

치매환자 가족이라면 꼭 알아야 할 이야기

# 치매상담 사례집

치매  
치료

치매  
지원

치매  
제도

증상  
돌봄

일상  
돌봄



# [ Contents | 목차 ]

사례번호		페이지
	<b>[중증치매환자 산정특례]</b>	
01	치매환자도 의료비 감면 혜택을 받을 수 있나요? .....	6
	<b>[연말정산 시 치매환자 소득공제]</b>	
02	어머니가 치매환자이신데 연말정산 소득공제를 받을 수 있나요? .....	7
	<b>[노인장기요양서비스]</b>	
03	경증 치매환자도 장기요양서비스 혜택을 받을 수 있나요? .....	8
04	치매환자를 돌보고 있는데, 갑자기 집안에 급한 일이 생기는 경우 치매환자를 돌봐주는 곳이 있나요?	9
05	직접 가족을 돌보면 지원금을 받을 수 있다고 하는데, 어떻게 하는 건가요? .....	10
	<b>[치매가족 휴가제]</b>	
06	친정어머니를 10년 모시다 보니 지쳐 휴식이 필요한데 방법이 있을까요? .....	12
	<b>[치매전담요양시설, 치매안심병원]</b>	
07	치매환자를 전문적으로 돌봐주는 요양시설을 알려주세요. ....	13
08	치매환자 요양원 입소 결정은 언제 하는 것이 바람직한가요? .....	14
09	시어머니를 돌보고 있는데 더 이상 모실 수 없는 형편입니다. .... 요양원과 요양병원 중 어디에 모셔야 할까요?	15
	<b>[치매공공후견제도]</b>	
10	치매공공후견제도를 이용하고 싶은데 어떻게 해야 하나요? .....	16
11	자녀가 뇌출혈로 쓰러져 더 이상 도움을 줄 수 있는 사람이 없는데, .... 요양병원 입원 중인 치매어르신에게 어떤 도움을 드릴 수 있나요?	17

치매환자, 가족이라면 꼭 알아야 할 이야기

# 치매상담 사례집



사례번호

페이지

## [치매의 치료]

- 12 치매 약을 먹으면 속이 안 좋고 머리가 아프다면서 약을 안 드시려 합니다. .... 19
- 13 치매로 인한 정신행동증상은 치료가 안 되나요? ..... 20
- 14 치매치료제를 복용하고 있는데 부작용으로 두통이 나타날 수 있나요? ..... 21
- 15 집에서 할 수 있는 인지재활요법 관련 자료를 어디서 구하나요? ..... 22
- 16 집에서 할 수 있는 비약물치료(인정요법) 방법에 대해 알고 싶어요. .... 23

## [치매가족 부양부담, 스트레스관리, 지원서비스]

- 17 치매 어머니를 모시고 가족여행을 가려고 합니다. 미리 준비하거나 ..... 24  
주의해야 할 점이 있나요?
- 18 치매환자 돌보기가 너무 힘든데 어떻게 해야 하나요? ..... 25
- 19 돌봄으로 스트레스가 심해 감정 조절이 되지 않는데, 어떻게 해야 하나요? ..... 26
- 20 지역 내 돌봄 부담을 줄이기 위한 가족지원 프로그램이 있나요? ..... 27

## [일상생활 돌봄]

- 21 피부 가려움증 어떻게 관리하나요? ..... 28
- 22 치매환자의 구강관리/틀니관리는 어떻게 해야 하나요? ..... 29
- 23 치매환자의 치과진료가 가능한 병원을 알고 싶어요. .... 31
- 24 어머니의 엉덩이 부근이 빨개졌는데, 어떻게 관리해야 하나요? ..... 32
- 25 오래 살던 곳을 떠나 새로운 지역으로 이사를 해야 하는데 ..... 33  
어떻게 하면 잘 적응할 수 있을까요?
- 26 점점 삼키는 기능이 약해지는데 어떻게 돌봐야 하는지 알고 싶어요. .... 34
- 27 식사량이 줄면서 변비로 힘들어하십니다. 도움되는 방법이 있나요? ..... 35
- 28 의사소통이 안 되는 치매환자와 어떻게 대화해야 하나요? ..... 37
- 29 집에 못 찾아오실까 걱정이 됩니다. .... 39

[정신행동증상 돌봄]

30	요양원에 가신지 6개월이 지났는데도 계속 전화를 걸어 제가 일을 할 수 없을 정도입니다. .... 40 어떻게 하면 좋은가요?	40
31	집에 계시는데도 자꾸 내 집이 아니라고 하는데 어떻게 해야 하나요? ..... 41	41
32	할머니의 환시와 환청 때문에 가족들이 힘든데 대처법이 있나요? ..... 42	42
33	아버지가 알코올성 치매인데 술을 못 끊으시고 의심망상과 폭언, 폭력으로 ..... 44 어머니를 괴롭히십니다.	44
34	갑자기 소리를 지르시고 제 팔을 뿌리칩니다. .... 45	45
35	자녀들이 어머니를 버릴까 봐 밖에 나가면 졸졸 따라다니며 막말을 하고 ..... 46 폭력성을 보여요.	46
36	공격성으로 퇴소 권유받았는데 어디로 가야 하나요? ..... 47	47
37	치매환자인 어머니가 갑자기 화를 내고 욕설을 하며 과격한 행동을 하는데 ..... 48 어떻게 대처해야 하나요?	48
38	저희 어머니가 “동네 사람들이 물건을 훔쳐 간다.”라고 의심하는 증상이 ..... 50 점점 심해지십니다. 어떻게 하면 될까요?	50
39	물건이 없어졌다며 며느리인 저를 자꾸 의심하는데 어떻게 해야 하나요? ..... 51	51
40	시설에서 모시고 있는 치매어르신이 남의 물건을 훔치고 수집하는 것이 ..... 52 너무 심합니다. 자꾸 다른 어르신들과 싸움이 되는데 방법이 없을까요?	52
41	치매환자가 밤에 잠을 안 자고 밖에 나가려고 하는데 대처 방법이 있나요? ..... 53	53
42	치매 진단 후 어머니님 집에서 우울해하시는데 어떤 서비스를 받을 수 있나요? ..... 55	55
43	어머니가 몇 개월 전부터 말수가 줄고 밖에 나가길 싫어하는데 왜 그럴까요? ..... 56	56
44	어머니가 길에서 계속 물건을 주워오는데 멈출 수 있게 하는 방법이 있나요? ..... 57	57
45	목욕 한번 시키려면 온몸을 발로 차고, 때리고, 소리를 지르며 물건을 ..... 58 집어던져서 씻길 수가 없어요.	58
46	의욕도 줄어들고 서비스를 거부해요. 좋은 방법 알려주세요. .... 59	59
47	아버지가 입원치료를 거부합니다. 어떤 방법이 있을까요? ..... 60	60
48	목욕을 하려면 소리를 지르며 완강히 거부하는데 어떻게 대처해야 할까요? ..... 61	61
49	어머니가 식사를 거부하시는데 어떻게 해야 하나요? ..... 62	62
50	기저귀를 빼서 옷과 바닥에 변을 묻히는데 기저귀를 계속 착용하게 할 방법이 있을까요? ..... 64	64
51	계속 무엇인가 먹으려고 해요. .... 66	66
52	센터에 계신 어르신이 바닥에 계속 침을 뱉습니다. 어떻게 해야 하나요? ..... 67	67
53	치매환자인 남편이 방문을 두드리며 자꾸 성관계를 요구합니다. .... 68 부끄럽기도 하고 무섭기도 하고 이럴 땐 어떻게 하면 좋을까요?	68
54	아버님께서 최근 하루 3번이나 차량 접촉사고를 냈는데, ..... 69 계속 운전을 하겠다고 고집을 부리십니다.	69

## 치매상담 사례집 을 펴내며....

안녕하세요.

울산광역시치매센터 김성률 센터장입니다.

‘치매’라는 질환은 치매노인이라는 드러나는 환자와 치매노인을 부양하는 가족이라는 숨겨진 환자, 2명의 환자를 만들어내는 질환이라고도 합니다. 그만큼 치매환자를 부양하는 가족은 많은 고통을 경험하게 됩니다.

치매로 진단을 받은 순간부터 치매환자와 가족은 많은 어려움을 마주하게 됩니다. 그런 순간에 여러분께서 참고하실 수 있도록 중앙치매센터 치매상담콜센터 상담사례집인 ‘고향의 봄’의 사례를 발췌하여 사례집을 제작하였습니다.

치매환자를 돌보는 가족, 보호자를 위해 보건소 치매안심센터에서는 돌봄 부담분석 및 심층상담, 치매가족교실, 자조모임, 힐링 프로그램 등을 운영하고 있습니다. 또한 중앙치매센터에서 운영하고 있는 치매상담콜센터는 365일 24시간 운영하며 치매환자와 가족에게 많은 도움과 지지를 드리고 있습니다. 치매환자를 돌보는 가족과 보호자는 언제든지 치매안심센터와 치매상담콜센터를 이용하여 도움을 받아보시기 바랍니다. 더불어 울산광역시치매센터는 치매환자와 함께 걸어가고 있는 치매가족 여러분이 휴식이 필요할 때 쉴 수 있고, 언제든지 어려운 이야기를 들어드릴 수 있는 느티나무가 되어 치매가족 여러분 곁에 있어드리겠습니다.

항상 응원합니다. 감사합니다.

울산광역시치매센터장 김성률

# 01

[중증치매환자 산정특례]

## 치매환자도 의료비 감면 혜택을 받을 수 있나요?

### 질문

치매 증상 악화로 남편이 요양병원에 입원하게 되면 산정특례를 받을 수 있을까요? 그리고 파킨슨병으로 인한 산정특례와 중복해서 적용받을 수 있는지도 궁금합니다.

### 답변

장기간 치매를 앓는 치매환자와 가족의 부담을 덜어드리기 위해 ‘중증치매 산정특례’라는 의료비 지원 제도가 있습니다. 중증의 치매 증상으로 인해 외래 및 입원치료로 경제적 부담을 느끼는 치매가족을 위해 산정특례가 적용되어, 건강보험 본인 부담률이 최대 60%에서 10%로 대폭 경감되는 제도입니다. 산정특례 대상자가 되기 위한 필수검사 항목을 살펴보면 아래의 세 가지 조건에 모두 해당되는 경우 신청할 수 있습니다. 다만, 질환의 특성에 따라 연간 지원 가능 일수가 달라질 수 있습니다.

#### [조건]

1. 영상검사와 신경심리검사에서 해당 치매상병으로 진단
2. 임상치매척도(CDR) 2점 이상 또는 전반적 퇴화척도(GDS) 5점 이상  
산정특례는 질환에 따라 중복으로 받을 수 있습니다. 남편분이 파킨슨병(다발성 경색)으로 산정특례를 받고 있더라도 중증치매환자로 산정특례를 적용 받을 수 있습니다.
3. 간이정신상태검사(MMSE) 18점 이하

#### [신청기관]

건강보험공단 지역별 지사, 요양기관(치매진단을 받은 병원)

#### [문의전화]

건강보험공단 1577-1000  
치매상담콜센터 1899-9988

2021년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 02

[연말정산 시 치매환자 소득공제]

### 어머니가 치매환자이신데 연말정산 소득공제를 받을 수 있나요?

#### Q 질문

가족 중에 치매환자가 있으면 연말정산에서 혜택을 받을 수 있다고 들었습니다. 어떤 혜택을 받을 수 있고 신청은 어디에 하는지 궁금합니다.

#### A 답변

가족 중 치매환자가 있으면 연말정산을 신청할 때 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다.

치매는 장애인 등록법 상 장애인에 해당되지 않지만, 세법상 장애인으로 인정되어 연말정산 시 장애인 증명서를 발급받아 제출하면 장애인 소득공제(연200만원)를 받을 수 있습니다.

세법상 장애인이란 “항시 치료를 요하는 중증 환자”라 고시되어 있고 치매환자가 중증 환자에 해당하는지의 여부는 의사가 판단하게 됩니다. 장애인증명서를 발급받아 연말정산 혜택을 받으시려면 치매 치료를 받고 있는 의료기관에서 담당 의사와 상의해 보시기 바랍니다.

연말정산은 주소지나 세대주, 동거 여부와 관계없이 가족 중 한 사람이 연말정산을 신청하면 됩니다. 다른 가족들이 기본공제를 신청하지 않았다면 기본공제(150만원), 장애인소득공제(200만원)를 받으실 수 있습니다.

또한 장기요양기관을 이용하신 급여비용에 대해서도 연말정산 시 혜택을 받으실 수 있습니다. 장기요양기관이 직접 국세청 홈택스에 연말정산 자료를 제출하게 되어있으니 기관으로 확인해 보시기 바랍니다. 연말정산을 받지 못하셨다면 그동안 신청하지 못한 누락분에 대해서 소급 적용이 가능합니다. 연말정산 관련 서류는 직장에 제출하시면 됩니다.

자세한 부분은 국세청(126) 이나 노인장기요양보험(1577-1000)으로 문의하시면 됩니다.

#### [연말정산 시 소득공제를 위한 제출서류]

- ① 장애인 증명서
- ② 주민등록등본(주민등록등본상 함께 거주하지 않는 경우 가족관계증명서 추가 제출)

## 03

### [노인장기요양서비스]

## 경증 치매환자도 장기요양서비스 혜택을 받을 수 있나요?

### Q 질문

저희 어머니가 올해 치매 초기 진단을 받으셨습니다. 연세가 아직 많지 않고 신체 거동이 가능한데 어떤 서비스를 받을 수 있는지 궁금합니다.

### A 답변

치매 초기진단을 받은 어르신 중에는 인지기능 저하는 있으나 신체는 건강하고 일상생활을 수행하는데 큰 문제가 되지 않는 경우가 많습니다. 2018년 1월부터 노인장기요양보험 인지지원등급을 신설하여 서비스를 제공하고 있습니다.

인지지원등급 수급자는 월 12회(월 한도액 범위 내) 주야간보호 서비스를 받을 수 있으며, 연 160만 원 이내 복지용구 사용이 가능하며, 연 8일 이내 치매가족 휴가제 서비스를 받을 수 있습니다.

간혹 주야간보호센터를 거부하시는 경우, 경증치매 어르신들이 지역 복지관에서 운영하는 인지프로그램을 이용할 수도 있으니 지역 복지관으로 문의해주시기 바랍니다.

### [문의전화]

건강보험공단 1577-1000

2017년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.



# 04

[노인장기요양서비스]

## 치매환자를 돌보고 있는데, 갑자기 집안에 급한 일이 생기는 경우 치매환자를 돌봐주는 곳이 있나요?

### Q 질문

아내가 치매어머니를 7년 동안 전담해서 모셔왔는데 1주 정도 병원에 입원하게 되었습니다. 아내가 입원치료하는 동안 어머니를 돌봐줄 기관이 없을까요?

### A 답변

가족의 입원 등의 사유로 어르신을 돌보기 어려운 경우 입소일을 포함하여 월 8일 이내 기간 동안 어르신을 주·야간보호센터에서 보호해드리고 있습니다. 만약 이용 중인 주간보호센터가 있다면, 단기보호 시범사업 참여기관인지 확인해 보시기 바랍니다. 전국에 195개 센터가 참여하고 있으며, 현재 이용 중인 센터뿐만이 아닌 다른 주·야간보호센터를 이용할 수도 있습니다.

이용방법은 주·야간보호센터 내 단기보호시범사업에 참여하고 있는 센터에 사전 문의하여 시범사업 참여 동의 및 급여계약을 체결하면 이용하실 수 있습니다. 비용 부담은 등급별 주·야간보호 서비스 이용 시간에 따라 본인 부담금이 산정되며, 식사 재료비와 이·미용비 등은 전액 이용자 부담입니다. 거주하시는 지역의 주·야간보호센터 내 단기보호 시범사업기관 연락처는 노인장기요양보험 홈페이지에서 장기요양기관을 검색하면 확인하실 수 있습니다.

### [문의전화]

건강보험공단 1577-1000

2021년 치매상담클러스터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 05

## [노인장기요양서비스]

### 직접 가족을 돌보면 지원금을 받을 수 있다고 하는데, 어떻게 하는 건가요?

#### Q 질문

치매 어머니를 돌보느라 다니던 직장을 그만두었습니다. 환자인 가족을 돌보면 지원금을 받을 수 있는 제도가 있다고 들었는데 어떻게 신청을 하나요?

#### A 답변

가족이 치매환자를 집에서 돌보는 경우에는 특별현금급여(가족요양비) 제도와 가족요양보호사 제도를 이용해 볼 수 있습니다. 가족요양서비스는 치매 환자분이 노인장기요양보험제도 인정절차에 따라 등급 판정을 받으셔야 가능합니다.

노인장기요양보험법에서 65세 이상의 노인 또는 65세 미만의 자로서 치매, 뇌 혈관성 질환 등 대통령령으로 정하는 노인성 질병을 가진 자가, 6개월 이상 동안 혼자서 일상생활을 수행하기 어렵다고 인정되는 경우 장기요양보험의 수급자가 될 수 있습니다.

치매환자분이 가정에서 가족으로부터 방문요양에 상당한 요양급여를 받을 때에는 그 가족의 부담을 경감하고자 급여비용을 지급하고 있는데, 특별현금급여(가족 요양비)의 경우 장기요양기관이 제공하는 장기요양급여를 이용하기 어렵다고 인정하는 자에게 지급하는 현금급여를 말합니다. 또한 가족요양보호사 제도는 가족이 요양보호사 자격증을 취득해 가족인 환자에게 직접 돌봄 서비스를 제공하는 것으로서 서비스를 제공하는 가족을 가족요양보호사라고 합니다. 가족요양보호사는 장기요양 인력으로서 노인장기요양보험에서 책정한 요양보호사 급여를 받을 수 있습니다.

#### ※ 특별현금급여(가족요양비)

##### 1. 지원대상

65세 이상 노인 및 \*노인성 질병을 가진 65세 미만 국민으로서 장기요양 1~5등급을 받은 사람 중 아래에 해당하는 사람

가. 도서, 벽지 등 장기요양기관이 부족한 지역으로 장관이 정하여 고시하는 지역에 거주하고 있는 자  
나. 천재지변 등의 사유로 장기요양기관이 제공하는 서비스를 이용하기 어렵다고 장관이 인정한 자  
다. 대통령령에 따른 감염병 환자, 정신장애인, 신체적 변형 등으로 대인과의 접촉을 기피하는 자

\* 노인성 질병이란 치매, 뇌혈관 질환, 파킨슨병 및 관련 질환

##### 2. 서비스 내용

장기요양급여 수급자가 가족 등으로부터 노인장기요양보험법 제23조 제1항 제1호 가목에 따른 방문요양에 상당한 장기요양급여를 받을 때 대통령령으로 정하는 기준에 따라 당해 수급자에게 가족요양비 월 15만원 지급

3. 서비스 이용 및 신청방법은 국민건강보험공단(☎1577-1000)으로 문의

### ※ 가족요양보호사제도

#### 1. 가족요양 요건

- 가. 가족의 범위에 해당하는 자가 가족요양보호사 취득
- 나. 돌봄 대상자의 노인장기요양등급 인정(1~5등급)
- 다. 법령에서 정하는 가족관계의 범위에 해당이 되어야 함
- 라. 가족인 요양보호사가 “일정한 직업”에 종사한 경우, 가족요양보호사로서 급여비용 산정을 제한하고 있음

#### 2. 가족의 범위

가족인 요양보호사의 가족 등의 범위는 수급자를 기준으로 요양보호사가 배우자, 직계 혈족 및 형제자매, 직계혈족의 배우자, 배우자의 직계혈족 및 배우자의 형제자매에 해당하는 관계로 규정하고 있으며, 가족관계 성립 여부는 법률상의 요건으로 판단

#### 3. 가족요양보호사에 의한 방문요양 급여 기준

방문요양 급여는 월 20일 범위 내에서 1일 60분의 급여비용만 산정  
다만, 65세 이상인 요양보호사가 그 배우자에게 방문요양급여를 제공하는 경우와 수급자가 치매로 인한 폭력성향, 피해망상, 부적절한 성적행동 등과 같은 문제행동이 있는 경우에는 월 20일을 초과하여 1일 90분의 급여비용 산정이 가능

#### 4. 가족인 요양보호사의 인지활동형 방문요양제공 가능여부

5등급을 인정받은 수급자의 가족인 요양보호사는 치매전문교육을 이수한 경우에 한하여 인지활동형 방문요양을 제공할 수 있습니다. 이 경우 120분 이상 180분 이하를 연속하여 서비스를 제공하더라도 수급자 1인에 대하여 1일 가족요양 인정 급여비용(월 20일 1일 60분, 예외적으로 20일 초과 90분)내에서 산정

#### 5. 가족요양보호사 신청

수급자는 장기요양인정서에 적힌 ‘장기요양등급’, ‘장기요양인정 유효기간’과 ‘급여종류 및 내용’에 따라 적절한 장기요양기관을 선택하여 급여계약 체결 후 장기요양 급여를 이용할 수 있음

### [문의전화]

건강보험공단 1577-1000

2021년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 06

[치매가족 휴가제]

## 친정어머니를 10년 모시다 보니 지쳐 휴식이 필요한데 방법이 있을까요?

### Q 질문

치매환자인 어머니를 10년 모시고 있습니다. 가족들과 휴식 겸 여행을 계획하고 있는데 치매환자 가족들이 여행이나 휴식이 필요할 때 치매환자를 돌봐주는 서비스가 있다고 하는데 어디서 어떻게 이용할 수 있나요?

