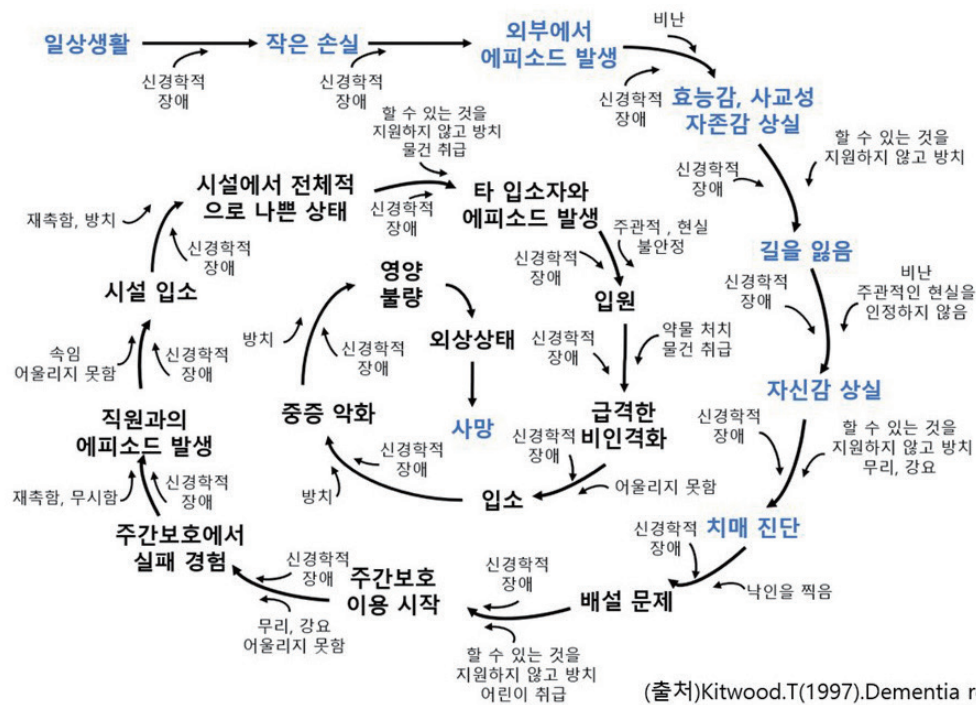


4절 치매 대상자와의 의사소통

치매 대상자는 기억력, 지남력, 판단력, 집중력, 언어유창성 등의 인지기능이 저하되어 의사소통이 잘 이루어지지 않는 경우가 많다. 그러나 생각하고 있는 모든 것을 말로 전할 수 없어도 한정된 대화나 태도로 의사소통을 시도할 수 있다. 치매의 정도에 따라서 적절한 말이 나오지 않는가 하면 친숙한 사람의 이름이나 물품의 이름을 말할 수 없는 경우도 있다. 중증이 되면 말수도 줄어들고 전혀 말이 없어져 버릴 수 있지만, 스킨십, 문자, 그림 등을 활용하여 의사소통할 수 있다. 치매 대상자와의 적절한 의사소통은 치매 대상자들의 일상생활 유지 및 정신행동증상 조절에 필수적이다.



[치매진행으로 인한 인지기능 저하와 증상]

1. 의사소통의 기본 원칙

치매 대상자는 인지기능의 정도에 따라서 의사소통 능력이 저하되어 간다. 초기에는 다소 언어적 실수가 있지만 의사소통이 가능하며, 중기에는 의사소통에 일관성이 없어지고 혼돈이 증가한다. 말기가 되면 의사소통의 유지가 어려워지며 언어를 자주 사용하지 않게 된다. 이러한 치매 대상자의 다양한 특성에 맞추어 원활하게 의사소통을 하도록 기본 원칙을 설명한다.

가. 언어적인 의사소통

1) 대상자의 신체적 상태를 파악하고 구체적으로 질문한다.

