

건강 칼럼

신경증 동반 통증 정신분석적 원인·치료법

살아가면서 누구나 통증을 느낀다. 또한 생의 마지막에는 통증으로 고통을 하면서 마친다. 심한 경우는 통증 때문에 스스로 목숨을 끊는 경우도 있다. 통증은 인간의 삶에 많은 영향을 주고 삶의 질을 떨어뜨린다.

그렇다면 통증을 못 느낀다면 어떨까?

못 느끼는 것도 문제다. 타박상으로 피가 흐르는데 아무 통증이 없다고 방치하면 몸은 점점 나빠져 심각한 상태로 악화될 것이다. 통증이 필요한 이유이기도 하다.

통증의 원인은 어떻게 구별할까?

통증에는 원인이 확실한 경우와 불확실한 경우가 나눌 수 있다. 먼저 외부의 타박상에 의하여 나타나는 통증은 당연히 외상성 통증이다. 또 오장육부의 이상으로 인하여 오는 통증도 있다. 이러한 통증들은 원인이 분명하기 때문에 원인만 알고 제거가 된다면 치료가 된다.

그러나 우리 주위에는 원인 모를 통증도 많다. 그래서 여러 가지 검사를 하여 본다. X-ray, CT, MRI, 혈액검사, 각종 검사들을 많이 한다. 원인이 나오지 않는 경우도 있지만 아무런 이상이 나타나지 않는 경우도 적지 않다. 통증의 원인이 한의학의 칠정(七情), 삼인성, 정신적, 화병인 경우에 검사에는 나오지 않지만 다양한 증세와 통증으로 나타날 수 있다. 이중에 현대인들에게 많이 나타나는 정신분석의 신경증으로 인한 통증에 대하여 알아보고자 한다.

신경증적인 통증의 특징은 각종 현대단기기를 이용한 검사에서 정상으로 나오지만 통증을 계속 호소하는 경우이다. 검사에서 문제가 나오지 않는 근본원인인 신경증인 경우로서 신경증이 치료되지 않으면 치료가 안 되는 경우도 있다.

정신분석의 창시자인 프로이트의 신경증, 히스테리에 대한 사례인 엘리자



김수범 우리한의원장

베스의 예를 보면 알 수 있다. 엘리자베스는 프로이트에게 왔을 때에 양다리의 통증과 발이 찬 증세 등을 호소하였다. 프로이트가 환자와의 자유연상을 통하여 상담을 한 결과 상담의 내용에 따라서 통증이 다르게 나타났다. 아버지의 병간호를 하는 이야기를 하는 과정에 오른쪽 다리의 통증이 더 심해지는 것을 느꼈다. 또 죽은 언니의 이야기가 나오자 갑자기 왼쪽다리의 통증이 심해졌다. 아버지가 부르는 소리를 연상하자 발의 찬 증세가 더 심해지는 것을 호소하였다.

여기서 아버지와 관련된 통증과 발의 냉증은 아버지의 다리에 통대를 감아주기 위하여 다리를 올려놓고 하던 부위이다. 아버지가 부를 때에 맨발로 찬 방바닥을 뛰어다니던 경험과 관련이 있다. 오른쪽다리의 통증은 죽은 언니가 병들어 있을 때에 마음속으로 사랑했던 형부와 산보를 하던 것에 대한 죄책감과 관련이 있다.

여기서 왜 통증으로 전환이 된 것일까?

이것은 형부의 사랑, 아버지에 대한 사랑이 문제가 된다. 형부나 아버지는 서로 사랑을 할 수 없다는 현실적인 상황에서 자신의 욕망이 억압이 되어 나타난 것이다. 죄의식으로 작용을 했다고도 할 수 있다. 무의식에서는 사랑을 하고 싶지만 의식에서는 이러한 욕망을 억눌러 버린 것이다. 이 과정에서 많은 정신적 갈등을 일으키게 된다. 프로이트는 이것을 성적인 욕망

이라고 하였다. 성적 욕망을 표출하고 싶은 무의식적인 욕구가 있지만 사회적 여건상에 억눌려서 잠재의식 속에 억압이 된 것이다.