### A 답변

치매가족휴가제는 치매환자 가족들의 돌봄에 대한 부담을 경감하기 위한 제도로, 치매가 있는 수급자를 돌보는 가족이 여행 등으로 일시적 휴식이 필요할 때 월 한도액과 상관없이 1년에 8일 이내 휴가를 쓸 수 있는 제도입니다.

1~2등급 치매 환자는 종일방문요양을 이용하실 수 있으며, 1~5등급과 인지지원등급 치매 환자는 단기보호서비스를 이용하실 수 있습니다. 종일방문요양은 가정에서 1~2등급 치매환자를 돌보는 가족을 지원하기 위한 제도로, 1회당 12시간 동안 치매환자의 가정에서 요양보호사가 보호자를 대신하여 일상적인 돌봄 서비스를 제공하는 것입니다.

서비스 이용방법은 단기보호가 가능한 기관과 계약을 통해 서비스를 받을 수 있으며, 제공기관 검색은 '노인장기요양보험공단 홈페이지 ([www.longtermcare.or.kr](http://www.longtermcare.or.kr)) → 빠른 메뉴→장기요양기관 찾기→치매가족휴가제 급여제공기관 → 종일방문요양/단기보호'를 검색해 이용하시면 됩니다.

좀 더 자세한 내용이 궁금하시면 지역 내 장기요양센터로 문의하시거나 국민건강보험공단 (1577-1000)로 문의하세요.

2020년, 2021년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 치매환자를 전문적으로 돌봐주는 요양시설을 알려주세요.

### 질문

치매환자를 전문적으로 돌봐주는 요양시설은 없나요?

### 답변

2016년 7월부터 「치매 전담형 장기요양기관」 제도가 시행되고 있습니다.

치매 전담형 장기요양기관이란 '치매 수급자가 정서적 안정감을 느낄 수 있는 시설 환경 속에서 치매 전문 교육을 받은 인력이 인지기능 유지 및 문제행동 개선 등을 위한 전문 프로그램으로 치매 맞춤형 서비스를 제공하는 장기요양기관'입니다.

치매 전담형 장기요양기관은 의사소견서에 '치매'상병이 기재되어 있거나, 최근 2년 이내 치매 진료 내역이 있는 2등급(의사소견서 제출자)에서 5등급까지의 수급자가 이용할 수 있습니다. 다만, 치매 전담형 장기요양기관을 이용하는 경우 치매 전담형 수가의 적용을 받아 일반적인 장기요양보험서비스보다는 본인부담금이 증가될 수 있습니다.

노인요양시설 중에는 치매 전담실 (가형/나형)을 두고 있는 곳이 있습니다. 치매 전담실이란, 시설 안에 유니트형 형태의 별도 공간으로 치매 맞춤형 서비스를 제공하고 있습니다. 치매 전담형 노인요양공동생활가정도 있는데, 이는 노인요양공동생활가정 중에서 치매 맞춤형 서비스를 제공하는 시설입니다. 치매맞춤형 서비스를 제공하는 치매 수급자 전용 주·야간보호센터가 있습니다. 일반 주야간보호시설과 다른 점은 치매전문인력 배치 외에 1실 이상의 1인 생활실 설치가 필수이고 정원이 25명 이하로 되어 있습니다.

치매 전담형 장기요양기관을 찾아보시려면 노인장기요양보험 홈페이지 ([www.longtermcare.or.kr](http://www.longtermcare.or.kr))

▶ 빠른 메뉴 ▶ 장기요양기관 찾기 ▶ 치매 전담형 장기요양기관 순으로 검색 하시면 됩니다.

2017년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 치매환자 요양원 입소결정은 언제 하는 것이 바람직한가요?

### Q 질문

남편을 혼자 돌보고 있는데 대소변 관리도 점점 힘들어지고 오랜 간병에 몸과 마음이 지쳐있는 상태입니다. 끝까지 돌보고 싶은 마음이 들다가도 너무 지치면 시설에 보내고 싶은 마음이 들기도 합니다. 대체로 어느 시기에 요양원 입소를 고민하는지 궁금합니다.

### A 답변

치매 초기는 부분 도움으로 일상생활이 가능하나 치매 중기에 이르면 증상이 점점 심해져 상당 부분 돌봄이 필요하며 특히, 정신행동증상으로 인해 어려움이 발생합니다. 이런 시기 요양시설 입소를 고민하는 것은 당연한 일이며 가족 입장에서는 결정이 쉽지 않습니다.

일반적으로 시설을 고민하는 경우는 폭력, 배회 등의 정신행동증상이 심해져 돌봄이 힘들거나 가족의 보호를 받기 어려운 상황, 치매와 동반된 질환으로 치료가 필요한 경우, 대소변 관리가 잘 되지 않는 상황 등입니다.

요양원에 입소하기 위해서는 시설 등급이 필요합니다. 만약 등급이 있으시다면 급여 종류와 내용을 확인하시고, 필요시 급여 종류·내용 변경 신청을 통해 시설등급을 받으셔야 입소가 가능합니다.

치매환자를 돌보다 지치셨다면 감정을 잘 다스려야 합니다.

현재 느끼는 어려운 감정들을 가족, 친지, 친구, 이웃 등과 나눠보시고, 치매안심센터를 이용하시면 가족 상담을 받고, 비슷한 고민을 가지고 있는 치매환자 가족을 만나보실 수도 있습니다.

2019년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 시어머니를 돌보고 있는데 더 이상 모실 수 없는 형편입니다. 요양원과 요양병원 중 어디에 모셔야 할까요?

### Q 질문

치매환자인 시어머니의 이상행동과 폭언으로 집에서 더 이상 모실 수 없는 형편입니다. 요양원과 요양병원 중 어디에 모셔야 할까요?

### A 답변

치매는 진행될수록 환자와 가족에게 많은 부담과 고통을 안겨주는 만성적 퇴행성 질환입니다. 보호자들이 요양시설 이용을 생각할 때는 환자 혼자 독립적 생활이 불가능해지면서 전적으로 돌봄을 받아야 하는 경우나 치매로 이상행동과 심리적 증상을 보여 간호하기 힘들어지는 경우입니다.

이런 경우 요양병원이나 요양원을 찾게 되는데요. 이 두 시설의 차이는 요양병원은 치료를 목적으로 하는 의료기관으로서 상근하는 의사와 간호사가 있으며 입원 자격에는 제한이 없습니다. 요양원은 요양보호사의 돌봄 서비스를 이용하는 장기요양시설로 장기요양 1,2등급이나 시설 3등급을 받은 어르신이나 입소할 수 있습니다. 요양병원과 요양원 중 어느 쪽을 선택할지 고민될 때에는 환자 상태와 동반 질환을 기준으로 결정하면 됩니다.

환자의 의학적 상태가 불안정해서 언제라도 위급한 상황에 빠질 위험이 있거나 동반 질환에 대한 빈번한 의학적 검사나 진찰이 필요하고 약물 조정이 수시로 필요한 경우, 이상행동이 심해서 약물 조정이 수시로 이루어져야 하는 경우라면 요양병원이 적합합니다. 환자 상태가 안정적이어서 외래 진료나 약물 복용만으로 유지가능하면 요양원이 적합하며, 요양원 입소 중에도 의료적 치료가 필요한 상황이 발생하면 병원으로 외래 진료나 이원 치료를 받을 수 있습니다.

환자나 보호자의 선호도와 본인부담금의 차이도 선택기준이 될 수 있습니다. 요양병원 본인부담률은 월 급여한도의 20%이고 정부지원이 80%입니다. 요양병원도 본인부담률은 20%이나 간병비 부분에서는 큰 차이가 있습니다. 요양원은 간병비가 별도로 발생하지 않지만, 요양병원 간병비는 전액 본인 부담입니다. 간병비도 간병인과 환자 수에 따라 비용이 다르므로 미리 확인하는 것이 필요합니다.

2020년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 10

## [치매공공후견제도]

### 치매공공후견제도를 이용하고 싶은데 어떻게 해야 하나요?

#### Q 질문

주변에 고시원에서 혼자 지내는 치매 어르신이 계십니다. 치매공공후견제도가 시행되었다고 하는데 독거어르신도 지원 대상자가 될 수 있는지 궁금합니다.

#### A 답변

2018년 9월 20일부터 치매공공후견제도가 시행되고 있습니다. 65세 이상, 중등도 이상의 치매, 기초생활수급자 및 차상위계층자, 가족이 없거나 교류가 없는 경우 지원 대상자에 해당되는데 이 제도를 통해 도움을 드릴 수 있는 방법을 찾아볼 수 있을 것 같습니다. 치매공공후견제도는 치매로 인해 사무처리 능력이 결여되거나 부족한 치매 어르신들의 의사결정을 지원하는 제도입니다.

치매환자가 병원 진료 및 입원 치료를 안 받고 계시다면, 본인이 그동안 치료 결정을 내릴 수 없었다면 후견인이 입원결정을 통해 치료가 가능합니다. 추후 요양시설 입소를 고려해야 된다고 하면, 치매공공후견제도를 이용해 후견인이 요양원 입소 결정 권리행사가 가능합니다. 연령, 치매 정도, 경제수준, 가족 및 친족의 유무와 관계 정도 등을 고려하여 지방자치단체에서 치매공공후견제도 지원대상자로 선정하고, 가정법원에 후견개시심판 청구를 하며, 법원이 결정한 공공후견인을 통해 치매 어르신의 의사결정을 지원하게 됩니다.

치매공공후견제도의 후견개시심판청구 비용 및 공공후견인에 대한 비용은 무료입니다. 공공후견인은 치매 어르신의 치료를 위한 의료 행위를 결정할 수 있고, 통장 관리로 기초생활 수급비 등 재산권 보호, 정기적인 모니터링을 통한 안전체계 구축 등의 후견 사무를 수행하여 치매 어르신을 보호하게 됩니다.

자세한 사항은 치매상담콜센터 1899-9988로 문의하시기 바랍니다.

2018년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.



# 11

## [치매공공후견제도]

자녀가 뇌출혈로 쓰러져 더 이상 도움을 줄 수 있는 사람이 없는데, 요양병원 입원 중인 치매어르신에게 어떤 도움을 드릴 수 있나요?

### 질문

요양병원에 입원중인 치매어르신입니다. 평소 어르신의 자녀가 병원비 납부, 일상용품 구입 등의 일을 도와드리고 있었는데 얼마 전 자녀가 뇌출혈로 쓰러져 더 이상 도움을 받기 어려운 형편입니다. 어르신은 사무 처리를 혼자 하시기 어렵고 누군가의 도움이 필요한데 어떤 도움을 드릴 수 있을까요?

### 답변

치매어르신의 경우 치매공공후견제도 절차에 따라 법원에서 후견인이 선임되면 어르신 계좌로 지급 되는 기초연금 등의 재산 관리, 요양병원 병원비 납부 및 월세 납부 등의 사무 처리와 병원 내 간병인 지원 등 적절한 의료 서비스 요청을 후견인을 통해 진행하실 수 있습니다.

이 외에도 필요한 생활용품의 구입 등 어르신의 기본적 일상생활 영위에 필요한 부분을 지원받으실 수 있습니다.

### ※ 치매공공후견사업 안내

#### 1. 치매공공후견사업이란

의사결정능력 부족으로 어려움을 겪고 있는 치매환자가 자력으로 후견인을 선임하기 어려운 경우 후견제도를 이용할 수 있도록 지원함으로써 인간으로서의 존엄성 보장을 목적으로 하는 사업

#### 2. 지원대상 : 치매환자이면서 아래의 기준에 해당하는 자

- 1) 소득기준 : 기초생활수급자, 차상위자 등 저소득자 및 기초연금수급자 우선지원
  - 2) 가족기준 : 권리를 적절하게 대변해 줄 가족이 없는 경우  
(가족이나 친족이 있더라도 학대, 방임, 자기방임의 가능성이 있는 경우)
  - 3) 욕구기준 : 후견인을 통한 도움을 원하거나 의사결정 지원이 필요한 사람
- \*단, 위 조건을 미충족한 자라도 후견이 필요하다고 지자체장이 판단할 경우 지원 가능

#### 3. 지원 내용

- 1) 후견심판청구 절차 및 비용 지원
  - 2) 공공후견 활동비 지원
- \*본 사업은 특정후견을 원칙으로 함

#### 4. 치매공공후견서비스 이용 절차

· 서비스 신청 : 치매환자 주소지 관할 치매안심센터 공공후견서비스를 신청합니다.

서비스 신청 → 후견대상자 선정 → 후견인 후보자 선정 → 후견심판청구 준비 → 후견심판청구  
→ 후견심판결정 → 후견활동시작

#### 5. 공공후견인의 주요사무

- 1) 수급비 통장 등 일상적 재산관리
- 2) 사회복지서비스의 이용 지원
- 3) 병원 진료, 약 처방 등 의료서비스 이용 지원
- 4) 관공서 증명서 발급 등 공법상의 신청행위 지원
- 5) 물건 구입 등 일상생활에 필요한 의사결정 지원

2020년 치매상담클러스터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 12

[치매의 치료]

## 치매 약을 먹으면 속이 안 좋고 머리가 아프다면서 약을 안 드시려합니다.

### Q 질문

어머니께서 치매 약을 드신 후 속이 아프고 두통을 호소하며 이전보다 기운이 없어 보이십니다. 시누이는 어머니께 약을 중단하라고 하는데, 머느리 입장에서 약을 계속 권해야 할지, 중단해도 될지 고민이 됩니다.

### A 답변

속이 안 좋고 두통이 있는 것이 치매 약물에 의한 것인지 다른 원인에 의한 것인지 정확히 확인해 보는 것이 좋겠습니다. 어르신께서 현재 호소하시는 증상은 여러 가지 원인에 의해 발생할 수 있고, 특히 심리적인 원인으로도 나타날 수 있기 때문입니다. 치매 약을 먹기 전에는 없었던 증상이 약 복용 후 수일 내에 새롭게 나타났고, 약을 끊으면 이러한 증상이 사라진다면 치매 약물에 의한 부작용일 가능성은 높습니다.

모든 약은 부작용을 동반할 수 있으며 치매 약도 예외는 아닙니다. 현재 치매 약으로 사용되는 인지기능개선제는 대부분 안전하며, 부작용이 잘 나타나지 않습니다. 그리고 부작용이 있다 하더라도 속이 메스거리거나 입맛이 없거나, 머리가 약간 아픈 등의 경미한 증상들로 대개는 일시적이며, 며칠이 지나면 대부분 좋아집니다.

만약 부작용이 더 오래 지속될 경우 담당 의사와 상담하여 약의 용량을 줄이거나 약물 복용을 잠시 중단하면 호전될 수 있습니다. 또 먹는 약 대신 피부에 붙이는 약으로 바꿀 수도 있습니다.

치매라는 사실을 환자 본인이나 가족들이 잘 받아들이지 못하는 경우 상기와 같은 부작용에 대해 더 민감하게 받아들이고, 약 복용을 거부하는 경우가 있습니다. 치매는 증상이 서서히 나빠지는 퇴행성 뇌질환이며, 치매 약은 나빠지는 속도를 늦추어 줍니다. 이처럼 약을 먹어도 증세가 좋아지는 것은 아니다 보니 가족들 입장에서는 투약에 따른 효과를 느끼기 참 어렵습니다. 그러나 여러 연구에서 치료의 효과는 분명하고 확실하게 입증되었습니다. 특히, 초기부터 치료를 받을 경우 8년 동안 6,000만 원의 비용과 7,800시간의 조호 시간을 절약할 수 있는 것으로 알려져 있습니다. 또, 약을 꾸준히 드시지 않고 중단할 경우 증상이 급격히 나빠지는 경우도 있으며, 증상이 악화된 이후 약을 다시 복용한다 해도 이미 나빠진 상황 이전 상태로 회복되기는 어렵습니다.

치매 약은 초기부터 꾸준히 잘 복용하시는 게 좋으며, 약물복용에 의문이 드신다면 다른 가족의 임의적인 판단으로 약물복용을 중단하지 마시고 반드시 담당의와 상담해 보시기 바랍니다. 가족들께서 함께 주치의와 면담을 받아보시는 것도 좋을 것 같습니다. 규칙적인 약물 복용만으로도 환자나 가족이 편안하게 생활할 수 있는 시간이 길어지고 돌봄에 들어가는 시간과 비용을 줄일 수 있습니다.

2016년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 13

## [치매의 치료]

### 치매로 인한 정신행동증상은 치료가 안 되나요?

#### Q 질문

망상이 심해져 치매 약 외에 정신과 약을 더 복용하고 있는데도 증상이 나아지지 않아 너무 힘들고 답답합니다. 치매로 인한 정신행동증상에는 별다른 치료법이 없나요?

#### A 답변

치매가 진행되면 뇌세포가 손상됨에 따라 망상, 환각, 배회, 불안, 초조, 공격성 등 정신행동증상이 나타날 수 있습니다. 이 경우 정신행동증상이 언제 보이는지 어느 경우에 더 심해지는지를 잘 살펴 환자의 욕구나 불만을 파악하고 원인을 미리미리 해결해 주는 비약물적 개입을 우선 활용해 보면서 정신과 전문의와 상담하여 약물치료를 병행해 볼 수 있습니다.

치매가 진행되면서 나타나는 정신행동증상 또한 그때그때 달라질 수 있으며, 이전에 약물처방을 받았다 하더라도 새로 나타난 증상에는 적합하지 않을 수 있기 때문에 전문의와 자주 상담하면서 그때그때 보이는 정신행동증상을 적절한 약물로 조절하는 게 바람직합니다. 약물이 잘 조절된다고 하더라도 정신행동증상을 완전히 없앨 수 있는 경우는 안타깝게도 흔하지는 않습니다.

환자의 문제행동을 줄이는 방법으로 정신행동증상을 일으키는 원인을 알아내는 것도 필요한데, 환자의 행동일지를 써보는 것이 좋은 방법입니다. 행동일지에는 정신행동증상을 보이는 시간, 문제 행동이 일어난 정확한 장소, 환경, 신체적 원인이 있는지 등을 기록한 후 반복되는 원인을 확인하여 개선하는 것입니다. 또한 환자나 케어자의 안전에 문제가 없다면 일정 범위 내에서 어느 정도 허용하는 것도 필요합니다.

예를 들어 망상을 보이는 치매환자라면 이런 방법을 해보도록 합니다. 그 자리에서 어르신의 생각을 교정하려고 시시비비를 가리고자 하는 것은 바람직한 태도가 아닙니다. 본인의 의견을 강하게 말할 때는 일단 환자 본인의 생각과 감정을 들어주고 마음을 읽어주는 게 좋습니다. 그리고 생각과 감정을 이해하고 있다는 것을 충분히 전달한 다음 관심이나 생각을 다른 쪽으로 전환할 수 있는 여러 가지 활동들을 제시해 주는 것이 바람직합니다. 그리고 무엇보다 망상을 줄이기 위해서는 평소에 치매어르신에게 더 많은 관심과 사랑을 주는 것이 필요합니다.

치매환자의 정신행동증상은 돌보는 가족들을 힘들고 지치게 하지만 치매라는 병의 특성을 충분히 이해하고 환자의 마음속 숨은 욕구나 불만, 두려움을 잘 헤아려 드릴 필요가 있습니다. 이는 결국 환자의 마음을 안정시키고 과도한 불안을 줄여 치매어르신과 가족 모두 함께 잘 지낼 수 있도록 도울 것입니다.

2018년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 14

[치매의 치료]

## 치매치료제를 복용하고 있는데 부작용으로 두통이 나타날 수 있나요?

### 질문

어머니가 치매치료제를 복용한 후 식사를 잘 못하시고 두통 등 부작용이 심해 다른 약으로 변경했는데 여전히 두통 증상은 남아있습니다. 치매약을 계속 복용해야 할까요?

### 답변

치매약(인지기능개선제)으로 인해 주로 오심, 구토, 설사, 두통 등의 부작용이 흔히 나타날 수 있지만 대개 약물을 처음 복용하거나, 용량을 증량한 초반에 일시적이고 가볍게 증상이 나타났다 저절로 사라지기 때문에 큰 문제가 되지는 않습니다. 부작용이 발생했을 경우 일단 식사를 하거나 생활하는데 큰 지장이 없으면 처방받은 약물을 그대로 복용하셔도 됩니다. 하지만 불편한 증상이 지속되거나 부작용으로 인해 일상생활에 어려움이 있을 경우 전문의 진료를 통해 다른 원인 질환 감별이나 약물 조절(용량 조절 혹은 약물 변경 등)이 필요합니다.

특히 약을 변경한 후에도 위장관계 불편감은 어느 정도 해소되었지만 여전히 두통으로 고통스러워하신다면 전적으로 치매 약물에 의한 것인지 다른 원인에 의한 것인지 알아볼 필요가 있습니다. 두통은 다른 다양한 원인에 의해 나타날 가능성이 있기 때문입니다. 현재 어머니가 복용하고 있는 혈압약이나 우울증 약에 의한 부작용이 있을 수 있고, 뇌질환에 의해서도 두통이 유발될 수도 있으므로 번거롭지만 병원에 내원하셔서 전문의와 진료 상담을 받으실 것을 권유 드립니다.