치매 대상자는 의사표현을 적절하게 할 수가 없기 때문에 배가 고프다거나 목이 마르다거나 하는 자신의 상황을 제대로 전달하지 못한다. 배가 고프는 것을 배가 아프다고 말하기도 한다. 그러므로 상황을 주의해서 관찰하고 필요할 때 도와주어야 한다.

〈예〉 대상자의 요구를 알기 위해서는 막연하게 ‘어디 불편한 곳이 있으세요?’ 보다는 신체 부위를 짚어가며 ‘어깨가 아프세요?’, ‘무릎, 어깨가 아프세요?’, ‘입 안이 아프세요?’와 같이 구체적으로 질문하여야 한다.

〈예〉 ‘목욕물이 뜨겁지 않으세요?’

2) 대상자를 존중하는 태도와 관심을 갖고 긍정적으로 말한다.

치매 대상자가 실수를 했을 때 화를 내거나, 야단을 치거나, 비웃으면 대상자가 상처를 입으므로 자존심이 상하는 말이나 표현은 하지 않는다. 위협조적인 행동이나 엉뚱한 행동을 할 경우 ‘부탁합니다’ 등의 따뜻한 말로 존중하는 태도를 유지하면서 협조를 요청한다.

〈예〉 대상자가 협조적으로 일을 잘 수행했을 경우는 ‘잘 했어요’, ‘맞아요’ 등과 같은 격려의 말을 해준다.



참고

치매 대상자와 의사소통 시 고려할 사항

- 의사전달을 할 수 없게 되어도 감정 기능은 유지되기 때문에 요양보호사의 마음이 치매 대상자에게 전달될 수 있다.
- 의사전달이 불가능하게 된 경우에는 치매 대상자에게 어려운 대화를 이해시키려 하기보다는 대상자가 원하는 것을 중심으로 의사소통을 하도록 노력한다.



꼭 알아두기

치매 대상자별 의사소통 전략

- 치매 대상자별로 인지능력 수준이나 욕구가 다르므로 의사소통 내용이나 방법도 달라야 한다.
- 의사소통을 시도하고 효과가 없으면 중단했다가 나중에 다른 방법으로 시도한다.
- 동일한 대상자라 해도 기분이나 상황에 따라 전에 효과적이었던 방법이 통하지 않을 수도 있다.



참고

치매 대상자의 의사 표현을 하도록 돕는 방법

- 대상자를 편하게 한다.
- 대상자를 산만하게 하는 요인을 최대한 줄인다.
〈예〉 라디오나 텔레비전을 끈다.
- 여러 사람이 있으면, 대상자와 조용한 장소로 가서 대화한다.
- 대상자의 말을 잘 이해했음을 확인시켜 준다.
- 의사소통에 도움을 주는 보조수단을 사용한다.
〈예〉 게시판, 그림 등

3) 대상자가 이해할 수 있도록 말하고 안심하도록 함께 한다.

치매 대상자는 물건을 잃어버리고 주변 사람들을 의심하거나, 자꾸만 다른 곳에 가겠다고 집을 나가려고 하거나, 밥 먹은 것을 잊어버리고 밥을 달라고 재촉하는 등 기억력 장애로 인한 문제 정신행동증상 등이 나타날 수 있다.

〈예〉 대상자가 물건을 잃어버리거나 놓아둔 곳을 잊어버려 주변 사람들을 의심하면 요양보호사는 부정하거나 설득하려 하지 말고, 물건이 보이지 않는 것을 현실적으로 인정하고 받아들여서 ‘서랍 속은 찾아 보셨어요?’ 하면서 함께 찾아보고 대상자를 안심시킨다.

4) 대상자의 속도에 맞추고 반응을 살핀다.

치매 대상자 대부분은 동작이 느리고 말과 행동이 일치하지 않기 때문에 대상자의 속도에 맞추어 천천히 대하고 대상자가 반응할 때까지 기다린다.

목소리는 낮은 음조로 천천히, 차분히, 상냥하고 예의바르게 하고, 그 때마다 대상자의 반응을 살핀다. 너무 큰 목소리로 말하거나 목소리의 톤을 높이면 대상자는 말하는 사람이 화가 난 것으로 여길 수도 있다.

