찬가지이다. 개인의 필요에 따라 적절히 사용된다면 신체적 불안감을 덜어 줄 수 있고 효과적인 생리적 기능을 발휘하여 수명을 연장하지만 어떤 약물은 습관성을 형성하고 중독되어 심한 신체적, 정신적, 장애를 일으킬 수도 있다. 이러한 개인차가 있기 때문에 약을 처방 조제 할때 약효, 투여방법, 투여량, 약에 대한 耐忍力, 환자의 연령, 체중 및 질병의 성질등이 반드시 고려되는 것이다.

마지막으로 환자간호를 계획할때, 환자의 연령을 생각해야 한다. 환자의 연령은 환자에 기록되어 있는 극히 적은 정보를 제공하는 것이지만 만일 이것이 없다면 환자를 보기 전에는 간호원은 그가 어린 아이인지, 성인인지, 또는 노인인지, 분별할 수 없다. 실제로 연령 하나만으로 환자의 적응도를 이해하는데 중요한 역할을 하는것은 아니로되, 청년은 청년으로써, 노인은 노인으로써, 공통된 문제를 갖고 있는 것이다. 지면

이 제한 되어서 각 연령층에 따라 나타내는 개인차는 소개하지 못함을 유감으로 생각한다.

3. 간호원은 밖으로 나타나지 않는 환자의 욕구를 볼 수 있고 들을 수 있고 느낄 수 조차도 있는 능숙하고 예리한 관찰력을 길러야 한다.

행동이라 함은 그저 동작만을 말하는 것이 아니라 개인의 사고나 정서까지도 포함한 것이 행동이다. 다음의 예화는 환자의 욕구가 무엇인지 환자로 하여금 말하도록 간호원이 잘 유도했다고 본다. 김씨를 여러 날 간호해 주던 학생간호원은 어떤 날 아침 목욕을 시키려고 병실에 들어섰을 때 그의 이상한 행동에 놀랐다. 늘 유쾌하고 정답든 환자가 “안녕히 주무셨어요?” 하고 묻는 안부에 “나를 괴롭히지 좀 말아요. 나는 목욕을 하지 않겠어요. 도대체가 병원에서는 환자를 가만히 내버려 두지 않으니 어찌된 셈인지 물어주세요. 나는 목욕대신 잠을 좀 자야 겠요.” 하고 투명스럽고 불평이 담뿍 섞인 말로 대답했기 때문이다. 이 학생간호원은 목욕에 필요한 물품을 준비하면서 오늘 아침에는 김씨가 다른 날 보다 썩 피곤해 보임을 알아챘다. 김씨는 얼굴을 찌프리고 있었고 몹시 긴장해 있는 것 같이 보였다. “오늘 아침은 썩 피곤해 보이는군요. 간밤에 잘 주무시지 못하셨나요?” 하는 물음에 “내

가 앞으로도 여섯주일 더 일원하고 있어야 한다는 말을 듣고도 잠을 잘 수가 있어요? 꾀자들은 무엇을 먹고 살며 거구나 맛달이 금년봄에 대학에까지 입학할 했는데 무슨 수로 그의 학비를 댈니까. 나는 그렇게 오래동안 앓고 있을 수는 없어요.” 하고 대답하는 것이다. “언제 그런 말을 들으셨어요.” 하고 학생간호원이 다시 물었다. “어제저녁 일곱시반쯤 이었나봐요.” 위의 예를 보더라도 육체적 욕구보다 정신적인 욕구에 대한 충족에 자신이 들어가서 보는 “Empathy”에 의해서 환자의 욕구를 만족시킬 수 있으나 이같은 방법도 무제한으로 효과를 볼 수는 없다. 그것은 환자의 사정마다 독특하고 또 당면 문제를 지각, 감수하는 정도도 개인마다 다른 까닭이다. 그러나 환자를 유심히 관찰한 사실을 잘 분석하므로써 환자의 난문제를 발견하고 이해 할 수 있는 능력을 기를 수 있게 된다.