#### ※ 치매약 복용 시 일반적인 주의사항

- ① 탈수증상이 나타날 수 있어 충분한 수분을 섭취하는 것이 좋으며, 변비를 유발할 수 있어 과일이나 섬유질 많은 야채를 섭취합니다.
- ② 약물 복용 초반에 나타나는 경미한 위장장애 등의 부작용은 대개 일시적이므로 안심시켜드리고 꾸준히 약물을 복용하도록 격려해 드립니다.
- ③ 치매약 복용 중 즉시 의사와 상담해야 하는 심각한 부작용으로는 검은색의 변을 본다거나 혈액이나 커피가루처럼 보이는 구토물, 배뇨곤란, 배뇨통증, 발작 및 경련 증상이 있습니다. 그리고 다음 진료 상담 시 꼭 기억해서 이야기할 증상으로는 매스꺼움, 구토, 설사, 식욕감퇴, 근육경련, 피로나 수면 장애(불면증) 등이 있습니다.
- ④ 치매관련 약물을 장기적으로 꾸준히 드셔야 되고, 전문의 처방 없이 약을 끊지 않습니다.

2019년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 집에서 할 수 있는 인지재활요법 관련 자료를 어디서 구하나요?

## Q 질문

주간보호센터나 인지활동형 방문요양서비스 이용이 모두 어려운 경우, 집에서 인지재활프로그램을 할 수 있는 자료를 어디서 구할 수 있나요?

## A 답변

치매의 진행속도를 늦추고 현재 남아있는 기능을 최대한 오래 유지하려면 약물치료와 함께 비약물치료를 병행하는 것이 가장 효과적입니다. 즉 약을 잘 챙겨 드시면서 뇌를 자극할 수 있는 인지활동을 꾸준히 하시는 게 도움이 됩니다.

비약물치료에는 기억력을 키우고 현실감각을 유지하거나 손상된 인지 기능을 회복시키는 모든 활동들이 포함되며, 가장 효과적인 방법은 두뇌활동입니다. 그러나 모든 인지활동은 어머니의 흥미나 능력에 맞아야만 어머니가 관심을 가지고 꾸준히 할 수 있을 것입니다. 기억력 향상에 도움이 되는 것은 어려운 활동을 하게 하는 것이 아니라 현재의 기능을 최대한 오래도록 유지할 수 있도록 이끌어가는 것입니다.

표준화된 인지재활프로그램을 못 한다 하더라도 오감을 자극할 수 있는 모든 활동들은 치매환자에게 도움을 줄 수 있습니다. 예를 들면 집에서 간단히 할 수 있는 색칠공부, 낱말 잇기, 속담풀이, 손뼉 치며 노래 부르기, 음악 듣기, 퍼즐 맞추기, 종이접기, 공놀이, 찰흙놀이(점토놀이), 블록 쌓기, 물감 찍기, 그림책 보기 등을 놀이하듯 반복적으로 하셔도 괜찮습니다. 어머니께서 좋아하는 노래를 같이 불러본 다든가 옛날 사진첩을 보며 그 시절 이야기를 나눠 보는 것도 좋습니다. 달력에 가족의 생일, 경조사를 적어보거나 어머니가 잘 만들어 주시던 음식을 함께 요리해 보는 등 어머니가 좋아할 만한 활동들을 찾아내어 함께 해보세요. 밖에 나가 규칙적인 운동과 산책을 하는 것도 뇌를 자극하고 건강하게 해 줍니다. 어떤 활동이든 어머니 의견을 반영해 스스로 결정할 수 있게 한다면 더욱 흥미를 갖고 꾸준히 잘 하실 수 있을 것입니다.

인지재활프로그램과 관련된 자료를 원하신다면 중앙치매센터 홈페이지 자료실 간행물에서 '두근두근 뇌운동'과 '반짝활짝 뇌운동' 프로그램을 다운로드해 활용하실 수 있습니다. 노인장기요양보험 홈페이지에서 인지활동형 프로그램 e-book을 다운로드할 수도 있고, 지역 광역치매센터와 치매안심센터에서 자체 제작한 인지재활프로그램을 제공받을 수도 있으니 문의해 보시기 바랍니다.

2017년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

※울산광역시치매센터 홈페이지에서 다독다독 활동지를 받을 수 있어요.

# 16

## [치매의 치료]

집에서 할 수 있는 비약물치료(인정요법) 방법에 대해 알고 싶어요.

### Q 질문

치매이신 어머니가 아버지께서 바람을 피운다고 계속 의심합니다. 이 사실을 설득해야 하는지, 그냥 인정해 주는 것이 좋은가요? 인정해 준다면 어떻게 해야 되나요?

### A 답변

어머니가 보이는 행동들이 일부러가 아닌 병으로 인해 나타나는 증상이라는 것을 가족들도 잘 알고 있을 것입니다. 치매가 진행되면 인지기능 저하 외에도 “다른 사람이 내 물건을 훔쳐 갔다”, “음식에 독이 있다”, “남편이 바람을 피웠다” 등 정신행동증상인 망상이 나타나기도 합니다. 망상은 주위 어느 누구의 말로도 바로잡거나 설득되지 않습니다.

그러다 보면 말다툼이 일어나고 서로 화가 나 감정이 상해 가족 간 불화의 원인이 되기도 합니다. 치매환자는 인지기능이 손상되어 합리적인 판단을 할 수 없는 경우가 간혹 생기고, 그럴 때 이해하기 힘든 엉뚱한 말과 행동을 보이게 됩니다. 또한 채워지지 않는 욕구와도 관련 있는데, 욕구를 사회적 상황에 맞게 억제하고 조절하는 전두엽의 기능이 떨어져 상식적으로 받아들이기 어려운 행동들로 나타나기도 합니다.

치매환자가 망상 증상을 보일 때는 부정하거나 논쟁하는 것은 적절한 대응 방법이 아닙니다. 우선 어머니의 속상한 기분을 그대로 인정해 드리고 감정을 받아들여 안심시켜드리는 것이 무엇보다 중요 합니다. 이때 논리적이고 이성적인 설명이나 설득은 오히려 반감이 생길 수도 있습니다.

어머니의 망상을 수정하기보다는 말과 행동 속에 숨겨진 감정을 찾아내어 인정하고 공감하는 것이 좋습니다. 또한 아버지가 전적으로 어머니의 생활에 도움을 주시기 때문에 어머니가 아버지께 의지하는 마음이 매우 크신 것 같습니다. 배우자에게 기대려는 마음이 크면 클수록 의존심과 집착이 커져 부정 망상이 심해질 수 있습니다. 심리적으로 불안한 어머니의 감정을 이해하고 가족들이 ‘어머니를 사랑 한다’고 자주 표현하셔서 안심시켜드리는 게 좋습니다. 어머니를 자주 찾아뵙고 따뜻한 위로와 격려의 말 한마디가 다른 어떤 것보다 효과적일 수 있습니다.

치매환자를 돌봐 드리는 것은 부담되고 힘든 일이지만 대처 방법이 달라지면 환자의 행동도 달라질 수 있습니다. 그리고 치매환자에게서 보이는 이러한 정신행동증상들은 계속해서 나타나지 않습니다. 개인에 따라 다를 수 있지만 치매가 진행되면서 어느 정도 시간이 지나면 망상 증상이 사라지기도 합니다. 하루 종일 집에만 계시다면 무료함이 지속되고 이런 증상이 심해질 수 있으므로, 가능하다면 주간 보호센터를 이용하여 아버지께 의존하는 경향을 줄이고 관심을 분산시키는 방법도 좋고, 아버지의 건강도 중요하니 아버지도 휴식을 취하고 취미생활을 가질 수 있도록 가족들이 적극 도와주시기 바랍니다.

2018년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 치매 어머니를 모시고 가족여행을 가려고 합니다. 미리 준비하거나 주의해야 할 점이 있나요?

### 질문

아버지 팔순에 온 가족이 제주도 여행을 가려고 합니다. 치매 어머님도 함께 모시고 가려 하는데 장거리 여행이나 비행기 탑승에 문제가 없을지 걱정됩니다. 치매환자와 함께 여행할 때 미리 준비하거나 알아두면 좋은 사항이 있을까요?

### 답변

치매이신 어머니를 모시고 가족여행을 떠나기 전에 여러 가지로 궁금하시고 걱정되시는 일이 많으리라 생각됩니다. 말씀하신 대로 어머님께서 신체 거동이 가능하시고 평소 치매로 인한 정신행동 증상이 없으시다면 여행 다녀오시는데 큰 문제는 없으실 것으로 보입니다.

치매환자의 비행기 탑승과 관련하여 몇몇 항공사에 문의한 결과, 공항 탑승 심사에서 개인의 의료 정보가 검색되어 탑승이 거부되는 일은 없으며, 치매환자라 해도 다른 탑승객들에게 불편을 줄 정도의 행동문제가 없고 가족이 함께 동반하는 경우라면 탑승이 가능하다고 합니다. 따라서 어머님께서 기내 수칙을 잘 지키실 수 있고, 공간이 제한된 비행기 안에서 동요 없이 잘 계실 수 있으시다면, 탑승이 가능할 것으로 생각합니다. 여행 전에 주치의와 충분히 상담을 하시고, 비상상황이 발생하는 경우 가족들이 어떻게 대처해야 하는지에 대해 미리 알아보고 숙지를 하시는 것이 도움이 되겠습니다. 치매환자의 경우 익숙한 환경에서는 비교적 안정감 있게 잘 지내는 편이나 환경이 바뀐 낯선 곳에서는 평소 보이지 않던 불면, 대소변 실수, 배회 등의 증상을 갑자기 보일 수도 있습니다. 그래서 여행 기간 동안 어머니가 불안이나 스트레스를 받지 않도록 가족들의 세심한 배려와 돌봄이 필요합니다. 그리고 평소 드시던 약은 여행 일정보다 좀 더 넉넉히 준비하시고, 그 밖의 비상약(진통제, 소화제 등)과 기저귀, 방수패드, 여벌 옷 등을 준비해 가시면 좋겠습니다. 평소 진료를 받던 병원의 연락처를 적어가시면 여행지에서 갑작스런 증상 악화 등 의료적인 문제 발생 시 문의하여 도움을 받으실 수도 있습니다.

어머님께서 낯선 장소에서 길을 잃을 수도 있으니 실종 발생에 미리 대비하시는 것도 좋습니다. 어머니 성함, 주소, 보호자 연락처 등을 메모해 어머니 옷이나 가방에 넣어두시거나 주소지 보건소에서 배회가능 어르신 인식표를 미리 발급받아 부착해 놓을 수도 있습니다. GPS 위치추적기를 대여해 사용하실 수도 있습니다. 경찰서를 방문하여 어머니 신상정보와 사진, 지문 등을 미리 등록해두는 지문사전등록제를 이용하시는 것도 좋은 방법입니다.

어머님과 함께 안전하고 즐거운 여행되십시오.

2016년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.



## 치매환자 돌보기가 너무 힘든데 어떻게 해야 하나요?

### 질문

6개월 전에 시골에 사시는 부모님을 저희 집에 모시고 왔어요. 집으로 모시고 온 후부터는 약을 끊고 자연치유력이 있는 약제를 구해서 드시게 하고 있어요. 제가 자영업을 하면서 돌보다 보니 몸도 마음도 지쳐 있고, 엄마 때문에 우울증에 걸려서 죽고 싶은 생각이 자꾸 들고 미쳐 버릴 것 같아요.

### 답변

치매 어머니를 돌보시면서 심신이 많이 지치신 것 같습니다. 얼마나 힘이 드셨으면 사랑스러운 자녀들도 있는데 죽고 싶다는 마음까지 드셨을까 하는 생각에 안타깝습니다.

흔히 치매환자를 돌보는 것을 마라톤에 비유하는데 너무 빠른 속도를 내서 최선을 다해 돌보시다 보면 쉽게 지치기 마련입니다. 치매는 초기/중기/말기마다 증상이나 대처 방법이 다르기 때문에 자신의 페이스에 맞게 속도를 조절하면서 케어 기술을 적용하면 어머니를 이해하는 데 도움이 됩니다. 최선을 다해 잘 모시려고 하나 어머니의 증상이 변하기 때문에 대처하기가 힘들고 어려운 상황에 부딪치게 되면 감당하시기 어려울 것입니다. 이런 어려움은 혼자만 겪는 문제가 아니라 치매환자를 돌보는 대부분의 가족들이 이와 비슷한 감정을 경험하게 됩니다. 환자를 돌보면서 절망감, 분노, 죄의식, 자포자기 등 복잡한 감정들을 겪으면서 많이 힘들어하시는 보호자분들이 많습니다.

어머님은 감정 조절이 안 되는 상황에서 따님에게 공격적인 말투와 거친 욕을 하시는 것으로, 치매 환자분들이 보이는 증상 중 하나로 환자를 돌보고 있는 많은 분들이 힘들어하는 증상이기도 합니다. 가장 우선적으로 시급한 것은 집으로 모신 후부터 양약을 끊으셨다고 했는데 치매 약을 중단하게 되면 치매의 진행이 더 빠르게 진행될 수 있습니다. 정신행동증상은 약물 치료의 효과가 좋은 편으로 어머니의 증상에 대해 주치의와 먼저 상담을 해보시기 바랍니다. 또한 지금처럼 따님께서도 자신을 통제할 수 없고 죽고 싶다는 생각이 들 정도로 힘들다면 전문가를 찾아가 진료를 받아 보실 것을 권유합니다. 치매처럼 장기간 간병이 필요한 경우 혼자서 환자를 돌보는 것보다 가족들에게 도움을 요청하여 부양의 부담도 줄여보시고 주위에 도움을 받을 만한 기관들이 있는지 찾아보아야 합니다. 또한 경제적으로 일을 해야 하는 상황이라면 노인장기요양보험의 방문요양이나 주간보호서비스 등을 적극적으로 이용하는 방법도 고려해 보시면 좋을 것 같습니다. 더욱이 육체적, 정신적으로 힘든 상황에 혼자서 감당하다보면 더 우울감이 심해질 수 있습니다. 감정이 상한 채 어머니를 돌보다 보면 감정이 격해질 수 있고 이런 상황이 반복되다 보면 두 분의 관계가 더 악화될 수 있습니다. 돌봄자가 건강해야 치매환자에게도 질 높은 케어를 제공할 수 있습니다.

직접적으로 치매안심센터를 방문하여 가족교실, 자조모임, 힐링 프로그램 여부를 확인할 수도 있습니다. 중앙치매센터 홈페이지 내의 온라인 가족 지원서비스의 형태인 온라인 자가심리검사를 통해 현재 돌봄의 부담에 대한 정도와 기분 상태, 치매에 대한 인식도 등을 알아보고 해결책을 찾아보는 것도 좋겠습니다.

2017년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 19

[치매가족 부양부담, 스트레스관리, 지원서비스]

## 돌봄으로 스트레스가 심해 감정 조절이 되지 않는데, 어떻게 해야 하나요?

### 질문

치매 진단받은 아내를 돌보고 있는데, 어머니마저 낙상으로 쓰러지신 후 집으로 모셔와 돌보고 있는 형편입니다. 오랜 기간 아내와 어머니를 간병하다 보니 너무 지치고 스트레스가 심합니다. 감정 조절이 어려운데 어떻게 해야 하나요?

### 답변

치매환자인 아내를 돌보는 것도 힘든 일인데 와상으로 누워있는 어머니까지 돌보시느라 많이 지치신 것 같습니다. 치매가 완치되는 것도 아니고 아무리 노력해도 좋아지지 않는다는 현실에 힘들어하시는 분들도 있고, 환자가 보이는 증상에 어떻게 대처해야 할지 막막해지는 경우가 많습니다. 돌봄을 시작할 때는 '잘 할 수 있어'라고 다짐했지만, 차츰 환자들의 거부나 정신행동증상으로 간병 스트레스가 심해져 몸과 마음이 지치게 됩니다. 그래서 치매환자를 돌보는 주 돌봄자를 숨겨진 환자, 제2의 희생자라고 부르기도 합니다.

치매는 돌봄 기간이 길고 시간이 흐를수록 증상이 변하기 때문에 장기적인 대책을 세워 돌보는 것이 필요합니다. 돌봄을 혼자 감당하지 마시고 국민건강보험공단 노인장기요양등급을 신청해 방문요양, 주간보호센터, 요양원 등을 이용하시면 부양 부담이 완화되고, 매일 규칙적으로 환자의 건강 상태나 증상에 맞춰 서비스를 제공받는 것이 도움이 될 수 있습니다. 특히 치매 말기에는 환자의 지적 능력과 일상생활 능력이 심하게 저하되어 식사나 대소변 관리가 매우 어려워집니다. 이 단계에서는 여러 가지 원인으로 폐렴이나 방광염과 같이 감염질환이 잘 발생하기도 해 합병증이나 공존질환에 대한 치료 관리가 매우 중요한 시기이기도 합니다. 일반적으로 가정에서 더 이상 돌보기 어렵다고 판단되면 요양원이나 요양병원에 모시는 것을 고려하는데 환자의 상태에 따라 돌봄 계획은 세운 후 대응하시면 도움이 될 것 같습니다.

환자를 돌보면서 생기는 화, 짜증, 분노, 절망스러운 감정은 지극히 자연스러운 감정입니다. 장기간 환자를 돌보는 사람들은 환자 상태가 호전되면 기분이 나아졌다 악화되면 절망적인 기분을 느끼게 됩니다. 이러한 감정이 생길 때 분노일지 등을 기록해 어떤 상황에서 이런 감정이 생기는 것인지 객관적으로 들여다보는 것이 도움이 될 수 있습니다. 그럼에도 불구하고 우울감이 지속되거나 감정 조절에 어려움이 있다면 가까운 정신건강복지센터를 방문하셔서 상담을 받아보거나 전문의 진찰을 받아보시는 것을 권유 드립니다. 그리고 치매안심센터에서 자조모임에 참석하여 같은 처지에 있는 치매환자 가족들을 만나는 것도 큰 도움이 될 수 있습니다.

힘들고 지칠 때 또는 돌봄이 막막한 경우 치매상담콜센터(1899-9988)를 이용하셔서 도움 받으시기 바랍니다.

2017년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 지역 내 돌봄 부담을 줄이기 위한 가족지원 프로그램이 있나요?

## Q 질문

아버지가 치매 진단받은 후 가족들의 정신적 부담과 스트레스가 많습니다. 치매환자를 돌보며 지치고 힘든 가족들이 지역 내에서 도움 받을 수 있는 곳이 있나요?

## A 답변

힘들고 지친 가운데 가족들 간 불화가 점점 커지게 되는 상황이 참 안타깝습니다.

치매환자의 공격적인 행동은 환자가 스트레스를 받거나 본인의 욕구가 해결되지 않을 때 더 심해질 수 있습니다. 그리고 환자를 돌보는 가족이 지치고 힘들어 여유가 없는 경우 환자의 마음을 미처 헤아리지 못하거나 짜증스러운 반응을 보이기도 합니다. 이런 경우 치매환자의 공격 성향을 오히려 더 자극할 수 있습니다. 따라서 치매환자를 장기간 돌봐야 하는 가족들은 무엇보다 자신의 신체적·정신적 건강을 잘 관리하여 돌봄 스트레스에 적절히 대처하는 것이 중요합니다. 또한 가족들이 치매환자와 잘 지내기 위해서는 '치매'라는 질환에 대해 잘 알아야 하고, 치매환자를 돌보는 케어 기술과 돌봄의 지혜도 필요합니다.

지역 보건소 치매안심센터를 방문하시면 돌봄 부담 분석, 치매가족교실, 자조모임, 힐링 프로그램 등을 운영하고 있으니 이용해 보시기 바랍니다.

2018년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 피부 가려움증 어떻게 관리하나요?

### 질문

피부에 이상이 없는데도 온몸을 자꾸 긁어 피가 나 상처투성입니다. 어떻게 관리하는 것이 좋을까요?

### 답변

가려움증은 노인에게 매우 흔한 피부과적 문제이며, 보고에 따르면 많게는 노인의 66%까지 가려움증을 호소하는 것으로 알려져 있습니다. 가장 흔한 원인으로는 건조증이 있습니다. 건조증은 피부가 노화되면서 표피의 두께가 얇아져 수분과 지방함유가 적어지고, 피지와 땀의 분비가 적어져 건조한 피부가 되기 때문입니다. 건조한 피부는 각질층의 균열을 보이고 이로 인해 가려움증이 동반되며 긁음으로 인해 이차적 병변이 나타나기도 합니다.

지속적인 가려움증은 수면을 방해하고, 피부를 자주 긁게 되면 피부가 두꺼워지고 딱딱해져서 이로 인한 가려움이 반복되는 악순환이 생길 수 있습니다. 긁음으로 상처가 나지 않도록 다른 곳으로 관심을 돌리는 방법을 사용합니다. 밤에 주무실 때는 무의식 중에 긁을 수 있으니 자기 전에 손싸개나 손장갑을 착용해 최대한 피부 자극을 줄여보는 것도 좋겠습니다.

겨울철 가려움증은 피부의 피지 분비가 줄어들고 건조해지는 것이 주요 원인이며, 정강이나 팔에 많이 발생하고 높은 실내 온도나 잦은 목욕, 비누의 과다 사용 등이 증상을 악화시키기도 합니다. 또한 침상 생활을 하는 노인 환자의 경우 영양상태가 좋지 않거나 보습이 부족하게 되므로 잘 관리해 주는 것이 좋습니다. 건조한 피부로 인해 가려움증이 나타나면 보습제를 충분히 발라주어야 하며, 목욕 후에 발라주는 것이 효과적입니다. 또한 보습제는 털이 성장하는 방향으로 발라주어야 합니다. 환자가 충분히 수분을 섭취하도록 케어해 주시고, 가습기나 화분 등을 이용해 습도를 유지하고 옷이나 침구는 가볍고 마찰이 없는 소재의 천을 사용하는 것이 피부자극을 줄일 수 있으니 참고하시기 바랍니다. 갑상선 기능에 문제가 있거나, 황달, 만성신부전, 당뇨병, 면역 질환이 있는 환자의 경우 가려움증이 발생할 수 있으니 이런 경우라면 주치의와 상의해 증상에 도움을 받아 보시기 바랍니다.