5) 어린이 대하듯 하지 않고 정중하게 대한다.

치매 대상자를 대할 때에는 어린이에게 이야기하는 것처럼 말하지 않으며 반드시 존칭어를 사용한다. 명령하는 투로 말하지 않으며 부정형 문장보다는 긍정형 문장을 사용한다.

〈예〉 ‘밥 맛있어?’가 아닌 ‘식사는 맛있게 하셨나요?’의 표현이 좋다.

〈예〉 ‘또 소변 보시게요?’가 아닌 ‘화장실 가고 싶으세요?’로 표현한다.

6) 반복적으로 설명한다.

치매 대상자는 인지기능 저하로 상대방의 말뜻을 이해하지 못하고 자기 마음대로 판단할 수 있다. 이러한 경우에는 다시 의미를 충분히 설명하고, 대상자가 이해하지 못하면 반복하여 설명한다.

치매 대상자가 질문에 대해 답을 할 수 없어 좌절감을 느낄 수 있으므로 ‘왜?’라는 이유를 묻는 질문보다는 ‘네’, ‘아니요’로 간단히 답할 수 있도록 질문한다.

〈예〉 ‘점심에 반찬이 뭐였지요?’가 아닌 ‘오늘 점심 맛있으셨나요?’으로 질문한다.

‘산책 가려는데요. 어디가 좋으시겠어요?’가 아닌 ‘지금 앞 공원에 산책 가려는데 어떠세요?’라고 질문한다.

7) 대상자를 인격적으로 대한다.

치매 대상자가 심각한 언어장애를 가진 치매 대상자라도 요양보호사의 말을 이해하고 듣고 있다고 생각하며 존중하는 태도를 유지한다. 의사소통을 할 때는 치매 대상자의 눈높이에 맞추어 웃는 표정으로 천천히 말을 한다.

〈예〉 ‘대상자와 함께 있으면서 마치 없는 것처럼 혼자 이야기하는 것은 대상자에 대한 실례이다.

〈예〉 ‘심청 어르신’ 등 대상자가 좋아하는 존칭을 사용한다.

〈예〉 음악이나 TV 소리를 크게 틀어두는 것과 같이 의사소통의 부적절한 환경을 조성하지 않는다.

8) 간단한 단어 및 이해할 수 있는 표현을 사용한다.

치매 대상자에게 한 번에 여러 가지 말을 하면 혼란스러워한다. 한 번에 한 가지씩만 질문하되 간단하고 명료한 단어를 사용하고, 쉬운 단어와 짧은 문장을 사용한다. 대상자가 판단이 가능하면 선택할 수 있는 내용을 간단하고 확실하게 제시한다. 대명사(그 사람, 저것, 거기)보다는 명사(의자, 손자, 욕실 등)를 이용하여 의사소통한다.

〈예〉 ‘오늘 점심은 미역국입니다.’ (끓고) ‘미역국 좋아하세요?’

‘앞에 가게에 마늘 사러 갑니다.’ (끓고) ‘함께 가시겠어요?’

‘목욕물을 준비했습니다.’ (끓고) ‘지금 목욕하시는 것 어떠세요?’

9) 대상자에게는 한 번에 한 가지씩 설명한다.

치매 대상자는 몇 가지 일을 동시에 해야 하는 경우 이를 모두 기억하지 못하며 내용을 이해하지도 못해 엉뚱한 행동을 할 위험이 증가하므로 한 번에 한 가지씩 설명한다.

〈예〉 ‘식사하신 후에 양치질하시고 외출해요’보다는 ‘식사하세요’, ‘양치하세요’, ‘외출해요’라고 한 번에 한 가지씩 차례로 이야기한다.

10) 가까운 곳에서 얼굴을 마주보고 말한다.

치매 대상자는 시력과 청력에 장애가 있는 경우가 많으므로 가까이서(1m 이내) 말하는 것이 좋다. 또한 대화에 집중하고 있다는 것을 보여주기 위해 얼굴을 마주보고 말하는 것이 좋다. 대상자를 뒤에서 부르거나, 걷고 있을 때 말을 걸면 신체의 균형을 잃어 넘어질 우려가 있다. 또한 무언가에 관심을 보이고 있을 때 말을 걸면 대상자가 듣지 못할 수도 있으므로 기다렸다 말을 건다.

