

건강 칼럼

인지기능 정상이어도 치매 진행 위험 높은 경도행동장애

정신건강의학과에서 다루는 질환들의 증상은 인지, 정서, 행동 등 인간의 모든 정신활동 영역에 걸쳐 있다. 그 중 치매는 기억력을 비롯한 인지 기능의 저하가 주된 증상이고, 대표적인 기분 장애인 우울증의 경우 우울한 기분, 무기력, 죄책감 등이 주된 증상이다. 치매는 다양한 원인이 있지만, 주된 원인인 알츠하이머 병은 뇌에 병리 물질이 쌓이면서 퇴행성 변화가 발생하는 것이 특징이다. 이러한 퇴행성 변화는 초기에 경미한 기억력 저하로부터 시작 후 서서히 진행하여 나중에는 본인의 자서전적인 기억력도 사라지고, 판단력 저하가 동반되어 일상 생활의 독립적인 영위가 어렵게 된다. 따라서 치매 경과가 의심되는 환자분들은 초기에 발견하고, 원인 질환을 감별하여 적절한 예방 및 치료 조치를 해야 진행을 늦출 수 있다.

한편 노년기의 기분 장애, 불안 장애는 기존에는 치매처럼 두드러진 퇴행성 경과를 보이지 않는다고 알려져 왔다. 따라서 증상에 맞는 항우울제, 항정신병 등의 약물을 사용하고 상담 치료를 시행하게 되면 젊은 성인에서와 마찬가지로 충분히 회복되는 것으로 여겨졌다.

그런데 2008년 아르헨티나의 정신과 의사 타라가노(Taragano)는 치매로 평가할 정도의 인지 기능 저하가 없는 노인들에서, 병에 처음으로 정신행동 증상이 발생할 경우 향후 치매로 진행할 가능성이 상당히 높다는 것을 발견하고 이를 '경도행동장애(Mild behavioral impairment)'라고 명명



변기환

카톨릭대 서울성모병원  
정신건강의학과 교수

했다. 이는 치매는 아니지만 유사미한 인지 저하가 있을 때를 경도인지장애(Mild cognitive impairment)라고 명명하는 것에서 연유했다. 이후 2016년에는 미국 치매 협회(NIA-AA)에서는 경도행동장애 진단 기준을 새롭게 정립하였다. 첫째, 50세 이후에 발생한 뚜렷한 행동 및 성격 변화가 관찰될 것. 둘째, 이러한 변화는 적어도 6개월 이상 지속될 것. 셋째, 이러한 변화는 의욕의 감소, 감정 조절의 어려움, 충동조절의 어려움, 사회적인 부적절함, 환각과 같은 지각 이상 또는 망상 중 하나 이상을 포함한 것. 넷째, 이러한 증상으로 인해서 사회 및 직업활동과 대인관계에서 장애가 초래될 것. 다섯째, 치매로 진단할 정도의 인지 저하가 없을 것이다.

실제 정신건강의학과 외래에서 노인 환자분들이 뚜렷한 인지 저하 없이 우울, 불안, 정신증 등의 증상으로 외래를 내원하시는 경우가 많다. 이중 상당 수는 초기 성년기부터 발생 및 호전과 악화를 반복한 정신과 질환의 재발인 경우가 많지만, 실제 전혀 증상이 없으시던 분들이 처음으로

내원하시는 경우도 있다. 실제 위에서 언급한 진단 기준과 측정 도구를 활용한 후속 연구들에서 정신과 외래를 내원하시는 노인 환자 중, 인지 저하가 전혀 없는 경우는 20%, 경도 인지장애에 해당하는 분들 중에선 50%가 경도행동장애의 진단을 만족한다고 알려져있다. 가장 흔한 증상으로는 감정 조절의 어려움과 충동조절의 어려움이었고, 그 다음으로 의욕의 감소와 사회적으로 부적절한 행동, 지각 및 사고 이상 등이었다.

감정조절과 충동의 문제는 기분장애의 증상으로도 발견되기에, 실제 이러한 환자분들이 경도행동장애이고, 추후에 치매로 진행할 가능성이 높은 지 여부를 판단하기 위해서는 면밀한 병력 청취를 통해서, 증상의 발현 시점 및 경과를 판단하는 것이 필수적이다.

또한 외래 치료 중에도 내원 시의 주 증상 외에 인지 저하가 새롭게 나타나거나, 혹은 진행하지 않는지를 세심하게 평가해야 한다. 만일 이러한 인지저하 경과가 있을 경우에는 신경심리검사를 시행해서 객관적으로 유의미한 인지 저하가 있는지 확

인하고, MRI와 혈액 검사를 통해서 원인 질환을 감별해야 한다.

최근에는 알츠하이머 병의 새로운 치료제들이 도입되고 있기에, 아밀로이드 PET 검사를 통해서, 알츠하이머 병리의 유무를 확인하는 것도 도움이 된다. 만약 알츠하이머 병을 비롯한 신경 퇴행성 질환이 인지 저하의 원인으로 확인된 경우에는, 이를 경감시키는 치료 약물을 사용함으로써 그 경과를 늦출 수 있다.

하지만, 정신건강의학과 외래로 내원한 노인 환자가 경도행동장애라고 판단하더라도, 현재까지는 위의 진단 및 치료를 선제적으로 진행할 수는 없다. 실제 경도행동장애에 이더라도 치매로 진행하지 않는 경우도 있고, 한국의 의료 현실에서는 유의미한 인지 저하가 없을 경우에는 알츠하이머 관련 치료 약물 등의 사용이 허락되지 않고있다. 아직까지 경도행동장애에 대한 진단 및 치료에 있어서 합의된 가이드라인은 없는데, 현재 외국에서는 다양한 치매 관련 임상 시험에서, 경도행동장애를 대상으로 포함하려는 시도들이 있어, 향후 경도행동장애와 관련된 새로운 임상 진료 지침이 도입될 것으로 보인다.