2018년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 치매환자의 구강관리/틀니관리는 어떻게 해야 하나요?

## Q 질문

의치(틀니)를 끼고 한달 정도 되었는데 어떻게 관리해야 하나요?

## A 답변

치매어르신의 경우 기억력 및 기능 감퇴에 따라 구강관리에 소홀해지기 쉬워 치아질환이 증가합니다. 그리고 환자가 복용하는 항생제, 이뇨제, 항우울제, 고혈압약제 등은 구강점막에 염증을 유발할 수 있으므로 주의가 필요합니다. 또한 당뇨 환자의 잇몸 질환은 합병증으로 사망할 수 있으니 유의해야 합니다. 어르신 중에는 의치나 보철을 하신 경우가 많으므로 의치가 잘 맞는지, 틀니를 끼운 자리에 염증이 있는지 등 구강 상태를 수시로 확인해 보는 것도 중요합니다. 만약 관리가 잘 안될 경우 풍치나 잇몸 질환으로 신체 전반적인 건강 악화로 이어질 수 있습니다. 치매환자의 구강 위생관리는 일반 사람들과 같이 식후, 취침 전에 실시해 주며 6개월마다 치과진료를 받는 것이 도움 됩니다.

치매환자 중에 틀니를 아예 입안에서 빼지 않고 계속 장착한 상태로 지내는 분들도 있습니다. 이런 경우 틀니 사이에 음식물이 끼어 고착되어 있을 수 있고, 오랜 기간 틀니를 빼지 않았기 때문에 입안에서 무리하게 빼내려면 잇몸에 상처가 날 수 있습니다. 입안을 충분히 물로 헹궈서 틀니가 움직이는지 손으로 흔들어 확인해 보고 만약 굳어 있어 빼기가 어렵다면 전문의의 도움을 받는 것이 좋습니다.

## 〈대표적인 구강질환 및 증상〉

- ① 시린이 : 치아와 잇몸 사이 경계부
- ② 치주농양 : 심한 통증과 잇몸 부종
- ③ 구내염 : 입안이 험거나 염증이 생기는 입병, 아프타성 구내염(자가면역질환)
- ④ 입냄새 : 황 화합물의 일종인 치석

## 〈고령자 틀니 관리법〉

- ① 틀니는 꼭 해야하나?
  - 치아상실이 저작효율 감소와 소화기능 저하를 가져온다.
  - 악관절 손상으로 척추의 반곡, 신경통 유발이 발생된다.
  - 입 주위 근육 수축으로 얼굴형태 변형을 가져온다.
- ② 틀니는 한 번 하면 평생 쓰는가?
  - 대개 2년에 한번은 잇몸과 닿는 부위를 수리해 주어야 한다.
  - 최소한 1년에 한번은 정기검진을 해야 한다.

③ 잠잘 때는 어떻게 하나?

- 틀니 전용 보관 통에 찬물을 넣고 담가두어 변형을 방지한다.

④ 틀니의 소독과 청결 유지

- 식사 후 흐르는 물과 소금물을 이용하여 틀니 전용 칫솔로 닦아준다.

(뜨거운 물로 소독 시 플라스틱 재질 변형될 수 있음)

2018년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 23

[치매환자 치과진료]

## 치매환자의 치과진료가 가능한 병원을 알고 싶어요.

### 질문

어머니가 풍치로 식사를 잘 못하시고 있어 안타깝습니다. 치과 진료를 받게 해드리고 싶은데 동네 치과에서는 치매환자 치료가 어렵다고 합니다. 치매환자를 치료해 주는 치과병원이 따로 있나요?

### 답변

치과 치료는 의사의 지시대로 환자의 협조가 원활히 이루어져야 합니다. 그런데 치매환자의 경우 의사소통의 어려움이 있고 통증이나 진료 도구 사용, 기기 소음 등에 대한 두려움으로 과민한 행동 증상을 보일 수 있기 때문에, 일반 개인치과에서는 치매환자를 치료하기 어려울 수 있습니다. 장애인 치과병원의 경우 치매환자의 진료도 가능할 수 있으니 확인해 보시기 바랍니다. 단, 치매환자는 현행 장애인 등록법 상 장애인에 해당되지는 않으므로 치매환자 진료가 가능한지 방문 전에 꼭 문의해 보시기 바랍니다.

#### 울산권역장애인구강진료센터

주소: 울산 동구 방어진순환도로 879, 울산대학교병원

전화: 052-250-7330

2020년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용을 바탕으로 작성되었습니다.

## 어머니의 엉덩이 부근이 빨개졌는데, 어떻게 관리해야 하나요?

## Q 질문

기력이 떨어져 움직이지 못하고 누워 계시면서 엉덩이 부분이 빨개지셨습니다. 어떻게 관리하면 좋아질 수 있을까요?

## A 답변

욕창은 한 자세로 계속 앉아있거나 누워있을 때 신체 부위에 지속적으로 압력이 가해지고, 그 부위에 순환장애가 일어나 피하조직 손상(궤양)이 유발된 상태를 말합니다.

특히 의식이 없는 환자, 뇌신경이나 척수신경 손상이 있는 환자, 위중한 환자, 만성질환을 앓고 있거나 전신이 쇠약해진 환자, 침대에 누워있는 환자들에게 자주 발생합니다. 이러한 환자들은 장시간 동일한 체위로 있어도 압력을 받는 곳에 불편감을 잘 느끼지 못할 뿐 아니라 적절하게 표현하기 어렵기 때문에 돌보는 분들의 세밀한 보살핌이 필요합니다.

어머니처럼 스스로 움직이지 못하고 한 자세로 오래 누워 지내시는 분들은 피부에 지나친 압박이 가해지면서 피부가 빨갛게 되기 쉽습니다. 더 심해지기 전에 의사의 진료와 함께 적절한 치료를 받아 보시기 바랍니다.

욕창은 대개 급속하게 진행되는 경우가 많아서 조그마한 상처라도 금방 악화되기 쉽습니다. 미리 욕창이 생기지 않도록 예방하고, 평소 조그마한 상처라도 생기지 않도록 수시로 확인하고, 기저귀를 잘 살피주시고 체위변경에 신경을 써주시는 것이 중요합니다.

## 〈욕창예방법〉

- ① 압박을 피하기 위해서는 적어도 2시간마다 체위변경을 합니다. 앉아있는 경우에도 쏠리는 힘을 줄이기 위해 비스듬히 앉는 것보다는 의자면에 수직으로 앉는 것이 좋으며 매시간마다 체위 변경을 시행해야 합니다.
- ② 압력을 최소화하기 위해 환자의 이불은 가벼운 것을 사용하며, 기저귀의 상태를 자주 확인해야 합니다. 땀이나 소변 등으로 젖어 축축한 상태가 되지 않도록 하고 항상 건조하게 유지해 주어야 합니다.
- ③ 쿠션이나 공기 또는 물 매트리스 등 압력을 제거하기 위한 제품을 사용합니다.
- ④ 충분한 영양섭취가 이루어져야 합니다. 상처를 회복을 촉진하고 신체의 방어력을 높이기 위해서는 고단백질, 고칼로리, 철분, 비타민 등 영양소가 풍부하고 균형 잡힌 식사를 통해 영양섭취가 필요합니다.

2020년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.



## 오래 살던 곳을 떠나 새로운 지역으로 이사를 해야 하는데 어떻게 하면 잘 적응할 수 있을까요?

### 질문

치매 진단받은 지 1년 된 어머니를 혼자 지내시게 할 수 없어 저희 집으로 모시려고 합니다. 잘 적응할 수 있도록 도움을 드리고 싶은데 어떻게 하면 될까요?

### 답변

치매 초기 단계는 일상생활을 하는데 하나둘씩 문제들이 발생하는 시기이지만 도움을 드리면 어느 정도의 독립적인 생활이 가능한 시기이기도 합니다. 어머니가 어려워하시는 부분을 위주로 돌봄 계획을 세워보시면 좋겠습니다.

치매환자들마다 새로운 환경에 대한 적응력은 다소 차이가 있지만 환경 변화가 있을 때 대부분 혼란스러움을 느끼게 됩니다. 낯선 환경에 적응하는 과정으로 일시적으로 인지기능저하를 보이기도 하나 어머니와 같은 치매 초기 단계에서는 느리지만 차츰 회복이 됩니다. 이사할 경우 어머니도 이런 혼란스러움을 느낄 수도 있으니 아래와 같은 사항을 미리 알고 대처하면 도움이 될 것 같습니다.

첫째, 최대한 익숙한 환경을 조성하셔야 합니다. 어머니께서 아끼거나 오랫동안 쓰시던 물건(화장대, 문갑, 장롱, 사진첩) 등을 버리지 마시고 이전과 비슷하게 가구를 배치해 심리적으로 안정감을 드리는 것입니다. 또한 새로운 집안 구조에 적응할 때까지 밤에도 간접조명을 켜 놓는 것도 도움이 됩니다.

둘째, 치매환자가 집안의 환경뿐만 아니라 집 밖에서도 일상생활을 하려면 초반에는 가족의 도움이 필요합니다. 길 찾는 능력이 저하되어 있는 어머니를 위해 실종에 대비하고 낯선 동네에 익숙해지도록 같이 산책을 하면 도움이 됩니다.

셋째, 치매환자에게 새로 이사한 집 근처에 인적 네트워크를 조성해 주는 것입니다. 치매환자와 같이 마트를 이용하거나, 복지관, 경로당 등을 다니면서 친숙해질 수 있도록 소개해 드리고, 종교활동이나 본인이 즐겨 하거나 좋아하는 일이 가능한 환경을 마련해 드려 무료하지 않도록 배려합니다.

마지막으로, 가정이나 지역사회 안에서 돌봄을 신청해 이용하는 것입니다. 노인장기요양등급을 이용해 재가나 시설급여 서비스를 받는 것이 가족들의 부양 부담도 줄일 수 있고, 어머니께서 새로운 환경에 더 빠르게 적응할 수 있을 것이라 생각합니다.

환자가 오랜 세월 익숙해있는 장소를 떠나 새로운 환경에 적응할 때 초조나 불안감 등의 심리적인 문제를 호소할 수 있는데 이때 감정이 상하지 않도록 정서적으로 지지하고, 새로운 환경에 잘 적응할 수 있도록 세심하게 배려하며 돌보는 것이 매우 중요합니다.

2019년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 점점 삼키는 기능이 약해지는데, 어떻게 돌보아야 하는지 알고 싶어요.

### Q 질문

파킨슨 치매로 진단받은 지 4년째이고, 고관절 골절로 3개월째 요양병원 입원 중입니다. 입원 전에는 식사를 잘하셨는데 점점 식사량도 줄고 삼키는 것을 힘들어하십니다. 이런 경우 어떻게 돌보드리면 식사를 잘 하실 수 있는지 궁금합니다.

### A 답변

삼킴 장애가 있으면 음식을 먹다가 잘 삼키지 못하여 뱉어내거나 사레가 걸리는 경우가 잦아지게 됩니다. 그렇게 되면 건강 상태에 크게 영향을 미칠 뿐만 아니라 삶의 질에도 나쁜 영향을 미칠 수 있습니다. 음식을 입에 넣고 씹어 잘게 부수고 인두로 내려 보내는 삼킴 반사를 통해 음식을 식도로 이동시키는 단계가 자연스런 과정으로 진행되어야 하는데 이 단계들 중 어느 한 부분이라도 문제가 발생하면 삼킴 장애를 초래할 수 있습니다.

먼저, 치매 어르신의 삼킴 장애의 원인 파악이 필요합니다. 원인에 따라 치료의 방법이 달라지기 때문에 우선 아버님의 삼킴 기능이 저하된 원인을 확인해보는 것이 필요합니다.

둘째, 음식을 조리할 때 환자가 먹기 쉬운 조리 형태로 만들어야 합니다. 삼킴기능이 약해진 경우 약국이나 복지용구점에서 증점제를 구입해 음식이나 물 등에 섞어 드리면 삼키는 데 도움이 됩니다. 다만 증점제의 농도나 양은 환자의 상태에 따라 다르기 때문에 주치의와 상의해서 결정하시기 바랍니다.

셋째, 서두르지 말고 천천히 소량씩 섭취하는 것이 중요합니다. 급하게 서두르거나 강요하는 어투로 권하게 되면 환자가 불안해 식사를 포기할 수도 있으니 “천천히 드세요”. “서두르지 마세요” 등의 말로 따뜻하게 권하면서 식사를 독려해 주시기 바랍니다.

넷째, 삼킴 기능에 도움이 되는 바른 자세를 취하는 것입니다. 침대에 누워있을 때 침대의 윗부분을 올리고 베개나 쿠션을 등 뒤로 받쳐주어 90° 각도를 유지하게 하고 고개를 약간 숙일 수 있도록 합니다. 식사시간은 20~30분이 적당하며 되도록 40분을 넘지 않도록 하는 것이 바람직합니다.

마지막으로 삼킴 기능 개선에 도움이 되는 바른 습관을 갖는 것입니다. 평소 환자와 같이 노래 부르기, 바람개비 불기, 된소리 발성 등을 정기적으로 같이 시도해 보시기 바랍니다. 사레가 걸렸을 때 물을 마시는 것을 삼가주시고 등을 쓸어드리면서 안정시켜드립니다. 원활한 혈액순환과 신진대사를 위해 적절한 수분 섭취는 꼭 필요하며 체중 감소가 있다면 영양 상태를 평하여 필요한 영양을 충분히 공급해야 합니다. 식사 전 얼음 물에 적신 면봉으로 입안을 마사지하거나 작은 얼음 알갱이를 입안에 물고 있다가 뱉기, 아이스크림 먹기가 삼킴 기능을 높여주며 식사할 때 환자 앞에서 “꿀꺽”하면서 음식을 삼키는 모습을 보여주고 격려해 주는 것도 도움이 됩니다.

위의 방법 등을 해보시고 그럼에도 삼키는 기능이 저하되어 흡인성 폐렴의 위험이 있다면 주치의와 상의해 콧줄 영양(위관영양) 여부를 고려해 보시기 바랍니다.

2019년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 식사량이 줄면서 변비로 힘들어하십니다. 도움되는 방법이 있나요?

### Q 질문

요양원 입소 후 낙상으로 무릎을 다쳐 이젠 혼자 앉지도 못해 침대에 누워 계십니다. 치아도 거의 없어 씹지 못하시다 보니 점점 식사량도 줄고, 식사량이 적어서인지 배변이 원활하지 않아 걱정입니다. 그나마 두유를 좋아해 하루에 여러 번 드리고 있지만 변비로 고생을 하시는 데 도움 될 만한 방법이 있을까요?

### A 답변

변비는 노화과정에서 정상적으로 발생하기 보다는 장을 자극할 만큼의 음식물 섭취 부족이나 수분 섭취 부족, 운동 부족, 장운동을 감소시키는 약제 복용 등의 원인이 되어 발생할 수 있습니다.

치아 상실로 음식을 씹는 것이 어려운 경우 대부분 삼키기 쉽고 부드러운 음식을 위주로 식사를 하게 되는데 식사량이 부족하신 어머님의 영양을 걱정해 두유를 제공하고 계시는 것 같습니다. 이러한 식사는 배변을 촉진시키는 섬유질 섭취량이 많이 부족할 수 있으니 해조류와 야채가 들어간 주스를 식간에 마시면 도움이 됩니다.

와상으로 지내다 보면 장운동이 저하되어 변이 장 속에 머무르는 시간이 길어지면서 장 점막에서 수분이 흡수되어 점차 변의 부피가 작아지고 단단하여 자력으로 배변이 어려워 관장을 해야 하는 경우도 생깁니다. 배변을 돕기 위해 식사 후 5~10분 정도 배꼽 주변을 시계방향으로 원을 그리며 시행하는 복부 마사지가 장운동 활성화에 도움이 될 수 있습니다.

치매가 진행되면 환자들은 불편감을 호소하기 어렵습니다. 변비가 지속되거나 배변 습관의 변화가 있는 경우 의사에게 진찰받아 보시는 것을 권유 드립니다.

### <치매환자의 배변활동을 위한 올바른 습관>

- ① 적절하고 규칙적인 배변습관을 갖는다.
- ② 아침식사를 한 후 30분 이내 화장실에 가서 대변을 보도록 한다.
- ③ 가능하면 배변을 매일 시행하고 변의를 느낄 때 바로 화장실로 간다.
- ④ 배변 시 10분 이상 오래 앉아 있지 않는다.
- ⑤ 좌욕(약 40℃의 물로 약 10분 정도)을 자주 해주어 항문 주위 혈액순환이 잘 되게 한다.
- ⑥ 삼시 세끼를 거르지 않는 규칙적인 식사, 특히 아침 식사를 꼭 챙긴다.
- ⑦ 섬유질이 풍부한 음식(채소, 과일, 현미, 옥수수, 콩, 통밀 등)을 섭취하면 대변을 부드럽게 만들며, 대변의 양을 많게 하고, 대장 통과 시간을 줄여 변비를 개선해 준다.
- ⑧ 물은 최소한 하루 1.5리터 정도 섭취한다.
- ⑨ 커피, 차, 술 등은 소변량을 증가시켜 탈수를 조장, 변비를 악화시킨다.

- ⑩ 변비 해소에 도움이 되는 규칙적인 운동으로 신진대사 및 장운동을 촉진시킨다.
- ⑪ 복근 강화 운동, 복식 호흡, 복부 마사지, 장운동을 도와주는 체조를 꾸준히 한다.
- ⑫ 좌변기 사용 시 발밑에 받침대를 사용해 배변 시 좀 더 웅크리는 자세를 만들어준다.

### 〈치매환자의 배변활동을 위해 알아두면 좋은 정보〉

#### · 배변 횟수

주 3회 이하면 변비 의심, 변비는 당뇨, 갑상선 기능 저하 등 대사성 질환이나 중추신경계 질환 때문에 생기기도 한다. 이완성 변비는 대장 운동 능력이 떨어져 배변 활동이 원활하지 못한 노인 환자에게 많으며 오래 누워있는 환자에게도 흔하다.

#### · 식이섬유 섭취

성인은 하루 20~30g의 식이섬유 섭취가 필요하고, 변비가 심하면 장 속 내용물과 장내 세균이 접촉하는 시간이 길어진다. 아랫배에 불편함이 느껴지고 복통, 수면장애 등 2차 문제도 있을 수 있다.

#### · 수분 부족

물을 충분히 마시지 않거나, 배변습관이 불규칙하거나, 나이, 운동 부족, 환경 변화 등에 의해 변비가 생길 수 있다.

#### · 만성 변비

식욕부진과 소화불량이 생기고, 이는 변비를 악화시키는 악순환으로 이어지며, 우울증의 원인이 되기도 한다. 전체 인구의 약 8% 이상이 변비로 고생하고 있으며 여자가 남자보다 3~4배 많고 나이가 들수록 변비 환자가 많다.

2020년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 의사소통이 안 되는 치매환자와 어떻게 대화해야 하나요?

### Q 질문

치매 진단받으신지 3년 된 시어머니와 의사소통이 잘되지 않아 너무 답답합니다. 어머니의 마음을 알기 위해 효과적인 대화 방법이 있을까요?

### A 답변

치매환자의 경우 기억력이 저하되면서 점차 무엇을 배우거나 이해하는 능력이 저하되고 언어능력이나 의사소통 능력도 점차 감소하게 됩니다. 치매가 진행됨에 따라 의사소통이 점점 어려워질 수밖에 없는데 아무리 의사소통이 어렵다 해도 환자가 표현하려는 의미를 파악하면서 대화를 이어나가야 합니다. 환자는 상황에 따라 누군가의 도움을 받지 않으면 안전부절못하거나 말로 표현하기 힘든 불쾌한 기분이 들어 스트레스 상태에 놓이게 됩니다. 특히 자신의 인생에 자부심을 갖고 사셨던 분이거나 꼼꼼하고 성실하며 만사에 철저했던 분이라면 더욱이 바보가 되는 것 같은 기분이 들 것입니다. 실수를 하는 본인을 받아들이는 것이 더욱 힘들어지고, 자신감이 현저히 저하되기도 합니다. 이런 상황이 지속되면 우울감이나 무력감에 빠져들기도 합니다.

어머님이 갑자기 말을 하지 않는다면 먼저 심각한 질병이 있는지를 살펴보아야 합니다. 우울증, 무감동 등 정동장애가 있을 때도 갑자기 말수가 줄고 표정도 없어질 수 있습니다. 만약 이런 증상이 심해서 말을 하지 않는 것뿐 아니라 식욕저하, 부정적 사고 등의 증상이 동반된다면 병원 방문을 권유 드립니다. 그러나 평소 의욕이 저하된 정도라면 혼자 좋아하는 것 위주로 말을 건네 보고 대화를 이어나가기 위해 노력해야 합니다.