〈예〉 ‘심청 어르신. 여기 의자에 앉으세요.’, ‘할 말이 있어요.’ 등으로 가까운 곳에서 대상자의 안전한 상태를 확인하고 마주보고 말한다.

〈예〉 ‘보청기 하셔서 잘 들리세요?’, ‘안경을 끼셨네요.’ 등 보조기기를 착용했는지 확인한다.

11) 항상 현재를 알려 준다.

치매 대상자에게 접근할 때는 주의를 끌기 위하여 이름을 부르고 자신이 누구인지 밝힌다. 일상 생활을 할 때도 ‘아침 8시예요, 아침 식사 하세요’, ‘밤 10시예요, 주무세요’라고 말하며 항상 현재 상황을 알려준다.

치매 대상자와의 효과적인 대화의 예

- ① 요양보호사 자신을 밝힌 후, 치매 대상자 이름을 부르면서 대화를 시작한다.

〈예〉 좋은 아침입니다. ○○○님. 저는 요양보호사인 ○○○입니다.

- ② 간결하고 구체적인 문장을 사용한다.

〈예〉 저는 ○○○입니다. 할머니 목욕을 도와드리러 왔습니다.

12) 일상적인 어휘를 사용한다.

치매 대상자와 말할 때는 유행어나 외래어를 사용하지 말고, 일상적인 어휘를 사용한다. 대상자가 들어보지 못한 낯선 어휘는 대상자를 불안하게 할 수 있고, 자신과 말하고 있는 상대방이 누구인지를 잊어버릴 수도 있다. 때로는 고향사투리로 말을 걸어 보는 것이 좋은 방법이 될 수도 있다.

〈예〉 ‘어르신, 완전 대박’, ‘저 분은 TMI’, ‘할배, 영할 때 차도남’ 등은 사용하지 말고 일상적인 어휘를 사용한다.

〈예〉 ‘더 드릴까요?’ 등 고향말을 사용하는 것도 좋은 의사소통 방법이 될 수 있다.

13) 과거를 회상하게 유도한다.

치매 대상자는 지난날을 회상하면서 자신을 되찾고 불안한 감정을 가라앉힐 수 있다. 옛날에 즐겨 부르던 노래를 부르거나 옛일을 회상하며 대화를 이끌어 나가는 것이 인지기능 유지나 심리적 안정면에서도 도움이 된다.

〈예〉 ‘어르신, 함경도에서는 겨울에 무엇을 하고 노셨어요?’, ‘목포에서는 김장을 담글 때 무엇을 넣나요?’, ‘동백아가씨 노래 좋아하세요?’ 등의 회상적인 주제는 흥미를 유발하는 계기가 되기도 한다.

나. 비언어적인 의사소통

1) 언어적인 표현 방법과 적절한 비언어적인 표현 방법을 같이 사용한다.

소리가 잘 안 들리는 대상자에게는 손짓, 발짓으로 표현하고, 앞이 잘 안 보이는 대상자에게는 말과 함께 소리로 표현해 주어야 한다.

〈예〉 세수했는지를 물어볼 때, 세수하는 몸동작을 하면서 질문한다.

〈예〉 ‘어르신, 오늘 점심 불고기 맛있었지요?’ 라고 말하며 손가락으로 OK표시를 하여 의향을 물어 본다.

2) 신체적인 접촉을 사용한다.

대상자와 눈을 맞추고 미소를 지으며 대상자가 좋아하면 손이나 어깨를 감싸는 등의 신체적 접촉을 한다. 그 밖에 부드럽고 따뜻하게 손을 잡아 주거나 눈맞춤, 고개를 끄덕이는 행동을 통하여 대상자의 기분을 이해하고 있다는 것을 표현한다.

3) 치매 대상자의 비언어적인 표현 방법을 관찰한다.