4. 간호원은 자신의 행동을 이해하고 또 자신의 행동이 환자에게 어떠한 영향을 끼치는지 알아야 한다. 흔히 우리는 다른 사람의 행동을 분석하고 비판하기는 쉬워도 우리 자신의 행동을 객관적으로 비판하기란 용이하지 않지만 효율적 간호를 위하여 필요하다. 타인의 욕구를 정확하게 판단할 수 없게 되는 것은 타인의 욕구를 자기 자신의 입장이나

경험에 반영시켜 보려고 하기 때문이다. 어제는 목욕을 받고 오늘 아침은 목욕을 거절하는 환자에게 한 학생간호원이 환자에게 목욕을 하면 편 걱 기분이 좋아진다는 말을 여러번 하면서 목욕을 권했을때 환자는 이것을 하나의 강요로 인식하고 화를 낼지도 모르며 귀찮은 일이될 수도 있다. 결국 목욕을 하면 기분이 좋아진다는 것은 이 학생간호원 자신이 경험한 것이지 이 환자에게 있어서는 목욕을 매일하는 것을 오히려 귀찮은 일이고 50명생을 통하여 일주일에 한번 하면서 지나왔는지도 모른다. 또한 이 학생간호원이 갖고있는 위생관념이 환자의 경험에 입각한 것인가 하는 점도 고려되어야 한다. 이런것 이외에도 학생간호원은 환자를 편안하고 깨끗하게 해줌과 동시에 맡은 Assignment를 다 함으로써 좋은 실습 성적을 받고져 원하는 마음이 의식적 또는 무의식적으로 작용하고 있었는지도 모른다. 환자의 생활 경험과 지금 환자에게 필요한 것이 무엇인지 아는 것은 간호원이 환자의 행동을 객관적으로 볼 수 있는 가장 좋은 방법이다,

5. 간호원은 환자에 대한 관심과 온정과 한 간호원으로서, 한 인간으로서, 그自身에 대한自信이 환자에게 전달 되어야 한다.

환자의 대부분은 비교적 입원 경

험이 별로 없는 사람들이므로 익숙하고 안정된 가정 환경에 처했을때와는 다르게 병원 환경에 적응해야 하기 때문에 自身을 위한 자발적인 적응은 포기하고 대신 그의 自身을 의사나 간호원의 처분에 맡겨버리게 된다. 그래서 환자는 의사나 간호원에게 의존하게 되고 그 자신도 그 사실을 인정하고 있다. 어느면에서 그는 병에 대한 걱정에 지쳐서 그를 치료하고 간호하는 사람들을 믿고 自身の 행동을 통제 할 것을 포기하고 훌륭한 간호를 받기 원한다. 어떻게하면 환자로 하여금 간호원이 그에게 관심을 갖고 있으며 그를 돕고져 원하고 있다는 사실을 알게 하느냐 하는 데에는 여러가지 방법이 있고 이러한 방법은 간호원의 성격과 환자의 성격에 따라 달라져야 한다. 가령 손을 쓰다듬어 주는 일이 어떤 환자에게는 위로가 되어도 다른 환자에게는 기분 상하는 일이 될 수도 있는것은 간호원이 그를 어린아히 취급하는 것으로 해석하기 때문인지도 모른다. 또 어떤 학생의 입장에서 볼때 환자의 손을 쓰다듬어 주는 행동이 동정과 온정의 자연적인 표현일 수 있는 반면에 다른 학생에게는 아주 수줍고 어색함을 느끼게 하는 수도 있다. 일반적으로 환자를 만지는(Touching) 일은 삼가야 할 것이다. 不要한 신체적 접촉은 불안을 자아 낼 수 있고 성