치매 어르신은 언어적 문제 또는 비언어적 문제로 대화의 어려움을 느낍니다. 단어가 빨리 떠오르지 않거나 유창성 저하, 이해력 저하로 감정이 증폭되기도 합니다. 말을 이해하는 데 시간이 걸릴 수 있으니 환자가 생각하고 설명할 시간을 충분히 드려야 합니다. 기다리는 동안 듣고 있는 몸짓과 부드러운 표정을 지어주면 도움이 됩니다.

만약 치매환자와 의사소통이 원활하지 않다면 가족들이 치매환자의 일반적인 대화나 말도 안 되는 소리에 어떻게 대처해야 할지 방법을 모르거나 환자와 대화를 할 수 없다고 생각하는 경우가 많습니다. 이런 경우 환자는 가족들이 자신과 대화를 꺼린다고 생각하고 좌절하며 무기력감에 빠져 의사소통이 더 어려워지는 악순환이 반복될 수 있습니다.

치매환자와 대화에서 가장 중요한 부분은 마음을 헤아리며 대화하는 것입니다. 치매어르신의 입장에서 보는 마음과 태도가 필요하며, 환자에 대한 관심과 애정이 없으면 대화가 되지 않습니다. 대화의 기술들을 잘 활용하는 것이 필요한데 상황에 맞게 적용해야 합니다.

치매환자와 대화가 어려울수록 대화하는 방법이 제대로 되었는지를 점검해 보고 내가 말하는 어투, 환경, 대처하는 방식들을 되돌아보시기 바랍니다. 치매어르신과도 대화를 통해 마음을 나눌 수 있으며,

말이 서툴러졌다고 해서 좌절하지 않도록 배려해 주시고, 말뿐 아니라 몸짓으로 인내와 믿음을 전달해 보시기 바랍니다.

### 〈치매환자와 의사소통을 촉진하기 위한 팁〉

① 재촉하지 마세요

말과 행동의 속도를 감지하고 적응해야 합니다. 생각하고 설명할 시간을 드리면 대화할 때 좌절감을 덜 느끼게 됩니다.

② 듣고 있다는 것을 알려주세요.

고개를 이용하여 ‘끄덕끄덕’ 하는 것 이외에도 “그러세요?”, “그렇군요”라고 반응해 주세요. 그러면 말하기에 자신감을 더 갖고 대화를 편안히 할 수 있습니다.

③ 알아들었다고 해서 말을 끊지 않도록 하세요.

말을 끊는 것은 ‘대화를 빨리 끝내고 싶다’는 뜻으로 해석됩니다. 답답한 마음과 촉박한 마음에 말을 끊지 않도록 하십시오.

④ 부정의 표현을 줄이세요.

부정적인 표현은 치매 어르신에게 좌절감을 느끼게 합니다. “안돼요”, “하지 마세요”보다는 “이렇게 해보세요”, “이건 어떠세요?”라고 표현을 바꾸어 봅니다.

⑤ 긍정을 유도하세요.

병이 깊어질수록 하지 않으려는 쪽으로 반응하기 때문에 꼭 해야 하는 활동일수록 의도를 확인하는 질문형을 피하고 같이 하자는 청유형을 사용하도록 합니다. “산책할까요?”라고 물었을 때 무심코 ‘아니’라는 거절을 할 수 있으므로 차라리 “같이 산책해요”라는 말로 ‘해볼까’하는 긍정적 반응을 이끌어 봅니다.

⑥ 당연한 것이라도 선택하게 하는 대화문을 건네세요.

사소한 것이라도 치매어르신이 선택할 수 있게 대화문을 건네도록 합니다. 옷을 입히려 할 때 그냥 옷을 입자고 하기보다는 “검은색을 입을까요? 노란색을 입을까요?”라고 두 가지를 제시합니다. ‘스스로 결정했다’는 느낌을 주어 거절당할 확률을 낮출 수 있습니다.

⑦ 한 번에 한 가지만 질문합니다.

치매환자는 여러 가지를 한 번에 이해하거나 한꺼번에 기억하기 어려울 수 있습니다. 단계별로 쪼개어 하나씩 말씀드려야 합니다. 한 번에 여러 가지를 말하면 압도당하는 느낌이 들며 혼란스러울 수 있습니다. 충분히 이해할 수 있도록 짧고 간단하게 대화문을 건네세요.

⑧ 이유가 궁금할 때는 구체적으로 묻습니다.

“밥 먹기 싫다”라고 할 때에는 “왜요?”라고 묻기보다는 “입맛에 안 맞으세요?”, “조금 이따가 드시겠어요?”라고 구체적으로 묻습니다.

2018년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 집에 못 찾아오실까 걱정이 됩니다.

## Q 질문

친정아버지가 집을 빨리 못 찾고 주변을 배회하다 오셨습니다. 혹시라도 집을 못 찾는 일이 발생할까 염려됩니다.

## A 답변

치매환자들은 자신이 놓여있는 상황이나 장소를 올바르게 인식하지 못해 혼란을 겪게 됩니다. 익숙한 장소에 있음에도 불구하고 자신이 어디에 있는지, 집으로 가기 위해 어디로 가야 하는지를 잊어버려 헤매기도 합니다. 배회가 있는 치매환자를 가정에서 돌보실 경우 실종 위험이 있기 때문에 안전장치가 필요합니다. 실종은 예고 없이 갑작스럽게 찾아오기 때문에 가능하면 실종 예방을 위한 여러 가지 방법을 함께 사용하는 것이 좋습니다.

첫째, 치매안심센터에서 배회가능 어르신을 위한 인식표를 발급합니다. 인식표는 어르신이 배회 중 발견되었을 때 쉽게 가정으로 복귀할 수 있도록 지원하는 표식으로 대상자의 주민등록상 주소지 치매안심센터에 신청하면 80매를 지원받을 수 있으며 비용은 무료입니다. 인식표는 개별 고유번호가 부여되고 옷에 다림질로 부착하며 세탁해도 훼손되지 않아 편리하게 이용할 수 있습니다.

두 번째, 지문 등 사전등록제도입니다. 지문 등 사전등록제도는 치매안심센터, 경찰서, 지구대, 파출소, 안전드림 홈페이지 및 안전드림 앱을 통해 신청 가능하고, 실종 시 등록된 지문을 검색해 신속하고 효율적으로 대처할 수 있으며 개인정보동의를 받고 별도 관리합니다.

세 번째, 노인장기요양보험 수급자라면 배회감지기를 신청하실 수 있습니다. 복지용구사업소를 통해서 계약을 체결한 후 이용하실 수 있습니다.

그리고 이웃이나 친척, 아파트 경비원 등에게 아버지의 상태와 관련된 정보를 미리 알려 실종 시 도움 받을 수 있는 방법도 고려해 보시기 바랍니다.

2018년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 요양원에 가신지 6개월이 지났는데도 계속 전화를 걸어 제가 일을 할 수 없을 정도입니다. 어떻게 하면 좋은가요?

### Q 질문

어머님이 요양원 입소 중인데 '집에 가고 싶다'며 자주 전화로 하소연을 합니다. 전화 횟수가 점점 많아져 업무에 방해가 될 정도인데 어떻게 하면 어머님이 안정될 수 있을까요?

### A 답변

반복적으로 전화를 거는 행동은 문제행동증상 중 반복행동에 해당되는데 이러한 증상은 치매환자가 논리적으로 생각하지 못하기 때문에, 자신의 질문에 답을 구하지 못했다고 생각하거나 기억력이 저하 되어 나타나는 행동일 수 있으며 또는 관심을 끌기 위해 나타날 수도 있습니다.

환경이 바뀌면서 불안하고 초조하기 때문에 반복적으로 전화를 할 확률이 높습니다. 요양원에 문의해 어머님의 식사, 수면, 동료 입소자, 요양보호사, 직원 관계 등 어떤 부분이 불편한지 우선 확인해 보시기 바랍니다. 요양원 적응 과정 중 우울이나 불안 등의 정신행동증상이 악화되었을 가능성도 있습니다. 어머님의 상태가 우울이나 불안감이 심해져 나타나는 증상이라면 담당 의사와 상의해 약물치료를 받는 것도 도움이 됩니다. 불안과 초조감이 가라앉으면 지금의 증상이 완화될 수도 있습니다.

환자가 불안으로 인해 반복행동을 보이는 경우 환자를 안정시키기 위해 첫째, 돌봄을 제공하는 분들이 환자의 감정에 동요하지 않고 침착하게 대응해야 합니다. 감정에 휩쓸려서 다그치거나 귀찮은 듯 답변하는 행동들이 환자의 불안감을 더 가중시킬 수 있기 때문입니다. 둘째, 새로운 환경인 요양원에 쉽게 익숙해질 수 있도록 가족사진이나, 손에 익숙한 물건으로 주변 환경을 꾸며주시고, 가족들의 모습이 담긴 동영상이나 음성녹음을 들려드리면서 심리적으로 안정감을 제공해 줍니다. 셋째, 환자가 보이는 반복적인 행동보다는 환자가 보이는 감정에 초점을 둡니다. 환자가 같은 이야기를 반복해도 이전에 들었다는 것을 나타내지 말고 흥미 있는 것처럼 편안하게 들어주면서 자연스럽게 관심을 다른 곳으로 돌려 주의를 전환시켜 줍니다. 마지막으로 환자가 보이는 반복행동을 무조건 제한하는 방법은 바람직하지 않습니다. 대신에 전화받을 수 있는 시간을 어머님께 미리 알려드립니다. "근무시간에는 전화를 해도 받을 수 없어요. 퇴근 후에는 언제든 가능해요"라고 지속적으로 말씀드려 줍니다. 알려드린 시간을 잃어버리더라도 반복해 설명하고 요양원에도 공유해서 같이 대처해 줍니다.

어머니의 반복적인 전화는 가족 입장에서는 속상하고 많은 스트레스일 것이라 생각됩니다. 이러한 증상은 병의 진행과정에서 흔하게 나타나며, 전화를 걸어 대화가 가능하다는 것은 비교적 인지 기능이 어느 정도 유지된다는 긍정적인 부분으로 이해하시면 좋겠습니다.

2019년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.



## 집에 계시는데도 자꾸 내 집이 아니라고 하는데 어떻게 해야 하나요?

### Q 질문

어머니는 현재 살고 있는 집에서 30년 넘게 지내셨습니다. 그런데 자꾸만 집에 가서 저녁 준비를 해야 한다며 막무가내로 밖에 나가려고 하는데 이럴 때는 어떻게 대처해야 하나요?

### A 답변

정신행동증상의 하나인 망상 증상을 보이는 일부 환자들 중에 집에 계시는데도 내 집이 아니라고 우기는 경우들이 있습니다. 이 경우 사건이나 사물에 대한 오인이나 착각으로 “여기는 내 집이 아니야”라고 우기거나 부정하는 증상을 보이기도 하는데 이러한 증상은 주로 환자가 무료할 때 발생하는 경우가 많습니다. 되도록이면 무료하지 않도록 치매환자에게 적절한 자극이 될 수 있는 활동거리를 제공해 보는 것이 증상 완화에 도움이 됩니다. 만약 집에서 돌봄이 어렵다면 방문요양이나 주간보호센터 등을 이용해 혼자 있는 시간을 줄여보시기 바랍니다.

그리고 어머니가 과거에 살았던 옛날 집을 내 집으로 떠올린다면, 사실을 말해도 현재의 상황을 제대로 받아들이지 못하는 경우가 많습니다. 부드럽게 그 집은 어머니가 오래 사셨던 집이고 지금 이곳이 어머니 집이라고 말씀드리고 집에 어머니가 좋아하는 옛날 사진이나 물품 등을 배치하는 것도 도움이 됩니다.

증상이 심할 때는 무리해서 교정을 하지 않는 것이 좋습니다. 밖에 나가시려고 하는 어머니를 무조건 나가지 못하게 붙잡는 방법은 어머니를 더 자극할 수 있기 때문입니다. 대신 “아이들이 오늘 조금 늦게 집에 온다고 했어요. 그러니 저녁준비는 조금 늦게 해도 괜찮아요.”라고 대처해 불안한 마음을 안정시켜 드리거나, “어머니 집에 같이 다녀올까요?”라고 하면서 집 주위를 산책하거나 가까운 시장을 한 바퀴 돌아보면서 집에 가야 한다는 생각을 다른 곳으로 전환시키는 것도 효과가 있을 수 있습니다. 또한 산책이나 외출 등 적당량의 운동으로 수면과 생활에 도움이 될 수 있습니다.

내 집이 아니라고 우기면서 나가시려 한다면 실종의 가능성도 있으니 미리 실종에 대비하시기 바랍니다. 상황에 따라 다양한 방법이 있을 수 있으니 지혜롭게 대처하시고 가장 중요한 것은 어머니께서 망상 증상을 보일 때 사실 여부보다는 어머니가 보이는 감정에 정서적으로 공감해 주시는 것이 중요합니다.

2019년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 할머니의 환시와 환청 때문에 가족들이 힘든데 대처법이 있나요?

### Q 질문

치매환자인 할머니와 함께 살고 있습니다. 할머니께서 집에 사람이 있다고 하고 누군가와 대화하듯 중얼 중얼 거립니다. 이런 경우 어떻게 해야 하나요?

### A 답변

환각은 외부에서 주어진 자극이 없음에도 자극이 실제 있다고 생각하는 것을 말합니다. 개인에 따라 다소 차이가 있으나 중고도 치매환자에게 주로 나타나는 정신행동증상 중 빈도가 높고 돌봄 제공자에게 큰 어려움을 주는 것이 환각입니다.

치매에서 나타나는 환각은 실제 없는 사물이나 사람을 있는 것으로 지각하는 환시가 가장 흔하며, 실제로 들리지 않는 소리를 듣는 환청이 그다음으로 흔합니다. 치매환자는 존재하지 않는 상황을 현실인 것처럼 느끼기 때문에 환각에 따라 감정 변화를 일으키게 되므로 공포심이나 흥분에 의하여 위험이 초래되지 않도록 주의해야 합니다. 환각을 지워버리려고 하거나 설득시키려고 하지 말고 안심시키는 것이 중요합니다.

환시 대처 방법에 중요한 것은 주변 환경을 관리하거나 환경을 단순하게 정리하는 것입니다. 예를 들어 옷걸이에 걸린 옷을 보고 사람으로 착각하는 경우 옷을 치웁니다. 가로등 불에 비친 그림자를 보고 저승사자로 오인하는 경우에 창문에 커튼을 쳐서 가로등 불이 방안에 비치지 않도록 환경을 조성하는 것이 도움이 됩니다. 계속 오인을 하는 경우 현실감을 유지시키는 것이 필요합니다. 방 안이 어두운 경우 불을 켜서 직접 확인을 하고 해당 물건을 만져봅니다. 치매환자가 안심할 수 있도록 손을 잡고 “괜찮아요.”, “내가 옆에 있잖아요.”라고 말하면서 다독여 줍니다. 전환 요법을 적용해 봅니다. 다른 장소로 이동하여 간식을 먹거나 TV를 보거나 대화를 하면서 주의를 돌려 보는 것도 도움이 될 수 있습니다. 환시는 일시적이거나 짧은 기간에 나타났다가 사라지는 경우가 많으므로 안정될 때까지 같이 있어주고 밝은 장소에 앉아서 쉬도록 하는 것이 좋습니다. 시각에 이상이 없는지 확인하고 증상이 심한 경우 전문의와 상의하여 약물치료를 받으면 증상 완화에 도움이 될 수 있습니다.

환청의 경우 실제로 존재하지 않지만 치매환자에게는 들리는 것이기 때문에 환자를 안심시키고 편안하게 해 드리는 것이 중요합니다. 환자에게 잘못 들었다는 식으로 설명, 설득하기보다는 숨은 감정을 읽어주고 반응해 주어야 합니다. 예를 들어 “내가 우는 아기에게 음식을 챙겨 줄게요.”, “아이를 집에 보내고 올게요.” 등 하얀 거짓말로 안심시켜 줍니다. 무엇이 들리는지 구체적으로 물어보고 어떤 것이 불안한지 파악하는 것은 대처 방법에 실마리가 됩니다. 걱정하지 않도록 안심시키고 도움을 주려고 한다는 것을 확인시켜 주는 것도 도움이 될 수 있습니다. 환청이 시작될 때 장소를 바꾸어 보거나 노래를 듣거나 대화를 유도하면 환청이 완화될 수 있으며 흥분한 상태가 아니라면 그대로 두면서 관찰하는 것도 방법일 수 있습니다.

### 〈환각을 경험하는 치매환자 중재방법〉

- ① 시각이나 청각에 이상이 있는지 확인한다.
- ② 환각의 내용을 파악하고, 경험하는 상황을 확인한다.
- ③ 환경 내 자극 요인을 파악하여 최소화한다.
- ④ 증상으로 인한 고통에 대해서는 공감해 주고 안심시킨다.
- ⑤ 일상생활에 큰 영향을 주지 않을 경우 관심을 돌릴 수 있도록 한다.
- ⑥ 사실 여부를 확인하기 위하여 언쟁하지 않는다.
- ⑦ 주의를 전환하거나 대화 상대자가 되어 준다.
- ⑧ 환자의 능력이나 욕구에 맞는 하루 일과를 계획하여 적절한 자극을 준다.
- ⑨ 지시적이고 위협적인 환각으로 행동화가 예상될 때, 주치의와 상의하여 약물을 투여한다.

2021년 치매상담클러스터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 33

[정신행동증상 돌봄]

## 아버지가 알코올성 치매인데 술을 못 끊으시고 의심망상과 폭언, 폭력으로 어머니를 괴롭히십니다.

### 질문

아버지가 술 마시면 어머니께 폭언과 폭력을 일삼는데 어떻게 하면 좋을까요?

### 답변

선생님께서 힘든 시간을 보내고 계신 것 같아 너무나 안타깝습니다.

현재 아버님께 가장 중요한 것은 술을 끊는 것입니다. 그러나 현재 가정에서 아버님을 금주시키는 데는 어려움이 있을 것으로 보일 뿐만 아니라, 오랜 음주로 금단증상에 대한 대비도 필요하고, 음주와 관련된 영양소의 결핍이 있을 수도 있으니 먼저 알코올 문제를 전문으로 하는 병원에서 치료를 받으시는 것이 더 좋을 것 같습니다. 필요한 경우 입원치료를 해야 할 수도 있습니다. 치매와 관련해서는 금주와 함께 치매치료제를 꾸준히 복용하는 것이 중요한데, 그 이유는 약물을 복용함으로써 인지저하 속도를 늦출 수 있고 또 망상을 완화시킬 수도 있기 때문입니다. 또한 부정망상에 대한 대처 방법을 말씀드리면, 일단 아버님 말씀을 부정하거나 사실 여부에 대한 논쟁을 하지 마시고, 아버님이 느끼는 감정에 공감해 드리세요. 그리고 자연스럽게 아버님이 평소에 좋아하시는 활동이나 관심사를 활용하여 관심을 돌리시는 것이 좋습니다. 또 아버님의 일상생활을 관찰하여 아버님께서 정신행동증상을 보이기 전 어떤 일들이 있는지 그 인과관계를 살펴보아 미리 차단하시는 것도 좋고, 아버님이 하실 수 있는 일거리들을 계속 마련해 주시는 것도 정신행동증상을 감소시키는 방법입니다.

그럼에도 불구하고 증상이 지속되면 전문의와 상담해 보시기 바랍니다. 약물치료로 도움을 받을 수 있는 경우도 있습니다. 한 가지 더 도움이 될 만한 정보를 말씀드리자면, 알코올 치료 후 노인장기요양 인정신청을 하셔서 아버님께 적합한 서비스를 받아 보시는 것도 좋을 것 같습니다.

치매와 관련해서는 금주와 함께 치매치료제를 꾸준히 복용하는 것이 중요한데, 그 이유는 약물을 복용함으로써 인지저하 속도를 늦출 수 있고 또 망상을 완화시킬 수도 있기 때문입니다.

2014년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 갑자기 소리를 지르시고 제 팔을 뿌리칩니다.

## Q 질문

화낼 상황이 아닌데 막무가내로 화를 내세요.

## A 답변

치매환자분의 경우 뇌세포의 손상으로 쉽게 다른 사람의 말이나 요구에 행동을 바꾸기가 어렵습니다. 그리고 감정의 조절도 어렵습니다. 그런데 분주한 상황 속에서 며느님이 이야기하시다 보니, 요구하는 상황 자체를 압박으로 느끼셨을 수도 있습니다. 다른 사람이 보기에는 크게 힘든 것이 아니더라도, 치매 어르신에게는 뭔가 여러 가지 지시가 주어지는 분위기 자체가 혼란스럽게 느껴지기도 합니다. 게다가 아버님은 이미 소변을 보신 것에 대한 불편감과 수치심으로 감정이 상하신 상태일 수 있고요. 그런 상태에서 본인이 원하는 만큼 의사소통이 원활하지 않으니 답답하고 화가 나서 과격해지신 것일 수 있습니다.

물론 냄새나는 옷을 갈아입지 않는 아버님 때문에 답답하고 화도 나셨겠지만 이럴 때 가장 중요한 것은 아버님의 감정을 읽고 화를 내는 원인을 찾아서, 감정을 잘 받아주셔야 합니다. 그리고 치매 어르신은 기억 저장의 한계가 있어 한 번에 여러 요구를 동시에 받아들이지 못합니다. 따라서 한 번에 한 가지씩 요구하는 것이 좋습니다. 또한 소변을 보신 것에 대한 수치심은 여전히 존재하므로 자존감을 최대한 유지 시켜 드려야 합니다. 옷이 물에 젖었다든가 예쁜 새 옷으로 바꿔 입자고 하는 등 요령이 필요합니다. 이외에도 치매어르신은 여러 상황에서 돌발적으로 과격해지실 수도 있습니다. 자신이 해낼 수 없는 지시를 받을 경우, 어린아이 취급을 받을 경우, 낯선 사람과 환경에 노출되는 경우 그리고 신체적 통증이 있을 때 의사 표현을 하지 못하고 답답한 상황에 처한 경우 등 다양합니다. 그리고 치매 환자분은 일단 화를 내시면 중간에는 멈추기도 쉽지 않습니다.