대상자에게서 나타나는 모든 비언어적인 표현 방법을 면밀히 관찰한다.

〈예〉 얼굴 표정, 신체의 움직임, 눈빛, 손과 몸의 움직임 등

4) 필요하면 글을 써서 의사소통한다.

말을 걸어도 알아듣지 못하는 경우에는 글을 사용해서 의사소통을 한



꼭 알아두기

치매 대상자에게 신체적 언어를 사용할 때 유의 사항

- 정면으로 마주보며 이야기한다.

- 눈높이를 맞추고 이야기한다.

〈예〉 눈높이를 맞추기 위해 무릎을 꿇는 자세를 취하기

- 치매 대상자가 위협을 느끼는 자세를 취하지 않는다.

〈예〉 대상자보다 높은 위치에서 팔짱을 끼거나 주먹을 쥐는 자세

- 치매 대상자에게 관심을 보인다.

〈예〉 미소를 짓거나 손잡기

- 치매 대상자에게 접근할 때 앞에서 다가간다. 뒤에서 다가가면 대상자가 놀랄 수 있다.



참고

치매 대상자 행동관찰의 중요성

- 대상자의 모든 행동에는 이유가 있으므로 대상자가 보여주는 미세한 신호들을 놓치지 않도록 한다. 이런 신호들을 발견하면 반드시 의미를 확인한다.

〈예〉 침대에 누워있다가 자세가 바뀔 때 얼굴을 찌푸린다면, 욕창이나 근육통 때문일 수 있다.

다. 글로 써서 의사소통을 할 때에는 반드시 주어를 포함하고, 요점을 명확하고 간결하게 써야 한다. 또한, 대상자가 쉽게 피곤해지기 쉬우므로 긴 대화는 피한다.

5) 언어 이외의 다른 신호를 말과 함께 사용한다.

손가락으로 물건을 가리키는 것, 대상자의 손을 이끌어 지적하는 것 등 말이 아닌 다른 신호를 말과 함께 사용한다. 먼저 신호를 보여주고 나서 대상자가 따라 하게 한다.

6) 대상자의 행동을 복잡하게 해석하지 않는다.

대상자가 이해하는 것은 요양보호사가 이해하는 것과 다를 수가 있고, 치매 대상자의 신체적 언어가 대상자의 의도를 전부 대변하는 것은 아닐 수 있으므로 복잡하게 해석하지 않는다.

2. 치매 단계별 의사소통 문제

가. 초기

- ① 대상자는 일관성 및 연결성이 손상되어 자주 확인하고 설명을 요구한다.
- ② 대화의 주제가 자주 바뀐다.
- ③ 사용하는 어휘의 수가 점차적으로 줄어든다.
- ④ 물건이나 사람의 이름을 부르는 것이 어렵다.
- ⑤ 과거, 현재, 미래 시제를 올바르게 사용하는 것을 어려워한다.

〈예〉 대상자 : ‘그것 어디 있지?’

아들 : ‘그것이라니요? 뭐요?’

대상자 : ‘그것 있잖아. 내가 항상 가지고 다니는 것’

아들 : ‘항상 가지고 다는 것이요?’

대상자 : ‘그래 그래, 그것’

아들 : ‘아. 핸드폰이요?’

대상자 : ‘그것 말고 있잖아?’

아들 : ‘아! 혹시 지갑이요?’

대상자 : ‘그래 그래 지갑 지갑...’

나. 중기

- ① 애매모호한 내용을 이야기한다.
- ② 일관성이 없어지고, 혼동이 증가한다.
- ③ 대화의 주제가 제한된다.
- ④ 불특정 다수를 지칭하는 용어(이것, 그들, 그것)의 사용이 증가한다.
- ⑤ 사용하는 어휘의 수가 초기 치매 단계보다 줄어든다.
- ⑥ 올바른 이름을 지칭하지 못하는 ‘명칭 실어증’을 보인다.
- ⑦ 대화 중에 말이 끊기는 횟수가 증가한다.
- ⑧ 적절한 어구를 사용하지 못하는 경우가 늘어난다.
- ⑨ 부적절한 명사, 부정확한 시제를 사용하는 경우가 늘어난다.