현재는 이러한 잠재의식적인 억압을 기억하지 못하고 생활을 하고 있다. 그러나 불현 듯 아버지에 대한 생각, 죽은 언니에 대한 생각을 할 때에는 갑자기 다리의 통증을 느끼게 되는 것이다.

그러나 환자 본인은 이러한 것이 왜 오는지를 알지 못한다. 아버지를 생각하는데 왜 통증이 오는지, 언니를 생각하는데 왜 통증이 오는지를 알지 못한다. 그것은 그 당시에 화나고 분노하며 하던 기억들은 잊혀져 버린 것이다. 그때의 감정은 그대로 무의식에 억압되어 있기 때문이다. 기억들은 잊혀져 의식적으로 기억을 하지 못한다.

대신에 억압된 감정이 표출되면 안 된다. 강한 의식 때문에 통증이 나타나서 아버지, 언니에 대한 기억을 하면 무의식적으로 자신도 모르게 통증이 나타나지만 왜 나타나는지 이유를 알지 못한다.

우리 주위에도 이러한 경우가 많다. 큰 충격을 받거나 마음의 상처를 크게 받았거나 정신적 충격이 큰 교통사고가 나거나 하는 경우에 큰 충격을 받게 된다. 그 순간에 기억하고 싶지 않아서 기억 속에는 사라지지만 그때의 감정은 무의식에 그대로 남아있다. 그와 관련된 생각이나 그림, 사진 등을 본다면 의식적으로는 잘 모르지만 무

의식적으로 관련된 부위와 연관이 되면서 통증으로 나타날 수 있다. 이런 잠재의식적인 기억이 완전히 무의식에서 사라지지 않는 경우에는 평생 화병 등과 같이 지속적으로 통증이 나타날 수 있다.

신경증적인 통증은 어떻게 해야 하나?

가능하다면 자신의 통증과 관련된 사건이 없는지 어렸을 적부터의 생활을 기억해 보아야 한다. 기억이 된다며 그때를 다시 회상하면서 자신의 그때의 욕망이 무엇이었는지 그때 그 욕망을 이루지 못하고 억누르거나 참았던 것이 없었는지를 생각해 그때의 감정을 이해한다면 통증을 없애는데 도움을 줄 수 있다. 그러나 그 기억을 못하고 느끼지 못했다면 전문가의 도움이 필요하다.

신경증적인 통증을 예방하는 방법은 무엇인가?

사회생활, 가족과의 관계 등에서 살아다보면 자신의 마음을 표현할 수 없거나 많이 참아야 하거나 분노를 억제해야 하는 때가 있다. 이러한 감정은 마음에 상처를 주며 화병과 같이 인체에 영향을 주어 각종 통증이나 증세로 나타날 수 있다. 자신의 감정을 표현하여 마음에 쌓이지 않게 하는 것이 필요하다. 현실적으로 자신의 감정대로 표현하다 보면 더 큰 손해를 받을 수 있는 위험이 있다.

그래서 자신의 감정대로 표현할 상황이 안 된다면 돌려서 부드럽게 이야기 하거나, 친한 친구나 멘토, 선배에게 이야기 하거나, 종교적인 기도나, 취미활동 등으로 자신의 분노감을 푸는 것이 좋다. 아니면 이불속에서 큰 소리로 욕을 한번 해보는 것도 하나의 방법이다. 중요한 것은 올라오는 분노를 억지로 참아서는 마음, 가슴에 묻게 되면 통증뿐만 아니라 암, 난치병의 원인이 될 수 있기 때문이다.

사설

민주평통 우크라이나 성금

민주평통 전북지역회의가 우크라이나 전쟁 종식과 평화를 기원하는 성금 380만 원을 기탁했다. 이번 성금은 최근 여성위원회 주최 '전북여성 평화문화제'에서 진행된 자선 경매와 1인 1만원 나눔을 통해 조성됐다.