가장 중요한 것은 아버님의 감정을 읽고 화를 내는 원인을 찾아서, 감정을 잘 받아주셔야 합니다. 그리고 치매 어르신은 기억 저장의 한계가 있어 한 번에 여러 요구를 동시에 받아들이지 못합니다. 따라서 한 번에 한 가지씩 요구하는 것이 좋습니다. 또한 소변을 보신 것에 대한 수치심은 여전히 존재하므로 자존감을 최대한 유지시켜 드려야 합니다. 옷이 물에 젖었다든가 예쁜 새 옷으로 바꿔 입자고 하는 등 요령이 필요합니다.

이럴 땐 어르신을 논리적으로 설득하려 하면 실패하므로, 다른 화제로 전환하거나 조용한 환경으로 모시어 자극을 제거합니다. 어르신과 대화 시 눈높이를 맞추고 가급적 어르신의 눈을 마주치며 말은 천천히 합니다. 지시는 단계적이고 짧은 문장으로 간단히 하며 어떤 행동을 재촉하지 않습니다. 또 평소 작은 성취에도 칭찬을 아끼지 않고, 긍정적으로 자주 지지하고 도와주는 것으로 이러한 공격적인 행동을 줄일 수 있습니다.

# 35

[정신행동증상 돌봄]

자녀들이 어머니를 버릴까 봐 밖에 나가면 졸졸 따라다니며  
막말을 하고 폭력성을 보여요.

## Q 질문

지난 설날 다른 형제들이 어머니를 방문하지 않은 이후부터 하루 종일 저만 졸졸 따라다녀요. '가족들이 모의해서 날 버리려 한다'며 막말과 폭언을 퍼부어 대는데, 하루하루 어떻게 살아가야 할지 막막합니다.

## A 답변

치매로 인해 합리적인 판단을 할 수 있는 인지 기능이 손상됨에 따라 치매환자들은 이해하기 어려운 말과 행동을 보일 수 있습니다. 일부의 경우, 그러한 언행은 환자의 채워지지 않은 욕구 때문에 발생합니다. 욕구가 없는 것처럼 보일지 모르나, 치매 어르신도 남들과 마찬가지로 존중받고 싶은 욕구, 인정받고 싶은 욕구, 친해지고 싶은 욕구 등 여러 가지 욕구를 가지고 있습니다. 정신행동증상은 욕구불만과 매우 밀접한 관련이 있습니다. 한번 불쾌한 감정을 가지게 되면 모든 일을 의심하게 될 수 있으며, 이로 인한 두려움과 불안까지 증가하면 가족이 나를 버릴지도 모른다는 유기 망상까지 나타날 수 있습니다.

설날에 자녀들을 만나 즐거운 시간을 보내려고 기다렸는데 자녀들이 오지 않은 경우, 그리고 왜 오지 않았는지에 대해 납득하실 만큼 충분히 설명을 듣지 못하신 경우, 가족들에게 버림받았거나 소외 받은 것으로 오해하셨을 수 있고, 이런 감정으로 인해 불안, 초조 등의 정신행동증상이 발생했을 수 있습니다.

어머님의 의심 및 참견은 두려움과 불안, 초조감의 한 표현일 수 있으며, 이럴 때 일수록 어머니의 감정을 이해하며 안심시켜 드리고 가족들이 어머님을 사랑한다고 자주 표현하시는 것이 좋습니다. 다른 가족분들도 시간을 내어 어머님을 자주 찾아볼 수 있도록 도움을 청하는 것이 좋을 것 같습니다.

한마디 칭찬과 따뜻한 위로, 격려가 다른 어떤 것보다 우선이라고 말할 수 있습니다. 그리고 어머님과 따님 두 분이 집안에 하루 종일 있다 보면 어머님의 이런 증상이 더 심해질 수 있습니다. 따라서 가능하다면 낮 동안엔 주간보호센터 등을 이용하여 관심을 분산시키는 것이 좋겠습니다. 또한, 이러한 불안함 마음이 계속되면 증상이 더 악화되어 어머니와 가족들이 더 힘들고 위험한 상황에 노출될 수 있으니 주치의와 상담하여 적절한 약물을 복용하는 것이 도움이 됩니다.

2016년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 공격성으로 퇴소 권유받았는데 어디로 가야 하나요?

## Q 질문

요양원에 입소해 계신 어머니가 폭력성이 심해지면서 돌봐주는 요양보호사를 때려 다치게 한 모양입니다. '퇴소하라'고 하는데 어떻게 해야 하나 막막하기만 합니다.

## A 답변

폭력성은 여러 가지 원인에 의해 나타날 수 있습니다. 우선 언제 어떤 상황에서 공격성이나 폭력성이 나타나는지 주의 깊게 살펴보는 것이 중요합니다. 돌보는 사람의 입장에서는 치매환자가 공격성을 보일 때 어떻게 대처해야 할지 몰라 막막하고 어려울 수 있다고 생각합니다. 하지만 어르신입장에서 본다면 공격성을 보이는 원인이 있을 것입니다. 시어머님의 팔이 아픈 상태라면 통증이나 불편감으로 예민해져 있을 수 있고, 당신의 공간에 누군가의 침입으로 들어오지 못하게 하려는 방어적인 행동일 수도 있습니다. 또한 당신의 물건을 누가 가져갔다고 생각해 물건을 찾으려고 혹은 빼앗기지 않으려는 저항의 표현으로 볼 수도 있습니다.

치매 어르신들이 보이는 행동들은 사람마다 각기 다릅니다. 각자의 성격도 다르고, 인생을 살면서 위기에 처했을 때 어떻게 대응해 왔느냐에 따라 달라지기도 합니다. 예를 들어 성품이 다른 사람의 보살핌을 받는데 서툴거나, 다른 사람의 도움을 받는 것보다는 자립심이 강해 스스로 문제를 해결하려는 경향이 있는 분이라면 요양보호사의 설명이나 설득을 잔소리나 야단으로 생각하여 상대를 공격할 수도 있습니다. 또한, 치매환자들은 주변에서 일어나는 일들을 이해하지 못하거나, 자신에게 부당한 일을 시키거나, 자신을 몰아세운다고 느낄 때 자제력을 잃고 화를 내기도 합니다. 환자의 감정이 상해 있거나 예민해져 있는 상태라면 시간을 두고 케어를 하는 것이 효과적일 것입니다. 이런 부분이 잘 해결되지 않으면 환자들의 감정이 격해져 폭력성을 보일 수 있습니다.

현재 치매환자가 보이는 폭력성의 원인이 무엇인지 확인하고, 환자의 기분이 상하지 않게 충분히 감정을 읽어주면서 다른 곳으로 관심을 돌리는 전환 요법을 사용해 치매 어르신의 증상이 완화되었는지 살펴보는 방법도 제안 드립니다. 정서적으로 충분히 지지해 주고 전환 요법으로 대처하는 등 여러 가지 방법으로 원인을 찾아 접근해보아도 증상이 좀처럼 완화되지 않는다면 현재 보이는 증상에 대해 주치의 면담을 통해 적절한 약물 처방을 받는 것도 증상 완화에 도움이 될 수 있습니다.

요양원 측에서 퇴소 권유를 받고 어떻게 해야 할지 몰라 힘들어하시는 것 같은데 지금껏 친숙하게 돌봐주는 요양보호사에게 폭력을 써 상해를 입힐 정도라면 국공립 요양병원이나 입원치료가 가능한 치매안심병원, 치매안심병동에서 증상완화 치료를 받아보시는 것도 권유 드립니다. 치료한 후 증상이 호전되면 언제든지 다시 요양원이나 치매전담형 요양시설로 입소가 가능하니 지혜롭게 판단하시기 바랍니다.

## 치매환자인 어머니가 갑자기 화를 내고 욕설을 하며 과격化的 행동을 하는데 어떻게 대처해야 하나요?

### 질문

암전했던 어머니가 최근 들어 화를 내고 욕을 합니다. 게다가 자주는 아니지만 과격化的 행동을 보이는데 이런 경우 어떻게 대처해야 하나요?

### 답변

치매환자가 공격적인 행동을 하는 데에는 다양한 이유가 있습니다. 이러한 행동을 하는 원인이 무엇인지 파악되면 공격적인 행동을 줄일 수 있습니다.

치매환자가 공격적 행동을 하는 가장 흔한 이유는 기분 상하는 일이 생겼을 때입니다. 어린아이 취급을 받아 자존심이 상하거나 능력 이상의 것을 요구받거나 무시당한다는 기분이 들 때 치매환자가 공격성을 보일 수 있습니다. 그러나 모든 사람을 대상으로 화를 내는 것이 아닌 가장 친숙한 주 돌봄자 또는 가족에게 화를 내는 경우가 많습니다.

우리의 뇌 속에는 전두엽이라는 부분이 있습니다. 전두엽은 이성적 판단, 계획 수립, 의욕, 참을성, 언어 표현능력, 신체운동능력 기능을 관장하고 있습니다. 치매가 진행되면 전두엽 기능에도 문제가 생겨 돌발적인 행동을 하거나 과격해질 수 있습니다. 치매환자가 감정이 격해져 화를 내기 시작하면 멈추기가 쉽지 않습니다. 이런 경우 되도록 자극하지 말고 부드러운 음성으로 환자를 안정시키고 옳고 그름을 논쟁하지 말아야 합니다.

어머니께서 자주 화를 내고 난폭한 행동을 계속 보인다면 주치의와 상의하고 증상 완화를 위한 약물 치료가 필요할 수도 있습니다.

### 〈난폭한 행동을 보이는 치매환자 대처방법〉

- ① 유발 요인을 확인한다.
  - ㉠ 가려움증, 변비, 부딪힘, 통증, 피로감과 같은 신체적 이유
  - ㉡ 주변 사람의 비난, 스스로에 대한 실망, 좌절감, 스트레스 등 정신적 이유
  - ㉢ 갑작스러운 환경 변화에 따른 혼돈, 소음, 익숙하지 않은 사람 등 환경적 이유
  - ㉣ 돌봄 제공자의 태도
- ② 환자나 주위 사람의 안전을 우선적으로 생각한다.
- ③ 어떤 상황에서 주로 흥분하고 화내는지 파악해 본다.
- ④ 환자가 자신의 주장을 굽히지 않는 경우 논쟁을 하지 않는다.
- ⑤ 환자가 혼돈하지 않도록 한 번에 한 가지씩 제시하거나 단순한 말로 표현한다.
- ⑥ 힘들더라도 감정적 대응은 자제하고 차분하고 부드러운 어투로 대한다.
- ⑦ 관심과 주의를 다른 데로 돌리게 하여 흥분을 가라앉히도록 한다.



- ⑧ 자극이 되는 환경이라면 조용한 곳으로 옮겨 안정시켜 준다.
- ⑨ 환자의 신체를 함부로 잡지 않는다.
- ⑩ 행동이 진정된 후에는 왜 그런 행동을 했는지 질문하거나 환자의 이상행동에 대해 상기시키지 않는다.
- ⑪ 공격적 행동을 유발하는 사건을 미리 파악하여 사전에 예방한다.
- ⑫ 위급상황에 대처할 수 있도록 계획을 세운다.
- ⑬ 이러한 방법으로도 효과가 없으면 전문의와 상의한다.

2021년 치매상담클러스터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 저희 어머니가 “동네 사람들이 물건을 훔쳐 간다.”라고 의심하는 증상이 점점 심해지십니다. 어떻게 하면 될까요?

### 질문

4년 전 알츠하이머 치매로 진단받으신 어머니께서 동네 사람들이 물건을 훔쳐 간다고 의심하고 자주 다툼을 하십니다. 이사를 가면 괜찮을까요?

### 답변

누군가 자기 물건을 훔쳐 갔다고 믿는 것을 도둑 망상이라고 하는데, 사실 치매에서 흔히 나타납니다. 본인은 자기의 믿음이 정말로 사실이라고 믿고 있기 때문에 그런 행동을 하는 것입니다. 그리고 병에 의해 생긴 오해이기 때문에, 말로 설득해서는 그 믿음이 잘 바뀌지 않는 경우가 많아요. 즉, 말다툼으로 해결되기는 어렵습니다.

일단 망상의 내용에 대해서는 긍정도 부정도 하지 마시고, 무섭고 속상한 어머니의 기분을 그대로 인정해 드려 안심시켜드리는 것이 중요합니다. 즉, 이야기할 때 사실에 초점을 맞추지 마시고, 어머니의 감정에 초점을 맞추시는 것이 좋습니다. 어머니가 물건이 없어졌다, 다른 사람이 훔쳐 갔다고 하실 때 “왜 그렇게 엉뚱한 말씀을 하세요.” 등의 말투로 따지거나 화를 내게 되면 오히려 어머니를 더 불안하게 만들 수 있고, 그러면 어머니의 행동이 더 악화될 수도 있습니다. 물건을 어디에 두었는지 잊어버리고 훔쳐 갔다고 하는 경우에는 어머니와 함께 물건을 찾아보는 방법도 있습니다. 또 음악, 산책, 대화, 사진 보기, 애완동물과 놀기 등으로 주의를 전환하는 것도 한 방법이 될 수 있습니다.

그리고 주위 동네 분들에게 어머니의 이러한 치매 증상을 이야기하고 협조를 구하는 것도 필요할 수 있습니다. 그리고 어머니께서 시골로 이사를 원하신다고 하셨는데 시골로 이사 후 상황이 해결될지 여부는 미지수입니다. 이웃이 없어져 마음 편해하실 가능성도 있겠지만, 새 이웃을 의심하실 가능성도 있고, 오히려 환경의 변화 때문에 더 불안해하실 수도 있습니다. 다른 방법으로도 효과가 없고 계속 문제가 된다면 정신건강의학과나 신경과 전문의의 진료를 통하여 도움을 받으실 수 있습니다. 약물 치료로 증상이 좋아지는 경우가 많습니다.

2014년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 물건이 없어졌다며 며느리인 저를 자꾸 의심하는데 어떻게 해야 하나요?

### 질문

혼자 살고 있는 시어머니를 돌봐 드리기 위해 일주일에 한 두번 찾아뵙고 있습니다. 시어머니께선 물건이 자꾸 없어진다고 저를 도둑으로 의심하는데 어떻게 해야 하나요?

### 답변

치매환자들은 기억력이 떨어지면서 물건을 어디에 두었는지 기억하지 못하는 경우가 있습니다. 이때 누군가가 물건을 훔쳐 갔다고 굳게 믿게 되는데 주 돌봄자가 종종 의심의 대상이 됩니다. 시어머니의 입장에서는 물건을 잃어버렸다는 속상함 때문에 며느님에게 화를 내고 불만을 표현하셨을 겁니다. 그러나 도둑 망상은 치매로 인한 것이지 고의성이 없음을 이해하셔야 합니다. 시댁에 방문하는 것이 불편하실 수 있지만 접촉을 줄이면 시어머니와의 관계가 멀어질 수 있으며, 혼자 계시게 된다면 시어머니의 증상이 악화될 수 있습니다.

#### 〈도둑망상을 보이는 치매환자 대처방법〉

1. 망상은 일시적으로 나타났다가 사라지는 경우도 많습니다.
2. 치매환자의 감정을 이해하고 수용합니다.
3. 평온한 마음을 가지고 대응합니다.
4. 절대 아니라고 하거나 화를 내지 않습니다. 치매환자와 맞서는 경우 2차적으로 공격성이 나타날 수 있습니다.
5. 치매환자를 설득하려고 하지 않습니다. 설득하려고 하면 더욱 강하게 불신하기 때문에 힘이 들더라도 함께 찾아보도록 합니다.
6. 물건을 찾더라도 환자의 물건에 손을 대지 않는 것이 좋습니다.
7. 도와주려고 한다는 것을 환자에게 확신시켜 줍니다.
8. 가능하면 치매환자가 눈으로 확인하고 안심할 수 있는 방법을 만들어 주면 좋습니다. 지정된 장소나 상자에 귀중품 등을 보관해 두고 수시로 확인시켜 줍니다.
9. 치매환자가 주로 물건 두는 장소를 미리 알아둡니다.
10. 전환 요법을 사용하여 관심을 다른 곳으로 돌려 봅니다.
11. 자주 분실하는 물건을 확인한 후 여유분을 준비합니다.
12. 망상이 심한 경우 약물 치료에 대해 전문의와 상의합니다.

혼자 사는 치매환자가 약을 잘 챙겨 먹기란 쉽지 않습니다. 며느님 혼자 시어머니의 살림과 약을 챙기는 것은 어려운 것으로 생각되므로 노인장기요양보험 서비스를 통해 도움을 받으시길 바랍니다.

2021년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 40

[정신행동증상 돌봄]

## 치매어르신이 남의 물건을 훔치고 수집하는 것이 너무 심합니다. 방법이 없을까요?

### Q 질문

시설에서 모시고 있는 치매 어르신이 남의 물건을 훔치고 수집하는 것이 너무 심합니다. 자꾸 다른 어르신들과 싸움이 되는데 방법이 없을까요?

### A 답변

요양시설에서 치매환자를 모시면서 많은 어려움이 있으실 것으로 생각합니다.

치매환자를 모시다 보면 비현실적인 생각이나 여러 가지 부적절한 행동으로 인하여 돌보시는 분들께서 당황도 하시고, 부담도 느끼시게 됩니다. 이러한 증상을 정신행동증상이라고 하는데 그 종류도 다양하고 원인도 다양합니다.

물건을 수집하는 행동도 여러 가지 원인에 의해 나타날 수 있어 언제 어떤 상황에서 이런 증상이 주로 나타나는지 관찰이 필요합니다. 아주 중요한 물건이라 생각하고 귀하게 보관하는 것인지, 과거 생활사와 관련 있어 무조건 모아 두는 것인지, 심리적으로 불안하거나 남들이 나를 무시한다고 생각되어 하는 행동인지 등 여러 가지 원인을 생각해 볼 수 있습니다. 이러한 증상을 보이는 치매환자들은 별것도 아닌데 참지 못하고 화를 내거나 욕을 할 수도 있습니다.

안타깝게도 치매환자의 이러한 부적절한 행동을 아주 효과적으로 제한할 수 있는 특별한 방법은 없습니다. 다만, 주위의 중요한 물건을 환자의 눈에 띄지 않도록 잘 보관하여, 행동이 나타나지 않도록 미리 예방하는 것이 도움이 될 수 있습니다. 환자의 주의와 관심을 다른 곳으로 돌리는 것도 매우 좋은 대응책이 될 수 있습니다. 이때에는 환자에게 엉뚱한 행동을 한다고 나무라거나 가르치려 하지 말고, 반대로 감정을 잘 받아주면서 서서히 분위기를 바꾸는 것이 좋겠습니다. 한편, 남의 물건을 일부러 훔치는 것이 아니라 남의 것인지 나의 것인지 몰라 물건을 가져오는 경우라면, 그리고 이러한 행동으로 인하여 큰 문제가 발생하는 것은 아니고, 안전에도 문제가 없다면, 환자의 행동을 그냥 두는 것도 방법일 수 있습니다. 어떤 생각에 몰두하여 물건을 모으고 있는데 주위에서 무조건 행동을 제한한다면 오히려 감정을 자극하여 공격적인 행동을 보일 수가 있기 때문입니다.

2016년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 치매환자가 밤에 잠을 안 자고 밖에 나가려고 하는데 대처 방법이 있나요?

### 질문

할머니가 새벽에 깨서는 “여기는 우리 집이 아니다.”라며 밖에 나가려고 합니다. 온 가족이 할머니 때문에 잠을 못 이루는데 어떻게 해야 하나요?

### 답변

치매환자의 한밤중 배회는 다음날 활동을 어렵게 만들 뿐 아니라 낮에 자고 밤에 깨는 악순환을 초래합니다. 치매환자의 약 50% 정도는 수면장애를 겪고 있으며, 낮과 밤이 바뀌는 경우도 종종 있습니다. 수면장애는 환자에게 낙상과 같은 예기치 않는 사고를 일으키기도 합니다. 따라서 수면장애의 원인을 파악하고 적절한 대처와 치료를 하는 것이 중요합니다.

#### 〈수면장애의 원인〉

- ① 일몰 증후군 : 치매로 인해 신경세포 손상으로 일주기 리듬에 이상을 유발
- ② 신체 질환 : 협심증 등 심장질환, 당뇨, 위궤양, 코골이, 수면 무호흡증, 통증
- ③ 비뇨기계 이상으로 인한 빈뇨, 이뇨제 부작용
- ④ 심리적 원인 : 우울, 불안, 스트레스

⑤ 낮동안 활동이 너무 적거나 낮잠을 많이 자는 경우

⑥ 커피와 같은 수면 방해 음료 섭취, 배고픔, 침실 소음, 불빛, 온도, 너무 일찍 잠자리에 드는 경우

치매환자의 경우 전체적인 수면시간은 짧지 않더라도 수면의 질이 좋지 않고, 수면의 지속력 또한 짧은 경우가 많기 때문에 문제가 됩니다. 이런 경우 언제 얼마만큼 주무시는지 기록해 보는 것은 수면의 주기를 파악하는 데 도움이 됩니다. 수면제를 복용 중인데도 새벽에 깬다면 주무시는 시간과 수면제 복용시간을 늦춰 봅니다. 혹시 약물이 원인일 수도 있으니 드시는 약의 종류나 이름을 확인해 진료를 받아 보는 것도 방법입니다. 저녁식사 후 가벼운 산책과 반신욕은 수면에 도움을 주며 라벤더 오일을 이용한 향기요법과 마사지는 정신적 안정과 진정, 수면증진에 효과가 있습니다.

