

일상의 회복을 넘어 삶을 재설계하다



박지은 작업치료사(오른쪽에서 두 번째)와 작업치료실 직원들.

갑작스러운 사고나 중증 질환으로 서울아산병원을 찾는 환자들은 “다시 평범한 일상으로 돌아갈 수 있을까”라는 깊은 불안감을 마주한다. 서울아산병원 작업치료실은 그 막막함의 끝에서 환자를 만난다. “이제 힘든 고비는 넘겼고, 좋아질 일만 남았습니다.” 치료사들의 인사는 단순한 위로가 넘어, 중증 환자를 회복시킬 수 있다는 임상적 자신감이자 전문적 치료의 시작이다. 중증·급성기 및 수술 후 재활이 필요한 환자가 압도적으로 많은 상급종합병원인 서울아산병원의 특성에 맞춰 선제적 조기 재활에 집중하고 있다.

다시 일상으로 돌아갈 수 있다는 희망

재활치료에서 물리치료가 견고 움직이는 신체의 기능적 토대를 견고하게 구축하는 과정이라면, 작업치료는 그 토대

위에 환자의 직업, 생활방식, 환경을 고려하여 실질적인 일상을 재건하는 정교한 과정이다. 박지은 서울아산병원 작업치료사는 “작업치료는 사람이 먹고, 씻고, 옷을 입는 등 기본적인 활동부터 사회적 역할 수행까지 모든 ‘작업(Occupation)’을 포괄하는 매우 광범위하고 전문적인 영역”이라고 강조한다. 병원에서의 치료가 실제 삶으로 이어지도록 돕는 핵심적인 ‘가교’ 역할을 수행하는 것이다.

작업치료사가 전담하는 영역 중 중요도가 매우 높은 분야가 바로 연하재활치료이다. 장기간 기도 삽관이나 비위관(L-tube) 급식을 유지해온 중증 환자들은 삼킴 근육의 기능이 떨어져 음식물이 기도로 넘어가는 ‘흡인’의 위험성이 높다. 그래서 비디오 투시 연하검사(VFSS)와 같은 객관적인 임상 평가 결과에 근거하여 단계별 식이 조절과 연하재활치

료를 시행한다. 박지은 치료사는 “다시 입으로 식사할 수 있게 되는 과정은 단순한 영양 공급을 넘어 환자가 ‘다시 예전의 일상으로 돌아갈 수 있다’는 가장 강력한 동기를 갖게 한다”고 말한다.

급성기 중증 환자의 끌든타임을 지키는 조기 재활

서울아산병원 작업치료실은 총 20명의 전문 작업치료사가 근무하고 있으며, 그중 14명이 성인 작업치료를 전담한다. 작업치료뿐만 아니라 인지·연하·상지로봇재활·상지보조기 제작에 이르기까지 다양한 영역에서 급성기 및 수술 후 재활 환자 비중이 높은 서울아산병원의 특성에 맞춰 선제적 조기 재활에 역량을 집중하고 있다. 뇌 손상 이후 뇌 신경세포의 재조직화가 활발하게 일어나는 초기 끌든타임에 정밀한 훈련을 반복하면 뇌의 구조적·기능적 변화를 유도하는 ‘신경 가소성(Neuroplasticity)’을 촉진하는 핵심 기전이 되기 때문이다. 그래서 작업치료실은 중환자실 전담 재활체계를 강화해 환자가 의식을 회복하는 침상에서부터 작업, 인지, 연하재활치료를 본격적으로 시행하고 있다.

중환자 작업치료를 전담하는 이해나 작업치료사는 최근 뇌염으로 입원했던 20대 환자의 사례를 통해 작업치료의 실질적 가치를 강조한다. “당시 환자는 인공호흡기 적용과 심한 손 떨림, 손의 근긴장도 증가로 인해 기본적인 소통조차 불가능한 고립된 상태였습니다. 작업치료로 환자 상태에 맞는 재활 훈련 및 최적화된 의사소통 방법을 찾아주는 한편, 신체적 특성을 고려한 적응도구(Adaptive device)를 적용하여 집중적인 훈련을 진행했습니다. 그 결과 환자는 침상에서 벗어나 휠체어를 타고 치료실로 이동할 수 있을 정도로 신체 기능을 회복했으며, 스스로 글자를 쓰고 스마트폰을 다루며 세상과 다시 연결됐습니다. 이렇게 중환자실에서부터 시작된 조기 작업치료는 환자가 삶의 희망을 되찾고 능동적으로 재활에 참여하게 만드는 강력한 치료 동기가 됩니다.”

더 나은 치료의 기반을 다지는 임상 연구와 노력

작업치료실은 치료뿐만 아니라 재활 의료의 질 향상을 위한 교육과 연구에도 힘쓰고 있다. 매년 국내외 학회 참석과 해외 연수를 꾸준히 진행하고 있다. 또 의료진과 치료사가 함께 집필한 『서울아산병원 인지재활 워크북』을 펴내 환자가 가정에서도 인지재활훈련을 이어갈 수 있도록 돕고 있다.

특히 국외의 평가 도구 및 치료를 국내 의료 환경에 도입하는 신의료기술 활동은 서울아산병원 작업치료실의 핵심적인 전문 과업이다. 박지은 작업치료사는 “좋은 평가도구나 치료를 도입하는 것보다 중요한 것은 우리나라 환자들에게 정말 효과가 있는지 꼼꼼하게 따져보는 과정이다”라며, “이미 증명된 해외 연구들을 우리 임상 환경에 맞춰 다시 한번 검토하고 그 결과를 객관적으로 입증해야만, 환자들에게 신뢰할 수 있는 ‘근거 중심의 치료’를 제공할 수 있다”고 강조한다.

이러한 노력의 결과로 뇌 손상 환자의 상지 기능 측정 도구와 의식장애 환자의 회복 정도를 판별하는 기능 평가 도구를 국내에 성공적으로 안착시켰으며, 이는 건강보험 급여화로 이어져 전국 의료 현장에서 널리 활용되고 있다. 가장 최근에는 환자의 실질적인 사회 복귀와 독립성을 위한 ‘휠체어 기술훈련’을 도입하며 작업치료의 범위를 확장하고 있다. 앞으로도 서울아산병원 작업치료실은 새로운 기술을 선제적으로 연구하고 표준화하여, 환자들에게 최선의 선택지를 제공하고 환자 개개인에게 최적화·고도화된 재활 프로그램을 선도해 나갈 것이다. 📖 글 편집부



재활의학과 의료진과 작업치료사가 함께 펴낸 『서울아산병원의 인지재활 워크북』.