성금은 민주평통 유립중동아프리카지역회의에 전달됐다. 기탁식은 이석현 민주평통 수석부위원장, 홍중식 전북부위원장, 김백배 유립중동아프리카지역회의 부위원장, 심수미 전북여성위원장, 정병현 전북지역회의 간사 등이 참석한 가운데 민주평통 사무처에서 열렸다.

또한 민주평통 전북지역회의는 신불 피해를 입은 경북지역에 1천만 원 성금을 전달했다. 성금은 14개 시·군협의회 자문위원들이 뜻을 모아 마련했다. 홍중식 전북부위원장은 "빠른 회복과 어려움을 당한 주민들의 일상이 하루빨리 회복되기를 바란다"고 말했다.

한편 민주평통 전북지역회의는 전주 덕진공원에서 '전북 여

성 평화문화제'를 개최했다. 이날 행사에서는 여성·평화·안보'를 위한 평화 걷기, 평화 나눔, 평화 공감 행사가 진행됐다. 특히 민주평통 전북 여성위원들과 전북여성단체협의회, 전북YWCA 협의회 회원들은 우크라이나 전쟁 반대 켈린지를 통해 전북 여성의 목소리를 담았다. 전쟁을 반대하며 우크라이나 평화 회복을 촉구한 것이다.

아울러 이날 행사에서 도민들이 일상에서 즐겨 찾는 경기 코스를 '평화의 길'로 조성했다. 생활 속에서 평화의 의미를 되새기고자 추진하는 민주평통 전북 '평화의 길' 조성 프로젝트 첫 출발을 선포한 것이다.

덕진공원에 '평화동산'을 마련해 포시적 제막과 평화 나무 심기를 시작했다. 그리고 민주평통 전북 14개 시·군협의회에서 평화 이야기를 담은 평화 현장을 발굴해 나가기로 했다. 덕진공원 평화동산을 통해 도민들이 일상 속 평화를 체험하는 장소로 개발해 나가기를 기대한다.

조용식 예비후보 안전도시 익산

조용식 익산시장 예비후보가 익산을 전국 최고의 안전 도시로 만들겠다고 공약해 관심을 모으고 있다. 전북경찰청장을 역임한 조용식 예비후보는 "34년간 경찰 공무원으로 일하면서 민생 치안 일선에서 국민의 생명과 재산을 지키는 데 사명을 다해 왔다"면서 전국 최고의 안전 도시를 만들 것이라고 약속했다.

조용식 예비후보는 "자난해 침수 피해를 입은 창인동 중앙시장 수해 원인이 천재가 아닌 인재로 밝혀졌다"고 설명했다. 그러면서 "재난 감시 안전 시스템과 재난 지역 수시 점검을 통해 전 시민이 재난 피해가 없도록 사전 예방에 중점을 두겠다"고 밝혔다.

조 후보는 이를 위한 안전 도시 공약을 제시했다. ▲여성이 밤거리를 걸어도 두렵지 않은 치안 확보를 비롯 ▲여성 상태 불법 촬영 단속 사전 예방 ▲가정 폭력 등 상담센터를 통한 문제 해결 ▲등하굣길 등 위험 지역 CCTV 설치 등을 이뤄낼 것이

라고 했다. 또한 법률 전문가와 행정·경찰 등이 참여하는 분청 해결 위원회를 설치하겠다고 말했다. 이 옷 간 층간 소음·주차·쓰레기 투기 등 생활 속 발생하는 다양한 갈등 문제도 해결토록 할 것이라고 강조했다.

조 예비후보는 "시민들이 안심하고 생업에 종사할 수 있는 안전 도시, 안심 도시익산을 만드는 데는 저의 공직 경험이 무엇보다 큰 도움이 될 것"이라고 말했다.

조용식 예비후보는 전북경찰청장을 역임했다. 그는 과거 공직 생활을 통해 다양한 민생 현장을 터득했을 것이다. 문제는 현장에서 보고 느끼고 체감한 경험과 역량을 현장에서 얼마나 살리느냐 하는 문제다.