#### 〈수면에 도움이 되는 방법〉

1. 낮 시간 동안 환한 곳에서 지내며 낮잠을 자지 않는다.
2. 산책, 야외 활동을 통해 햇볕을 쬐는 일과를 만든다.
3. 수면과 기상, 식사 시간을 일정하게 유지한다.
4. 카페인과 설탕 섭취를 줄인다.
5. 석양 즈음에도 실내를 다소 밝게 유지한다.
6. 밤에 주변 소음을 없애 심적으로 편안한 상태가 되도록 한다.

### 〈수면에 좋은 음식〉

1. 바나나 : 수면과 근육 이완에 도움
2. 따뜻한 우유 : 진정 효과와 수면에 도움
3. 꿀 : 각성 기능을 가지고 있는 오렉신을 차단하여 수면에 도움
4. 생 양파 : 신경 안정 및 수면 유도
5. 대추차 : 신경 안정
6. 트립토판이 풍부한 음식
  - 유제품 : 치즈, 우유 등
  - 콩 가공식품 : 두유, 두부, 콩 등
  - 해산물, 가금류, 현미, 쌀, 달걀, 해바라기씨유, 참기름 등

2021년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 42

[정신행동증상 돌봄]

## 치매 진단 후 어머니가 집에서 우울해하시는데 어떤 서비스를 받을 수 있나요?

### 질문

치매 진단 후 어머니가 활동도 안 하고 무기력하게 지냅니다. 우울해하시는 저희 어머니를 위해 이용할 수 있는 서비스를 알려주세요.

### 답변

치매 노인의 경우 일반 노인보다 우울증이 동반될 확률이 높는데, 우울증은 치매 초기에 많이 발생하며 치매 환자의 40~50%에서 보이는 증상입니다. 우울증은 치료를 하면 효과적으로 조절이 가능하기 때문에 주의 깊게 관찰하는 것이 필요합니다.

치매 초기 단계에서는 어머니의 감정을 지지하는 것이 중요합니다. 최근 치매 진단을 받으셨다면 많이 불안하실 수 있습니다. 우선 어머니의 감정을 헤아리고 정서적 지지를 하는 것이 우울증 완화에 도움이 될 수 있습니다.

또한 우울증은 적절한 약물치료로 증상이 나아질 수 있습니다. 개인마다 약물치료의 효과나 효과가 나타나는 속도가 다를 수 있지만 우울 증상을 보인다면 의사 진료가 필요합니다. 이와 더불어 돌봄 서비스를 이용하시면 다양한 사람들을 접하고 여러 활동을 하다 보면 집에만 있을 때보다 활력을 찾을 수 있습니다.

- ① 치매안심센터 쉼터 이용하기
- ② 장기요양등급 신청해 등급을 받고, 인지활동형 방문요양이나 주간보호센터 이용하기

2020년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 어머니가 몇 개월 전부터 말수가 줄고 밖에 나가길 싫어하는데 왜 그럴까요??

### 질문

어머니가 치매 진단을 받고 난 후 점점 말수도 줄고 밖에 나가길 싫어합니다. 동적이셨던 어머니가 왜 이러실까요? 이런 경우 어떻게 해야 하나요?

### 답변

동적이던 어머니가 말수도 줄고 외부 활동도 꺼려 하셔서 걱정되겠습니다. 치매환자가 매사에 의욕이 없고 모든 일에 관심을 보이지 않는다면 우울증을 의심해 볼 수 있습니다. 우울증은 치매 초기에 많이 발생하지만 어느 단계에서나 일어날 수 있으며 치매환자의 30~40%에서 보이는 매우 흔한 증상입니다. 치매환자는 기력이 약해지며 스스로 할 수 있는 것이 점점 줄어든다는 것을 느끼면 우울해지는 경우가 있습니다. 치매환자가 우울증을 보일 때에는 소극적인 태도를 그대로 방치하면 환자가 지닌 신체적, 정신적 능력이 더욱 저하되므로, 환자가 할 수 있을만한 일들을 찾아 스스로 할 수 있게 해 주고 성공할 수 있도록 도와주는 것이 중요하며, 또한 자존감 유지에 도움이 됩니다. 어떤 활동에 참여하기를 강요하기보다는 쉽게 완성할 수 있는 일을 맡겨 성취감을 맛보게 하는 것이 좋습니다. 간단한 집안일을 결정하도록 요청하는 것도 환자의 자존감을 증가시킬 수 있습니다. 치매환자가 가족들과 의사소통이 원활하다고 느낄 수 있도록 대화를 지속적으로 해야 합니다. 어머니의 기분이 우울한지, 혹은 허무한 마음이 드는지 직접적으로 물어보는 것도 원인 해결에 도움이 될 수 있습니다. 우울증이 나아지지 않고 오랫동안 지속되는 경우에는 담당 의사나 전문의에게 가능한 한 신속하게 환자의 상황을 전하고 상담을 받은 후 최종적으로 약물치료도 고려해 보시기 바랍니다.

### 〈우울증을 보이는 치매환자 대처방법〉

- ① 치매환자를 위축시키고, 슬프게 만드는 상황을 관찰한다.
- ② 치매환자는 표현력이 떨어져도 감정을 느끼고 있다는 것을 인식한다.
- ③ 환자가 편안해하고 자연스럽게 만날 수 있는 사람을 찾아 같이 시간을 보내게 한다.
- ④ 환자의 잘못을 직접적으로 지적하지 않는다.
- ⑤ 환자의 자존심이 상하지 않도록 일상생활을 세심하게 도와준다.
- ⑥ 작은 일이라도 환자가 한 것에 대해 칭찬하고 격려한다.
- ⑦ 활동을 무리하게 시키지 않는다.
- ⑧ 환자가 좋아하고 즐거워하는 활동을 통해(예: 산책, 음악 듣기, 노래 부르기, 운동 등) 우울한 생각을 전환한다.
- ⑨ 환자가 좋아했거나 많이 사용했던 물건을 배치한다.
- ⑩ 전문의 상담 후 필요하다면 항우울제를 처방받는다.

2021년 치매상담클러스터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.



## 어머니가 길에서 계속 물건을 주워오는데 멈출 수 있게 하는 방법이 있나요?

### Q 질문

어머니가 길에 있는 물건을 주워오면서 집안을 엉망으로 만들고 있습니다. 멈추게 하는 방법은 없나요?  
너무 힘이 듭니다.

### A 답변

어머니께서 보이는 증상은 흔히 치매환자에게서 나타나는 정신행동증상 중 하나로 쓰지 못하는 물건  
이나 쓰레기 등을 모아 저장하는 수집병 또는 저장강박증이라고 합니다. 특정 물건만을 모으는 경우와  
모든 종류의 물건을 모으는 경우가 있으며 대체적으로 후자를 훨씬 흔하게 볼 수 있습니다.

치매환자들은 물건에 대한 집착, 소유물에 대한 소실 경험, 자극 결핍, 판단력 감소, 기억력 저하로 같은  
물건들이 집에 있다는 사실을 잊어버리고 필요하지 않은 물건들을 집으로 가져와 쌓아 놓게 되는  
경우가 많습니다. 물건들이 귀했던 과거 시절에 어머니의 기억이 멈춰 이러한 물건들이 필요하고  
값어치 있는 것으로 생각할 수 있습니다.

이런 행동을 못 하게 하면 불안감이 증가하고 이를 견디지 못해 감정적인 폭발과 함께 폭력적 행동이  
나타날 수 있습니다. 훈계하거나 논리적으로 설명하기보다는 어머니의 수집 욕구는 인정하되 어머니가  
보지 않을 때 물건을 치운다든지 물건 저장 장소를 정하여 허락된 장소 외에는 물건을 쌓아두지 않도록  
규칙을 정하는 것도 방법입니다.

하루 종일 무료하게 지낸다거나 또는 활동적인 성향의 환자라면 생산적이고 책임감 있는 일거리를 만  
들어 주거나, 치료적이며 즐거움을 줄 수 있는 물건 만들기(인형, 카드, 찰흙놀이, 종이접기 등)나 집  
중할 수 있는 일거리(콩 고르기, 단순 작업, 식물 키우기, 반려동물 돌보기 등)를 만들어 주면 도움이  
될 수 있습니다.

어머니가 적극적으로 참여할 수 있는 활동을 찾아내는 것이 자신의 삶에서 즐거움, 자긍심, 품위를  
유지하는 데 도움이 됩니다.

이웃에는 어머니 상황을 설명하고 도움과 양해를 구하는 것이 좋을 것 같습니다.

위의 방법을 시도해 보았으나 어머니의 수집증이 지속된다면 병원 방문 시 주치의와 상담 후 약물  
치료도 병행해 보는 것을 권합니다.

2021년 치매상담클러스터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 45

[정신행동증상 돌봄]

목욕 한번 시키려면 온몸을 발로 차고, 때리고, 소리를 지르며  
물건을 집어던져서 씻길 수가 없어요.

## Q 질문

목욕을 거부하는 우리 엄마, 잘 대응하는 방법이 없을까요?

## A 답변

예전의 단아하고 깔끔하셨던 분이 치매로 인해 잘 씻지도 않고 목욕을 거부하며 공격적인 모습을 보이시니 많이 속상하셨겠습니다. 먼저 어머니가 목욕을 거부하거나 폭력적일 때는 야단을 치거나 화를 내지 않는 것이 좋습니다. 어머니가 목욕에 대해 불편함을 느끼거나 상황 자체를 이해하지 못하는 경우, 또는 목욕 환경이 낯설게 느껴질 때, 오히려 목욕은 어머니에게 매우 무서운 경험이 될 수도 있습니다. 특히 보호자가 재촉하고 다그치는 태도를 보이면 자신을 공격하는 것으로 오인하여 목욕을 더 거부하거나 폭력적으로 대응할 수 있습니다.

다음으로 어머니께서 목욕을 거부하는 원인이 무엇인지 알아보는 것도 필요합니다. 혹시 우울증이 있어 개인위생에 무관심한 것인지, 관절염 등 신체적 불편감이 있어 목욕을 거부하는 것인지, 실내 온도가 춥거나 물의 온도가 맞지 않는지도 확인해 주세요.

또한 옷 벗는 것에 대한 수치심이 있거나 모욕감을 느끼는 경우에도 목욕을 거부할 수도 있습니다. 옷 벗는 것을 거부할 때에는 무리하게 벗기지 말고, 친숙하고 즐거운 분위기를 만든 후 탈의 동작을 먼저 보여주고 친숙한 사람이 욕탕에 같이 들어가도록 합니다. 그리고 목욕을 시작할 땐 갑자기 환자의 몸에 손을 대지 말고 먼저 부드럽게 말을 걸며 유도해 보세요. 목욕하는 것을 싫어할 때는 강제로 하지 말고 기분이 좋아졌을 때 다시 시도해 보는 것이 좋습니다. 보통 치매 어르신들은 오전에 상태가 더 양호하므로 저녁 시간보다는 오전 시간대에 규칙적으로 시행하는 것이 좋습니다. 목욕을 잘하셨을 경우에는 칭찬을 해드리고 어머니께서 좋아하는 간식을 드리는 것도 도움이 됩니다.

2014년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

# 46

[정신행동증상 돌봄]

## 의욕도 줄어들고 서비스를 거부해요. 좋은 방법 알려주세요.

### 질문

혼자 계시는 시간이 많아서 방문요양이든 주간보호센터든 돌봄 서비스를 받으면 좋는데 아버님이 거부하세요. 아침 운동만 참여하시고 다른 서비스는 거부하세요. 이런 경우 어떻게 하면 좋을까요?

### 답변

우선 주간보호나 방문요양서비스를 거부하는 문제는 아버님과 의사소통이 가능하시다면 아버님에게 왜 싫으신지 물어보는 것도 도움이 될 수도 있습니다. 아버님의 성격이 내성적이고 타인을 받아들이는 데 시간이 걸리시는 성격이라면 편안한 가족은 보이지 않고 낯선 사람이 내 주변에 있으면서 도와주는 것에 대해 어색하고 불편해서 서비스를 거부하실 수도 있습니다. 사람에 따라 타인과 쉽게 친해지는 사람도 있지만 대부분의 사람들은 낯선 사람과 친해지는데 시간이 필요합니다. 낯선 환경도 힘이 드는데 프로그램 참여 등 단체 생활을 하는 것이 아버님에게는 어려울 수 있습니다. 본인이 납득 할만한 동기부여나 기관에 다닐 수 있도록 보호자와 같이 참여해 본다든지 익숙해질 수 있도록 지나거나 격려를 하는 것도 하나의 방법이 될 수 있습니다.

거부증은 전두엽 손상이 있는 치매환자에서 흔하게 나타나는데, 치매로 인해 무엇을 하기로 요청 받았는지 이해하지 못하는 경우가 많습니다. 그래도 천만다행인 것은 아버님께서 주간보호나 방문요양서비스를 거부하면서도 아침 운동을 잘 참여하고 계시는 것 같습니다. 치매 초기로 비교적 인지 기능이 유지되고 있고 운동을 하시는 것을 싫어하지 않는 것으로 보아 활동적인 프로그램 위주로 받아보실 수 있도록 재가방문기관과 상담을 다시 진행해 보시면 좋겠습니다.

한편 또 생각해 볼 수 있는 것은 아버님이 선생님과 같이 운동을 하고 나면 피로감이 있고 휴식을 취하고 싶은데 낯선 요양보호사가 와서 서비스를 해주신다고 하면 아버님 입장에서는 불편해서 거부하게 될 수 있습니다. 이런 경우라면 오전에는 운동에 참여한 후 충분히 휴식시간을 가진 다음 오후에 시간을 두고 방문요양을 받는 것도 시도해 보십시오. 가족들이 심정적으로 많이 힘든 상황이지만 아버님이 남아있는 기능을 유지할 수 있도록 지지해 주시기 바랍니다.

2017년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 아버지가 입원치료를 거부합니다. 어떤 방법이 있을까요?

## Q 질문

아버지가 부정망상과 의심 증상으로 공격성을 많이 보이십니다. 치료를 받아야 하는데 진료를 받아야 하는데 진료를 거부하시네요. 어떤 방법이 있을까요?

## A 답변

망상은 사실이 아닌 것을 사실이라고 믿어 그 믿는 정도가 의심하는 정도가 아니라 실제 확신이 동반되어 표현, 행동, 지각에 걸쳐 일상생활에 나타나는 것을 의미합니다. 아버님은 이런 일들이 사실이라고 믿고 있기 때문에 공격적인 행동을 하시는 것입니다. 이에 관련된 뇌 부위는 전두엽, 측두엽, 두정후두엽, 해마, 전방띠다발, 대상 핵, 기저핵 등이 있습니다. 망상 증상을 보이는 분들은 대부분 자기 믿음에 대한 확신이 있기 때문에 치료나 진단을 받으려고 하지 않는 경우가 있습니다.

이러한 증상이 치매에 동반되는 경우에는 약물 치료와 비약물 치료를 함께 하는 것이 중요합니다. 약물 치료에 대한 부분은 의료진의 도움을 적극적으로 받아야 하며, 비약물 치료로 대응하는 데 도움이 되는 부분을 말씀드리겠습니다. 증상을 보일 때는 옳고 그름을 따지지 말고 아버님의 말씀을 무시하거나 설득 시키려고 하기보다는 심정적으로 힘든 마음을 읽어드리고 도와주려고 한다는 것을 확신시켜 드리면서 전환 요법을 사용하여 관심을 다른 것으로 돌려보시면 도움이 됩니다.

만약, 치매환자의 공격성으로 자·타해의 위험으로 정신의료기관에 입원이 필요한 경우에는 최종적으로는 정신건강의학과 전문의의 동의를 받아 정신의료기관에 응급입원을 의뢰할 수 있습니다. 경찰관에 의한 응급입원 여부는 현장에 출동한 경찰관이 자·타해의 위험을 판단하여 응급입원을 의뢰하게 됩니다. 경우에 따라서는 현장에 출동한 경찰관이 자·타해의 위험이 없다고 판단하면 응급입원에 동의하지 않을 수도 있습니다.

또는 보호의무자에 의한 입원(보호입원)을 원하시는 경우에는 보호의무자(배우자 및 직계혈족 등) 2인의 동의를 필요하며 보호의무자는 환자와 같이 병원을 방문하셔야 합니다. 병원 내원 시에는 보호입원 시 필요한 서류(가족관계증명서, 주민등록등본, 환자 본인 신분증 등)를 구비하셔야 하며, 정신건강의학과 전문의의 대면진료 후 입원 여부를 결정합니다. 또한 현행법에 따라 2주 이내에 별도의 정신건강의학과 전문의에 의한 2차 진단을 통해 입원 지속 필요성을 평가합니다.

치매환자의 공격성으로 인해 지치고 힘들어하는 가족이 많이 있지만 최근 정신건강복지법이 변경되면서 응급입원이나 보호자입원 조건이 이전보다 다소 까다로워지고 강화된 부분이 있습니다. 무엇보다 정신과 전문의와 상담하여 적절한 약물을 처방받아 복용하면 폭력 증상이 다소 감소할 수 있으니 가능하면 빠른 시일 내에 전문의에게 진료받아보시는 것을 권유합니다.

2017년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 목욕을 하려면 소리를 지르며 완강히 거부하는데 어떻게 대처해야 할까요?

### 질문

날씨가 점점 더워지면서 자주 씻어야 하는데 시어머니께서는 목욕을 하려고 하면 화를 내고 소리를 지르며 완강히 거부합니다.

### 답변

목욕 거부는 치매환자를 둔 보호자들이 많이 힘들어하는 문제입니다. 날씨가 더워지는 여름에는 땀도 많이 나고 불쾌한 냄새가 나기 때문에 가족들의 고충이 심할 수밖에 없습니다.

치매환자는 후각기능의 감소로 냄새를 맡지 못하거나 목욕을 해야 하는 이유가 이해되지 않아 목욕을 거부할 수 있습니다. 이외에도 우울증이나 신체 질병이 있으면 개인위생에 무관심해질 수 있으며, 물에 대한 감각기능 장애로 목욕을 기피할 수도 있습니다. 또한 욕실이 추울 경우 혹은 물이 너무 뜨겁거나 차가울 경우, 물에 대한 공포나 낙상 공포, 목욕 전후 피로나 중압감, 돌봄자의 재촉하는 태도 및 태도 변화로 목욕을 싫어할 수 있습니다. 목욕을 거부하는 경우 야단을 치거나 강제로 목욕을 시켜서는 안 됩니다. 부드러운 태도로 목욕을 권하고 격려해 주며 목욕할 기분이 될 때까지 기다려 주는 것이 좋습니다. 목욕은 아침에 시행하는 것이 좋습니다. 이유는 저녁이 되면 치매환자의 상태가 나빠질 수 있기 때문입니다.

목욕은 규칙적으로 시행하여 환자가 예상할 수 있도록 하고 목욕시키는 것이 어렵다면 환자의 상태에 따라 목욕을 실시합니다. 목욕 자체에 요구되는 것이 많고 복잡하다고 생각할 수 있기 때문에 목욕을 시행할 때에는 단계별로 나누어 한 번에 한 가지씩 이야기하고 시행하도록 합니다. 가능하면 목욕 시간은 10분을 넘지 않도록 하고 옷 입고 벗기를 포함하여 30분 정도로 합니다. 물의 온도는 40도 정도가 적당합니다.

목욕이나 위생과 관련된 문제는 획일적인 방법보다 가장 익숙하고 친근감을 주는 방식으로 접근하는 것이 중요합니다. “목욕할 시간인데 목욕이나 샤워를 하고 싶으세요?”라고 물을 다음에 목욕에 대해 선택하도록 합니다. “내일은 어머니께서 보고 싶어 하는 손자가 집에 오니 깨끗하게 목욕해요.”라고 권하거나 “목욕하고 어머니 좋아하시는 시원한 식혜 드시겠어요?”라며 목욕 후에 올 수 있는 즐거움을 생각할 수 있도록 하는 방법도 있습니다.

목욕이라는 복합적인 행동보다는 부담을 덜 느낄 수 있는 “손을 씻자”라는 단순한 행동으로 시작하고 협조 상황에 따라 ‘세수’, ‘발 씻기’ 등으로 하나씩 시행하는 것이 좋습니다. “손과 발을 씻으니 기분 좋으시죠?”라며 어르신의 기분을 살피는 것도 좋습니다.

2020년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 어머니가 식사를 거부하시는데 어떻게 해야 하나요?

### 질문

어머니가 식사를 거부하고 침대에 누워만 있으려고 합니다. 어떻게 해야 하나요?

### 답변

치매환자는 진행 정도에 따라 어느 정도 차이가 있겠으나 모든 기능을 상실한 것이 아니기 때문에 남아있는 기능을 최대한 자극하여 신체의 수행능력을 높이는 것이 매우 중요합니다.