따라서, 노년기에 초발한 행동, 성격의 변화가 있을 때 꾸준한 정신건강의학과 치료 및 평가를 하면서, 치매로의 진행을 민감하게 관찰하는 것이 현재는 최선의 조치이다. 그러므로 50세 이후 뚜렷한 행동이나 성격의 변화가 6개월 이상 지속되어, 사회 활동까지 영향을 미칠 정도라면 전문의 상담을 받기를 당부하고 싶다.

사설

노인 공원지킴이 활동

전북 노인일자리센터에서 벌이고 있는 '고고고 활동'에 관심이 쏠리고 있다. '고고고 활동'이란 '검고, 좁고, 건강을 리고'란 말에서 '고'자를 따다가 만든 신조어이다. 어르신들은 전주시 지역 내 동산 및 산책로 환경 정리와 인근 공공시설 관리를 통한 안전하고 쾌적한 환경을 만든다. 근무 장소는 인후동, 동서화동, 서서화동, 중노송동, 평화동, 진북동 등 산책로 일대다.

같은 동네 거주하는 어르신들과 한 팀을 이루어 산책로를 걸으며 떨어진 쓰레기과 나뭇잎을 줍는 등 환경정리를 통해 지역사회의 발전에 기여하는 것이다.

산책로를 이용하는 주민은 많지만, 관리할 수 있는 인력은 부족하기에 어르신들의 노동력을 통해 쾌적한 환경을 조성하여 사회에 공헌한다. 전복을 다지며 일상의 지루함을 덜어내기도 한다. 소통하

면서 대인관계를 쌓는 등 삶에 활력을 찾을 수 있다. 나이가 들수록 활동력이 낮아지고, 건강에 적신호가 온다.

간단한 봉사활동 수준의 활동을 하면서 활동력을 올리고 체력을 기르는 등 건강을 챙겨야 한다. 활동시간을 잘 지키고 안정장비 및 조끼 착용은 필수다.

노인공의 활동이란 어르신들의 지속적인 사회 참여 활동을 지원하는 일이다.

건강 개선은 물론 사회적 관계 증진 및 소득 보충 등 건강하고 활기찬 노후생활에 기여하는 사업이다. 65세 이상 기초연금수급자, 직역연금수급자(배우자 포함)가 해당된다.

운영 기간은 11개월이다. 참여자 활동 기간 동안 월 30시간 이상, 10회 활동(1일 3시간 이내)한다. 활동 시간은 오전 9시부터 12시까지 3시간이며 활동비는 1인당 만원 시 29만 원이다. 활동 인원은 60명이다.

미국의 선박 발주 '최대 448척'

미국이 조선산업 재건에 나서면서 2037년까지 최대 448척의 선박을 발주할 것이라 전망이 나왔다. 한국 조선업체는 이를 기회로 삼아 분야별 대책을 마련해야 한다는 제안을 내놓았다.

LNG 운반선 등 수요에 대응하고, 투자 유치로 조선산업 인프라를 재구축할 계획이다. 이는 미국의 조선산업 재건 정책으로 2037년까지 총 403~448척의 선박이 발주될 것으로 내다봤다.

'조선 및 항만 인프라법'은 미국 국적 전락상선단을 250척까지 늘리고, 2047년까지 LNG 수출 화물의 15%를 미국에서 건조한 선박으로 운송하도록 규정했다.

미 해군 함정에 대해선 전투용 함정이 첨단 무기체계와 연계해 유지보수(MRO)와 신조(新造)를 이룬 시일 내 한국에 맡길 가능성은 낮다고 분석했다.

장기적으로는 무기체계를 포함한 유지보수 사업에 참여해

야 한다고 밝혔다. 해군 함정 신조 분야에서는 수송·지원·상륙함에 초점을 맞출 것을 제안했다.

차세대 선박 관련해선 첨단 기술 연구와 사업화를 위한 한미 공동 기금 마련 방안 검토를 주장했다.

미국 조선소 인수에 따른 인력 이동으로 국내 조선 인력 부족 심화가 발생할 수 있다고 보고 장기적인 국내 조선산업 인력 양성 방안을 마련할 것을 제안했다.

국내 조선사의 원활한 미국 진출을 위해 핵심 기술을 제외한 조선 기술의 수출 관련 규제 완화 방안도 검토할 필요가 있다고 했다.

미국의 조선산업 재건 사업으로 한국 조선업의 글로벌 경쟁력 확보가 한층 중요해졌다.

정부는 자율 운항 선박, 수소 선박 등 미래형 선박 지원을 강화하는 한편 스마트 조선소 구축 등으로 생산성 제고를 유도해나가야 한다.

사진으로 보는 지구촌 소식

‘가라데키드: 레전드’ 시사회서 인사하는 성룡



영화배우이자 감독인 성룡이 27일(현지 시간) 미국 뉴욕 SVA 극장에서 열린 영화 '가라데 키드: 레전드' 시사회에 참석해 포토타임을 갖고 있다.

트럼프 제재 항의하는 하버드 졸업 예정자



27일(현지 시간) 미 매사추세츠주 케임브리지의 하버드대학교 사이언스센터 광장에서 2026년 졸업 예정자인 누리엘 베라-디그레프가 도널드 트럼프 대통령의 최근 하버드 제재에 반대하며 발언하고 있다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

“더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문”을 위해 전주매일의 전 직원들은 ‘전복 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.