〈예〉 요양보호사 : ‘윗도리가 좀 지저분하네요. 윗도리 갈아입으시지요.’

대상자 : ‘바지가 지저분해? 갈아입어?’

〈예〉 요양보호사 : ‘옆집 아주머니는 참 좋은 분이시네요.’

대상자 : ‘뭐? 옆집 아지랑이가 좋아?’

다. 말기

- ① 의사소통을 유지하는 데 어려움이 있다.
- ② 말이 없어진다(무언증).
- ③ 대화할 때 시선을 맞추는 것을 어려워한다.
- ④ 사용하는 어휘의 수가 현저하게 적다.
- ⑤ 올바른 이름을 사용하는 것이 더욱 어려워진다.
- ⑥ 자발적인 언어표현이 감소되어 말수가 크게 줄어든다. 심하면 스스로는 말을 안 하고 앵무새처럼 상대방의 말을 그대로 따라한다.
- ⑦ 발음이 부정확하여 치매 대상자의 말을 이해하기 어렵고, 치매 대상자는 다른 사람들이 이야기한 것을 제대로 이해하지 못한다.

〈예〉 요양보호사 : ‘어르신 물 드릴까요?’

대상자 : ‘어르신 물...’

3. 치매 단계별 의사소통 방법

가. 초기

- ① 간단하고 직접적인 언어로 요점을 설명하고 구체적으로 표현한다.
- ② 대상자가 집중력이 높은 시간대를 파악하여 대화한다.
- ③ 유사한 의미의 다른 언어를 이야기해 준다.
- ④ 대상자가 요청하기 전에 구체적인 방법과 정보를 제공한다.
- ⑤ 대상자가 응답할 시간을 충분히 준다.
- ⑥ 외래어나 약어로 된 단어는 사용하지 않는다.
- ⑦ 대화 내용을 요약정리하고, 중요한 내용은 반복한다.
- ⑧ 대상자가 과거의 긍정적인 기억이나 사건을 회상하도록 돕는다.
- ⑨ 대상자가 감정 상태를 표현할 수 있도록 돕는다.
- ⑩ 대상자를 돕고자 하는 마음을 표현한다.

나. 중기

- ① 대상자와 눈을 마주치며 이야기를 한다.
- ② 길고 복잡한 문장은 피하고, 대화 주제를 갑자기 바꾸지 않는다.
- ③ 대상자에게 친숙한 물건을 활용한다.
- ④ 의사소통의 내용을 이해하고 있다는 것을 확인시켜 준다.
- ⑤ 대상자가 반응할 때까지 기다려 준다.
- ⑥ 대상자가 반응하지 않으면 반복하여 질문한다.
- ⑦ 같은 표현을 반복하기보다 같은 의미의 다른 용어와 좀 더 단순한 표현을 사용한다.
- ⑧ ‘그’ 혹은 ‘그 사람’과 같은 불특정 인칭대명사나 명사보다는 대상자의 이름을 사용한다.
- ⑨ 대상자가 자주 사용하는 단어와 문구를 활용한다.
- ⑩ 친숙한 활동을 통해 대화를 시도한다.
- ⑪ 대상자의 방에 있는 물건마다 이름표를 붙인다.
- ⑫ 대상자의 행동을 개인적인 의미로 받아들이지 않는다.
- ⑬ 대상자의 말을 경청하고 대상자의 말을 반복해서 이야기한다.
- ⑭ 이용 가능한 모든 단서를 활용한다.
- ⑮ 격려하고 칭찬한다.