치매 환자는 식사에 별 관심을 보이지 않는 경우도 있고, 식사량의 많고 적음을 모를 뿐만 아니라 포만감이 상실되어 음식을 입에 가득 넣거나 조미료를 잔뜩 넣어 먹는 등 식사 태도에 이상을 보이기도 합니다. 치매 말기가 되면 음식 먹는 것 자체를 잊어버리거나 연하곤란으로 음식을 먹거나 삼키기가 어려워집니다.

우선 어머니가 식사량도 줄어들고 음식을 거부한다면 원인을 찾아보아야 합니다. 활동량 부족으로 인한 입맛 저하, 노화로 인한 구강 건조, 의치 사용 시 불편감, 구강 문제, 삼킴 기능장애, 돌봄 제공자의 식사 보조 시 태도, 우울증, 무감동과 같은 심리적 문제, 환청, 환각 등으로 인한 것인지 확인해 보시기 바랍니다.

또한 최근 약물의 변경이나 증량 및 변비가 심한 경우, 감염으로 인한 발열(미열), 신체적인 통증이나 불편감이 있지만 의사 표현이 원활하지 못해 정확히 욕구를 파악할 수 없는 경우도 있습니다.

식사 거부가 장시간 지속된다면 탈수로 인해 건강이 위험할 수도 있고 응급상황이 발생할 수도 있으므로 병원 진료를 보는 것이 좋습니다.

원인을 찾아보고 여러 방법을 사용했음에도 불구하고 식사 거부가 지속된다면 주치와 상의하여 식욕 촉진제를 처방받거나 뉴케어, 그린비아와 같은 환자용 식품을 통해 부족한 영양분을 보충하는 것도 방법일 수 있습니다.

### 〈식사를 거부하는 치매환자 돌봄 방법〉

- ① 치매환자가 좋아하는 음식을 제공하고 식사 전 간식을 피합니다.
- ② 식사 중 꾸짖거나 잔소리를 하지 않습니다.
- ③ 좋아하는 사람이 식사를 권하고 애교로 즐거운 분위기를 유지합니다.
- ④ 매일 일정한 시간에 규칙적으로 식사를 합니다.
- ⑤ 식사 시 서두르지 않고 천천히, 조금씩 먹도록 합니다.
- ⑥ 식사 시 정신 분산이 되지 않도록 TV 시청, 전화통화 등을 하지 않도록 합니다.
- ⑦ 치매 환자는 온도 감지 능력이 저하되므로, 음식이 너무 뜨겁거나 차지 않도록 주의합니다.
- ⑧ 잔존능력을 최대한 발휘할 수 있도록 가능하면 떠 먹여주지 않도록 합니다.

- ⑨ 연하곤란으로 음식물을 삼키기 어려운 경우에는 음식을 잘게 썰거나 으깨서 또는 갈아서 주며 두부나 소면 등, 삼키기 쉬운 식품으로 식단을 준비합니다.
- ⑩ 치아 상태가 부실하여 음식을 잘 씹지 못한다면 틀니를 사용합니다.
- ⑪ 음식을 조리할 때 음식의 색깔이나 맛, 향신료의 선택 및 식탁의 높이 등도 고려해야 합니다.
- ⑫ 음식에 독을 탔다는 망상이 있는 경우 가족이 먼저 시식을 하거나 음식 만드는 과정을 보여주는 것도 방법입니다.
- ⑬ 음식 먹는 방법을 잊은 경우 설명을 하거나 시범을 보여줍니다.

2021년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 기저귀를 빼서 옷과 바닥에 변을 묻히는데 기저귀를 계속 착용하게 할 방법이 있을까요?

### 질문

치매환자인 어머니가 거동이 불편해지면서 기저귀를 사용하고 있습니다. 기저귀를 빼서 바닥에 던져 놓고 손으로 변을 만진 후 옷과 이불에 묻힙니다.

### 답변

치매가 진행되면 치매환자는 신체적으로도 많은 변화가 일어납니다. 그중에 대소변을 가리지 못하게 되면서 발생하는 문제들이 보호자를 가장 힘들게 합니다. 이 문제 때문에 보호자들이 가정에서 돌봄을 포기하고 시설 입소를 고려하기도 합니다.

어머니가 기저귀를 빼고 변을 만지는 행동은 몸에서 변이 나오는 변화를 느끼고 손으로 확인하려는 행동일 수 있고, 축축해진 기저귀의 불편감과 이물감 때문에 기저귀를 제거하려는 행동일 수도 있습니다. 때로는 대변이 묻은 기저귀를 처리하고 싶은데 인지능력 저하로 방법을 알지 못하거나 후각기능에 문제가 생기는 경우 대변을 만지고 이불이나 바닥에 묻히는 행동을 합니다. 안타깝게도 치매환자가 보이는 이러한 행동은 치매로 인한 것이기에 완전한 해결 방법은 없습니다. 그렇기 때문에 치매환자의 대변 주기를 잘 관찰하는 것이 돌봄에 있어 가장 중요합니다.

용변 여부를 확인 후 빠른 시간 내에 기저귀를 교체해 주면 불편감이 해소되어 기저귀 빼는 횟수를 줄이는 데 도움이 될 수 있습니다. 다만, 용변 뒤처리 후 피부 발진 등 예방을 위해 일정 시간 기저귀 미착용도 필요합니다. 다른 방법으로는 치매환자 스스로 풀지 못하도록 제작된 바지와 치매환자 우주복이 있어 기저귀 제거 방지에 도움이 될 수 있습니다. 치매환자를 배려하는 마음으로 기저귀를 적절하게 사용하고 관리해주는 것이 치매환자 및 돌봄자 모두에게 도움이 될 것입니다.

### <기저귀를 사용하는 치매환자 돌봄 방법>

#### ① 기저귀 교체 주기

기저귀 교체 주기는 환자의 신체 상태, 연령, 식사·수분 섭취량, 활동 정도에 따라 다릅니다. 일반적 노인의 경우 주간 2시간, 야간 3시간 간격이지만 가장 좋은 방법은 환자의 생활습관에 맞추는 것이며, 식사시간과 식사량을 규칙적으로 유지하면서 일주일 정도 기저귀 케어 일지를 작성하여 대처합니다.

#### ② 적절한 수분 섭취량

적절한 수분 섭취(성인 기준 하루 1.5~2L)를 통해 탈수 예방과 요로감염을 예방 합니다. 체내에 수분이 부족하면 소변 색이 진해지고 입이 마르며 피부 긴장도가 떨어집니다. 피부 긴장도는 피부를 꼬집었을 때 피부가 빨리 제자리로 돌아오는지를 통해 확인할 수 있습니다.



③ 기저귀 착용 거부

치매환자가 기저귀를 제거하려 한다면 요실금 팬티, 여성 위생팬티, 여성 대형 생리대, 요실금 패드를 활용합니다. 불가피하게 기저귀를 착용해야 하는 경우 특별한 이유 없이 기저귀를 빼고 찢는다면 한시적으로 치매환자 우주복을 사용할 수 있지만 환자의 존엄성과 자존감을 상실하지 않기 위해 오랫동안 착용하지 않는 것이 좋습니다. 배설 시간 등 일지를 기록하여 배설 주기를 확인합니다. 2시간 간격으로 변기를 이용하여 배설을 돕습니다. 거동이 불편하거나 화장실과 거리가 먼 경우 이동식 변기를 사용할 수도 있습니다.

④ 기저귀 교체 거부

치매환자라도 기저귀 교체 시 수치심을 느낄 수 있습니다. 기저귀 교체 시에는 반드시 먼저 충분히 설명한 다음 본인의 의사 확인 후 교체해야 합니다. 천천히 부드럽게 이야기하면서 환자 뒤에서 빠르게 기저귀를 교체합니다. 교체 후에는 불편함이 없는지 확인합니다. 폭력적인 행동을 보일 때에는 강제로 해서는 안 되며 여유를 두고 다시 시도합니다. 방수패드나 방수커버를 사용하면 실수 시라도 뒤처리가 용이합니다.

2021년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 계속 무엇인가 먹으려고 해요.

### Q 질문

식사를 하고 난 뒤 얼마 되지 않아 또 밥을 달라고 조르고 지나치게 많이 먹으려고 합니다. 당뇨가 있어 혈당조절이 잘 안되는 상황인데 계속 드시려는 욕구가 강해 어떻게 하면 좋을까요?

### A 답변

많은 치매 어르신이 병이 진행되면서 식사에 대한 변화를 보이는 경우가 있습니다. 음식을 거부하는 어르신도 있고 반대로 지속적으로 음식을 요구하는 어르신도 있습니다. 우선 아버님이 음식을 자주 찾는 이유가 무엇인지 그 원인을 찾아보아야 합니다. 치매가 진행되면 포만감을 담당하는 뇌 부위가 손상되어 식사장애가 발생하기도 하고, 또 기억력장애로 인해 식사한 것을 잊어버려서 식사를 하고서도 조금 있다가 또 드시려고 하는 문제들이 생기기도 합니다.

친척들이 집에 놀러 오거나 이웃들이 방문할 경우 며느리가 밥을 주지 않는다고 너무 태연하게 이야기를 하는 바람에 치매를 잘 이해하지 못하는 분들에게 오해를 받거나 잘 챙겨드리라는 이야기를 듣게 되면 짜증이 나거나 마음이 상하는 경우가 종종 있게 됩니다. 하지만 아버님이 며느리를 괴롭히기 위해 일부러 이런 행동을 하는 것이 아닙니다. 환자의 말이 사실과 다르고 상황에 따라 변명을 하더라도 무시하거나 야단치는 것은 좋은 방법이 아닙니다. 환자의 요구를 무조건 무시하지 마시고 적절히 응해 주는 자세가 중요합니다.

우선 식사량이 적는지 관찰을 해서 아버님의 식사량을 조절해 보시면 좋겠습니다. 식사량이 충분한 데도 같은 증상이 반복이 된다면 “조금 후에 간식을 드릴게요.”, “시장에 다녀와서 아버님이 좋아하는 음식을 해드릴게요”, “산책을 나갔다 같이 맛있는 음식을 만들어봐요” 등으로 생각을 전환시켜 보시고, 식사 후 게시판이나 달력에 표시하여 식사한 것을 기억하도록 유도해 보는 것도 좋겠습니다. 아버님의 경우 예전에 혈당조절이 안 돼 병원에 입원하신 적도 있다면 더욱 식사량 조절이 중요할 수 있습니다. 전체 식사량이 많아지는 것은 피해야 하므로 저 칼로리의 음식이나 과식하지 않는 범위 안에서 환자의 요구에 응하며 그때 그때 상황에 따라 재치 있게 아버님의 감정이 상하지 않도록 대처해 보십시오. 그럼에도 지속적으로 식사를 요청 할 경우에는 뽕튀기, 튀밥 같은 부피가 큰 음식을 마련하여 소량씩 여러 번 제공하도록 합니다.

또한, 아버님의 경우 시골에서 지내시다가 낯선 도시로 오시면서 할 일 없이 무료하게 집에서 지내시느라 더욱 음식에 집착할 수도 있습니다. 아버님이 관심을 가지고 지속적으로 활동할 수 있는 흥밋거리를 제공하거나 국민건강보험공단에 등급 신청을 하셔서 방문 요양이나 주야간보호서비스를 받으시면 부양의 부담도 완화되고 아버님도 매일 관심을 가지고 다니는 기관이 생겨서 좋을 수 있습니다. 특히 주야간보호센터는 하루 중 일정한 시간 동안 어르신들을 안전하게 보호하면서 신체 활동 지원 및 심신기능의 유지를 위한 인지재활프로그램이나 훈련 등을 제공하기 때문에 아버님이 프로그램에 몰두하다 보면 식사를 찾으시는 빈도도 줄어들게 되고 잔존 기능 유지에도 도움이 될 수 있습니다.

2017년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

## 센터에 계신 어르신이 바닥에 계속 침을 뱉습니다. 어떻게 해야 하나요?

### Q 질문

치매환자가 바닥에 침을 뱉는데 계속 주의를 드려도 고쳐지지 않습니다. 치매환자들이 침 뱉는 행동을 많이 하나요? 대처 방법 좀 알려주세요.

### A 답변

치매환자들이 침을 뱉는 행동의 원인은 다양할 수 있습니다. 판단력 저하로 아무데나 침을 뱉을 수 있고 이외에 불안, 강박, 공포, 스트레스 등 심리적 요인 때문일 수도 있습니다.

약이 원인이 되기도 합니다. 여러 가지 약을 복용하게 되면 쓴맛을 느끼게 되어 침을 뱉을 수 있습니다. 또한 환자에 따라 관심을 끌기 위한 행동으로 나타날 수 있습니다.

치매환자가 이러한 행동을 하는 원인을 찾아보고 이에 맞게 대처하는 것이 좋습니다. 불안이나 초조로 인한 행동이라면 원인을 제거해 주는 것이 좋으며, 침 뱉기가 지속된다면 불안도와 긴장감을 낮춰 주는 약을 처방받거나 복용하는 약물과 관련 있는지 주치의와 상담합니다.

치매환자들은 같은 행동을 연속적으로 여러 번 반복하는 경우가 있습니다. 반복 행동을 하는 경우 집중할 수 있는 활동이나 전환 요법을 활용해 보면 좋습니다. 때론 증상이 일시적일 수 있으므로 침을 안 뱉을 때 격려하며 안 할 때의 행동을 강화시키는 방법도 있습니다.

침은 소화작용을 돕고 일부 세균을 제거하며 혀의 움직임에 도와서 발성에 도움을 주기에 삼킬 수 있도록 알려 줍니다. 침 분비를 위해 껌이나 사탕을 제공하는 것도 도움이 됩니다. 침 냄새가 심하다면 수분 섭취를 할 수 있도록 물이나 주스 등을 제공하고 구강상태 확인을 위해 치과진료를 받는 것이 좋습니다.

2021년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

치매환자인 남편이 방문을 두드리며 자꾸 성관계를 요구합니다. 부끄럽기도 하고 무섭기도 하고 이럴 땐 어떻게 하면 좋을까요?

**Q** 질문

치매인 남편이 자꾸 성관계를 요구해서 당황스러워요.

**A** 답변

어르신, 많이 놀라고 당황스러우셨겠습니다. 현재 일단 흥분된 감정을 진정시키시는 것이 좋습니다. 남편의 말이 받아들이기 힘들다 해도 큰소리로 화를 내신다면 남편이 더욱 흥분해서 상황이 더 나빠질 수 있습니다. 일반적으로 치매 환자의 경우 실제로 성행동을 실행하는 경우는 드물기 때문에, 남편이 하시는 행동이나 말에 민감하게 반응하여 환자를 자극하지 않도록 주의하시는 것이 중요합니다. 시도해 보실 수 있는 몇 가지 방법이 있습니다.

첫 번째는 관심을 돌리는 방법입니다. 침착하게, 조용하고 낮은 목소리로 남편의 마음을 수용해 주시면서 자연스럽게 관심을 다른 쪽으로 돌려 보시길 바랍니다. 예를 들면, “나 지금 배가 아픈데 화장실 다녀와서 방으로 갈 테니 잠깐만 기다려 줄래요?”나 “이번에 며느리가 가져온 몸에 좋은 차가 있는데 한 잔 드시고 잠자리에 들면 어떨까요?” 등의 대화로 시간을 벌면서 차차 다른 쪽으로 관심을 가지도록 유도해 보시면 도움이 됩니다. 평상시 남편이 좋아할 만한 일거리나 활동들을 하게 함으로써 성적 욕구가 떠오를만한 시간들을 줄여주시는 것도 좋습니다. 산책을 한다거나, 남편이 할 수 있는 소일거리를 주는 방법도 있고요, 선생님께서 직접 하시기 힘들시다면 노인장기요양보험에서 제공하는 서비스 중 주간보호센터를 이용하시는 것도 방법입니다. 방문요양서비스를 이용하시면서 남자 요양보호사가 가능한지 알아보시는 방법도 있습니다.

또한 남편이 주로 요구를 해오는 상황이 있다면 그 상황을 바꿔서, 자극을 사전에 차단해 주시는 방법을 찾아보세요. 목욕한 후에 이런 행동을 보인다면, 방문목욕 서비스를 이용하되 남자에게 서비스를 받을 수 있도록 하거나, 아들이 목욕을 도와주거나 하는 여러 가지 방법을 사용해 보시고 각각의 상황에서 남편의 태도나 반응을 살피신 후 방법을 결정하시면 됩니다.

또 남편의 성적 요구는 실제적인 성관계의 요구가 아니라 선생님으로부터 관심과 애정을 얻기 위한 행동일 수도 있습니다. 자신을 버리지 않을까 하는 불안감의 표현인 경우도 있고요. 손을 잡아준다든가 또는 등을 쓸어주는 스킨십으로 충족될 수도 있으니 이런 방법도 한번 고려해 보십시오.

남편께서 일부러 그러시는 것이 아니라, 병에 의한 증상이라는 것을 이해해 주시면 좀 더 잘 대처할 수 있을 것 같습니다. 치매가 진행되면서 판단력이나 자제력이 떨어져서, 욕구나 충동을 잘못 참아서 나타날 수 있습니다. 이런 여러 가지 방법을 사용해도 효과가 없고, 점점 심해진다면 병원의 전문의와 상담하여 약물치료를 받는 것도 도움이 될 수 있습니다.

2014년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

아버님께서 최근 하루 3번이나 차량 접촉사고를 냈는데,  
계속 운전을 하겠다고 고집을 부리십니다.

### Q 질문

뇌경색과 혈관성 치매가 있는 시아버님이 최근 차량 접촉사고가 잦고 운전 시 여러 가지 실수를 보이는데, 본인은 치매 사실을 모르고 계속 운전을 하시려 합니다. 시아버님이 더 이상 운전을 못 하게 할 수 있는 방법이 없을까요?

### A 답변

치매환자의 운전은 본인은 물론 다른 사람에게 피해가 갈 위험이 높기 때문에 적당한 방법을 찾아 운전을 제한하는 것이 필요합니다. 치매환자는 시공간 감각 능력의 저하로 길을 잃거나, 판단력 저하로 상황을 정확히 판단하거나 이에 대해 적절히 대처하지 못하여 운전 시 사고를 자주 발생시킬 수 있습니다. 오랜 세월 운전을 하시던 분이려면 갑자기 누군가의 제지로 인해서 운전을 못 하게 되는 경우 자존심이 상하실 수도 있으니 충분한 설득을 통해 스스로 운전을 그만두시도록 하는 게 좋을 듯합니다. 하지만 직접 운전을 하셨던 분이기에 때문에 다른 교통수단을 이용하시는 것이 어렵고, 불편하실 수 있습니다. 그런 경우는 사전에 아버님께서 가고 싶으신 곳은 없는지 미리 확인을 한 후 동행해서 모셔다드리고, 또 스스로 운전을 하지 않아서 생길 수 있는 답답함을 가족들과 같이 드라이브를 하면서 자연스럽고 해소시켜 드리는 것도 좋습니다.

충분히 설득을 해도 스스로 운전을 그만두시도록 하는 과정이 쉬운 것은 아닙니다. 아버님께서 운전을 하시는 것이 더 이상 불가능하다고 판단이 되시면 운전면허를 해지하는 방법도 고려해야 보아야 합니다. 운전면허 해지는 다른 사람이 임의로 할 수 없기 때문에 본인이 직접 운전면허 시험장에 가서 해지하거나 가족이 도로교통공단에 수시 적성검사를 신청하는 방법이 있습니다. 수시적성검사통지를 받고 검사를 받지 않거나 수시적성검사에서 치매로 인해 부적합 판정을 받으실 경우 운전면허가 해지됩니다. 그리고 사고가 여러 번 난 상황에서 한 가지 생각해 보셔야 할 문제는 아버님께서 치매 진단받으신 것을 아직까지 모르고 계신다는 사실입니다. 본인이 치매임을 모르신다면 운전 중 발생한 사건들을 단순한 사고나 실수로 인한 것으로 생각하시고, 상황의 심각성을 잘 모르실 수 있습니다. 과거에는 환자를 혼란스럽게 한다는 이유로 환자에게 치매진단여부를 알리지 않는 경우가 많았지만 요즘에는 환자의 기본권을 존중하여 모든 사실을 환자에게 알려주는 것이 일반적입니다. 특히, 치매로 진단받은 경우 상태가 나빠지기 전에 환자 스스로 여러 가지 준비를 원할 수도 있는데, 환자에게 진단을 알리지 않을 경우 이러한 기회를 빼앗는 것일 수 있으므로 가능하면 알려드리는 것이 권장됩니다. 물론 환자의 치매의 정도, 성격, 상황에 따라 어떤 방식으로 말씀드릴지 현명한 판단이 필요하겠습니다.

힘드시겠지만, 지금 어떤 진단을 받으셨는지, 그리고 운전을 지속하실 경우 어떤 문제들이 발생할 수 있는지 아버님께 정확하게 말씀드리는 과정이 필요하다고 생각합니다. 물론 아버님께서 들으시고 충격을 많이 받으실 수도 있습니다. 따라서 아버님을 충분히 위로하는 과정도 필요할 것이고, 설득하는 과정도 동반되어야 하겠습니다. 그리고 이 문제에 대해서는 진료를 받고 계시는 주치의와 함께 의논하는 것이 좋겠습니다.

2016년 치매상담콜센터 상담사례집 「고향의 봄」에서 발췌된 내용입니다.

치매환자 가족이라면 꼭 알아야 할 이야기

## 치매상담 사례집

365일 24시간, 언제 어디서나  
치매에 대한 모든 궁금증은 치매상담 콜센터

1899-9988