적 충동을 자극할 수도 있고 의욕심을 일으킬 수 있기 때문이다. 이해의 눈초리로 환자를 바라 본다거나 친절한 몇마더를 해준다든가 문장이나 건등을 조정하여 광선이나 불빛이 환자의 눈에 빛이지 않도록 해주거나 마실물을 알아준다든가 하는 행동이 온경과 관심의 표시가 될 수 있는 것이다. 환자의 욕구가 무엇인지 예리하게 판단하고 그 욕구를 채워주므로써 환자에 대한 관심은 자연 전달될 수 있다. 또한 환자에 대한 관심이 순간적으로 혹은 계속적으로 쏠려든간에 그것이 一窩專心으로 되어질때 만이 상대에게 전달되는 것이다. 어떤때는 간호원의 행동이 환자의 정서적 위안에 많이 공헌하고 있다. 다음의 예화에 잘 나타났다고 생각한다. 어떤 학생이 진행된 암 환자에 관하여 임상실습지도 교수에게 자기가 느낀 기분을 다음과 같이 말했다. “선생님 나는 그 환자를 어떻게 다루어야 좋을지 모르겠어요. 그 환자는 본인이 죽을것 같이 내가 생각하고 있는지 알고 싶어서 계속해서 묻기에 무어라 대답할지 난처해서 의자를 끌어다가 그저 그 환자의 옆에 앉아서 그에게 얘기하도록 할 수 밖에 없었습니다. 물론 나는 다른 환자를 돌봐야 할것도 알고 있었고 전화는 계속 울렸지만 그 사실을 환자에게 알리지 않은채 그저 그와 함께 있었

지요. 그는 꽤 오랫동안 얘기 하더니 그만 잠이 들어 버리더군요. 나는 그가 평소에 잠을 잘못 자든것을 알고 있었기 때문에 잘 되었다고 생각 했어요.” 이 환자에게 있어서는 수면제로 그를 자게 할 수 없었던 것이 이 학생의 專心의인 관심이 그로 하여금 그의 공포를 털어 놓을 기회를 갖게 되었을 뿐만 아니라 위로움과 질병에 대한 불안감을 어느정도 제거할 수 있었던 것이다. 결국 이 학생이 긴장을 풀어 주었고 그 결과 수면을 취할 수 있게 된 것이다. 환자를 불안과 공포로부터 제거해 주고 안심 시킬 수 있는 방법의 하나는 환자가 하는 말을 막지 말고 주의깊게 傾聽하고 환자 상태에 대해 늘 관심을 갖고 있다는 것을 그에게 전달하는 것이다.

결론적으로 말한다면 환자를 간호한다는 것은 그가 앓고 있는 질병 상태만을 일삼아 걱정하고 돌봐주는 것이 아니다. 효과적이고 좋은 간호는 환자의 신체적 상태와 마찬가지로 그의 정신적 상태도 동시에 고려 되어 질때만 기대할 수 있는 것이다. 신체적, 사회적, 가정적, 교육적, 경제적 및 종교적, 배경이 다른 환자가 일원 하므로 비록 똑같은 질병을 앓고 있어도 그들의 욕구는 누구 하나라도 같을 수가 없는 것이다. 병실에서는 어디까지나 환자의

욕구가 중심이 되어 이 욕구 해결을 위해 간호원은 자기 책임을 다하고 있으나 환자의 개인차가 무시 된다면 결과적으로 불쾌 단지 여덟시간의 근무시간을 채우고 월급을 받기 위하여 일을 해야하는 간호원의 경제적 욕구를 충족시키고 있는것 밖에 없다.

우리는 앓는 사람의 눈과 마음을 아울러 간호할 책임이 있음을 늘 기억함은 물론 과거에 등한시 하여 왔던 환자의 심리적 측면을 깊이 이해 하므로써 그를 편안하게 해주고 그의 회복을 빠르게 하는데 노력을 기울여 하지 말것을 간호원의 한 사람으로서 간호원 여러분에게 다짐하고 싶은 마음 간절하다.

References

1. Lois N. Knowles, "How Can we Reassure Patients" AJN, June 1959 Vol., 59. No. 6, p. 834~835.
2. Hildegard E. Peplau, "Talking with Patients," AJN, 1960. Vol. 60. No. 7, p. 964~965.
3. Wendell W., Cruze Psychology in Nursing, mcGrow—Hill Co. New York. 1960.

効力  正確

美容劑 + 強肝劑 = 씨·스라

皮膚美容

肝臟에!

500mg의 VC

씨·스라

200mg의 구루구루산

三一共藥