다. 말기

- ① 대상자를 마주보며 이야기한다.
- ② 대상자의 이름을 부르면서 이야기를 시작하고 요양보호사 자신의 이름을 말한다.
- ③ 대상자가 좋아했던 음악을 함께 듣고 책을 읽는다.
- ④ 편안하고 부드러운 모습으로 이야기한다.
- ⑤ 낮은 톤으로 다정하고 차분하며 천천히 분명하게 말한다.
- ⑥ 대상자가 응답하지 않더라도 계속해서 이야기한다.
- ⑦ 대상자가 모든 것을 듣고 있다고 가정한다.
- ⑧ 방 안에 아무도 없는 것처럼 이야기하지 않는다.
- ⑨ 신체적 접촉을 적절히 활용하며, 대상자의 비언어적 메시지를 확인한다.
- ⑩ 대상자가 이야기하는 모든 것에 반응한다.
- ⑪ 대화가 끝난 뒤에는 항상 마무리 인사를 한다.

식사를 계속 달라고 하는 경우

〈사례〉

80세의 김 씨 할머니는 금방 식사를 하였는데 먹지 않았다고 몇 번이고 밥을 달라고 한다. 며느리는 할머니에게 “한 시간 전에 드셨잖아요.”라고 말했지만 할머니는 막무가내로 밥을 달라고 재촉한다.

〈대처방법1〉

대상자는 체험한 것을 잊어버리고 있다. 그럴 때는 대상자 입장에서 납득이 가는 언행이 무엇일지 생각해 본다. 위의 경우에는 “점심을 준비하고 있으니 잠시 기다려주세요”라고 말하는 편이 훨씬 효과적이다. 또한 대상자가 계속 납득을 하지 못하는 경우에는 조금 시간을 두었다가 반응하거나 사람들이 교대하여 이야기하는 것이 좋다.

〈대처방법2〉

식사 후 금방 밥을 다시 달라고 재촉하는 대상자의 경우에는 식사 준비를 함께 하는 것을 하나의 프로그램으로 진행하는 것도 좋은 방법이다. 또한 식후에 양치질을 함으로써 식사를 마쳤음을 인식하도록 하는 것도 좋은 방법일 수 있다.

〈대처방법3〉

식사 후 금방 밥을 달라고 재촉할 때 대상자가 진정 원하는 것이 식사인지 생각해 볼 필요가 있다. 과거에 식사 후에 하는 일과가 있었으면 그 일과를 하도록 지원하는 것이 좋을 수 있다. 혹은 식사 후 잠시 쉬고 난 후에는 무로하지 않도록 식사 후 산책을 하거나 소일거리를 하는 것도 방안일 수 있다.

사고 위험

〈사례〉

86세의 대상자가 며느리와 산책을 하고 있었다. 반대편의 이웃 사람이 걸어오면서 “할머니, 안녕하세요?” 라고 큰 소리로 인사를 하자 할머니가 갑자기 길을 건너려고 해서 사고를 당할 뻔하였다.

〈대처방법1〉

치매 대상자와 대화할 경우 적어도 1m 이내 가까이 다가서서 대상자의 눈을 보면서 말을 걸어야 한다. 치매의 정도, 이해력, 시각, 청각, 언어의 정도와 의사소통 장애를 올바르게 평가하여 가장 효과적인 위치에서 대화를 시도하는 것은 갑작스럽게 발생할 수 있는 사고 위험을 줄이는 방법이다.

〈대처방법2〉

이웃의 큰 인사소리에 치매 대상자가 길을 건너려고 해서 사고가 날 뻔 했다면, 향후에 머느리는 길에서 조금 떨어진 곳에서 대상자와 대기하며, 이웃이 걸어오면 먼저 가볍게 인사하여 대상자에게 사전에 인식을 시켜주는 것도 방안일 수 있다.

〈대처방법3〉

이웃을 만나 먼저 인사를 해주는 친절에 감사의 마음을 전한다. 그리고 시어머니의 치매 상태를 설명하고 조금 작은 소리로 얼굴을 보며 천천히 인사해 주시길 바란다고 설명한다. 이웃을 만나 먼저 인사를 해주는 친절에 감사의 마음을 전한다. 그리고 시어머니의 치매 상태를 설명하고 조금 작은 소리로 얼굴을 보며 천천히 인사해 주시길 바란다고 설명한다.