공정과 정의가 살아있는 도시, 내일이 더 기대되는 도시 익산을 만드는 일이 중요하다. 특히 안전 도시 익산을 만드는 일은 중요한 과제 가운데 하나다. 안전 도시 익산 건설에 앞장서기를 기대한다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

기고문

직진우회전 차로 차량에 '빵빵' 행위 말아야

며칠 전 직진 우회전 차로에서 신호 대기 중에 뒤 따르며 우회전 하려던 운전자가 전조등을 위 아래로 조작하면서 경음기를 계속해서 울리는 상황을 목격하였다.

직진 우회전 차로는 보통 편도 2차로 이상 도로에서 우측 가장자리 차도에 위치하며, 직진과 우회전이 동시

에 가능한 차로를 말한다.

직진 우회전 차로에서 직진하고자 하는 운전자는 직진용, 우회전 하고자 하는 운전자는 우회전을 하는 등 진행순서대로 진행을 하면 된다.

자신이 우회전 하려고 할 때 직진하려는 앞 차량이 대기하고 있을 때는 경음기를 울리거나 전조등을 조작하

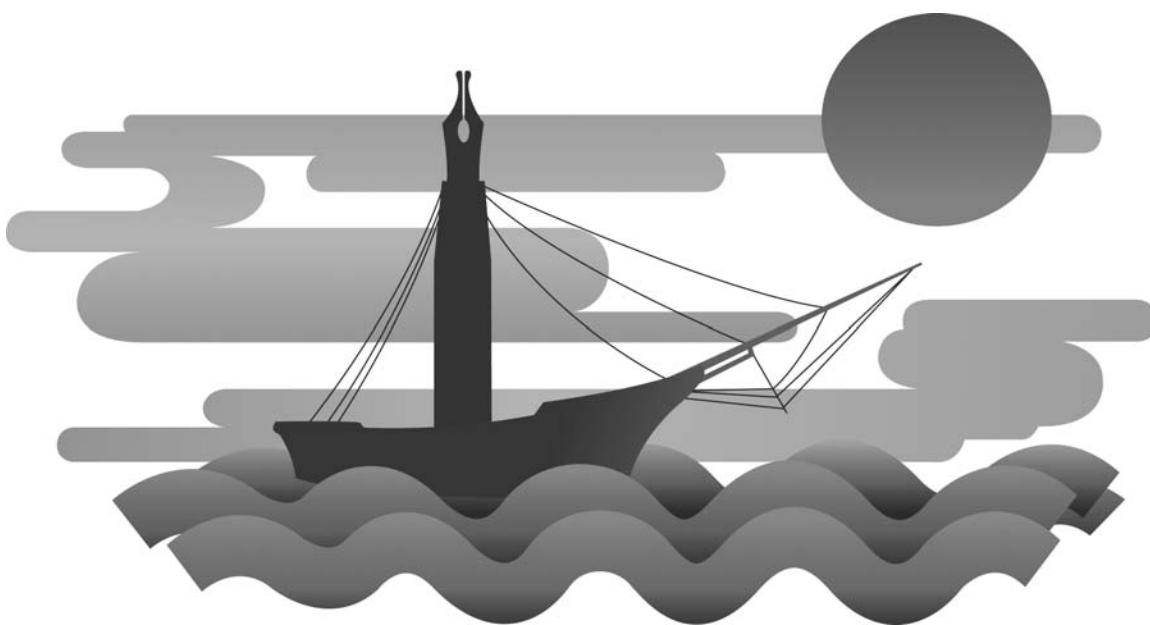
여 좌측 차로로 이동하게 하는 행위는 하지 말아야 한다.

직진 우회전 차로에서 뒤 차량이 반복, 연속적으로 경음기를 울리는 행위를 하면 도로교통법 제49조 1항에 의거하여 범칙금 4만원이 부과된다.

앞 차량은 도로교통법을 위반하면

서 비켜주다 보행자의 횡단을 방해할 경우 범칙금 6만원에 벌점 10점이 부과되며, 교차로 통행방법 위반으로 범칙금 4만원이 부과될 수 있으며, 횡단중인 보행자를 충격하는 사고발생시 10대 중과실 사고 책임을 져야 함을 명심해야 한다.

무주경찰서 교통관리계경장 신일섭



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.