치매 대상자가 자존심이 상한 경우**〈사례〉**

72세의 김 씨 할머니는 남편과 딸과 셋이서 살고 있다. 할머니는 젊을 때부터 요리를 잘하여 치매로 진단받은 후에도 간단한 요리를 해왔다. 그러나 치매가 진행되면서 국물 맛을 내는 것을 잊어버려 된장국 맛이 변하게 되었다. 어느 날 딸이 “엄마! 이제 맛이 없으니까 이제 음식하지 마세요”라고 하였고, 할아버지도 비슷한 말을 하였다. 김 씨 할머니는 그 말에 화가 나서 방문을 닫고 식사를 전혀 하지 않았다. 김 씨 할머니는 요리에 자신이 있어 치매가 진행되어도 노력해 왔는데 가족 때문에 자존심이 상하고 우울상태에 빠진 것이다.

〈대처방법1〉

대상자는 잘못된 행동에 대해 꾸중을 듣거나 질책을 받으면 그 원인은 잊어버려도 굴욕감은 남아 우울한 상태가 유발되고 때로는 공격적으로 변할 수 있다. 사소한 언동이 대상자의 자존심을 상하게 할 수 있으므로 유연하고 임기응변적인 태도로 대상자에게 맞춰가는 것이 바람직하다. 치매 대상자의 자존심을 손상하게 하지 않으려면 잘못된 행동을 하였더라도 위험하지 않은 상황이면 수용하는 것이 좋다. 비난하거나 부정하고, 정정하려 들고, 이론적으로 설명하고, 설득하고, 강제로 지도하는 것은 효과가 없을 뿐 아니라 또 다른 문제를 유발할 수 있다.

〈대처방법2〉

요리는 치매 대상자에게 매우 좋은 인지활동프로그램이다. 양은 어떻게 할지, 어떤 요리를 어떤 맛으로 만들지를 고민하고 시장을 보고 요리를 한다. 요리 후에는 식사 준비를 하고 가족이 맛있게 먹는 것을 보며 행복과 자존감을 느낀다. 따라서 치매로 인하여 다소 실수가 있다고 해도 요리를 계속하는 것이 중요하며 요리를 계속하기 위해서는 딸이나 남편 혹은 요양보호사가 곁에서 실수할 것 같은 부분을 지원하며 요리를 완성하도록 돕는 것이 좋다.

〈대처방법3〉

치매가 많이 진행되어 요리를 돕는 것도 어려워지면 시장을 함께 가거나, 요리를 하는 옆에서 맛을 보시거나, 요리하는 근처에 앉아서 하는 모습을 보게 하고 천천히 대화를 이어가는 것도 정서적인 안정감을 줄 수 있다.

혼자서 집을 나가 길을 잃은 경우

〈사례〉

70세 할머니가 74세 할아버지에게 옷을 입히면서 “10시 되면 병원에 가야 하니까 양말을 벗으면 안 돼요”라고 말했다. 그러나 할머니가 아침 설거지를 하는 사이에 할아버지는 병원에 간다고 집을 나가서 길을 잃고 말았다.

〈대처방법1〉

치매 대상자에게 한꺼번에 여러 가지 이야기를 하면 혼란이 오기 때문에 정보를 전달할 때는 단순한 내용으로 분리하여 하나씩 전달해야 한다. 당장 해야 할 일만 간결하게 전하고 앞으로의 계획은 전하지 않는 것이 좋다.

〈대처방법2〉

할머니가 할아버지의 급한 성격을 이해하고 있었다면, 할아버지에게 옷을 입히면서 “함께 병원에 가요. 설거지 하는 것 좀 도와주세요.”라고 말하고 옆에 함께 있게 하는 예방적 관점에서의 방법도 있을 수 있다.

〈대처방법3〉

할머니가 할아버지의 급한 성격을 이해하고 있었다면, 함께 TV를 보다 병원에 함께 다녀와서 설거지를 하는 것도 생각할 수 있는 대응방법이다.

〈참고문헌〉

- 가혁. (2021). 노인요양원 지침서, 제2판. 경기도 : 군자출판사.
- 가혁, 원장원. (2021). 요양병원 진료지침서, 제4판. 경기도 : 군자출판사.