

Clerkship in Yale New Haven Hospital : A new experience and insight

의대 4학년 지성인

Background :

저는 공군사관학교를 졸업 후 공군 장교로 임관하였으며, 현재는 의대 위탁과정 중으로 군 의관이 되기 위해 서울대 의대에서 공부하고 있습니다. 군의관을 지원하게 된 이유는 군인들의 자살, PTSD 등의 정신적인 문제에 대해 공부하고 그들에게 도움을 주고 싶었기 때문입니다.

5년 간의 군생활 중에 누구보다 강인했던 선배들이 우울증으로 자살하는 경우도 있었고, 항공기 사고로 존경하는 교관님과 선배님이 순직하시고 남은 가족들과 동료들이 힘든 시간을 보내는 것을 지켜보아야했습니다. 또한 천안함 폭침사건, 연평도 포격사건, 예비군 총기난사사건, 목함지뢰사건 등 끊이지 않는 가슴 아픈 사건들 속에서 생명을 잃은 분들 뿐만 아니라 생존자 그리고 그 가족들까지도 치료가 필요한 피해자임을 알 수 있었습니다. 또한 1년간 신병훈련대대 중대장으로 복무하면서 젊은 청년들이 군에 입대하여 스트레스를 견디기 어려워하고 자살시도까지 하는 것을 보게 되었고, 군인들의 스트레스 관리와 자살 예방이 얼마나 중요한지 생각하게 되었습니다.

휴전 중인 우리나라와 달리, 전쟁을 지속중인 미국은 군인들의 정신과적 문제를 중요한 사회적 문제로 여기고 많은 전문가들이 연구하고 있습니다. 특히 미 공군의 AFSPPP(Air Force Suicide Prevention Program)는 1990년대 중반부터 연구를 시작한 community-based prevention 이며, 전세계적으로 참고가 되고 있는 과학적으로 입증된 자살예방 프로그램입니다. 이러한 미국의 advanced psychiatric system 을 눈으로 보고 싶었습니다. 훗날 우리 군에 큰 도움이 되는 경험이 될 것이라 생각하였습니다.

이번 해외의학연구 기간 동안에는 공식적으로 Yale New Haven Hospital 의 Psychological Medicine & VA Connecticut Healthcare system 에서 4주간 clerkship 을 진행하였고, Uniformed Services University 의 PTSD animal experiment laboratory 그리고 University of Rochester 의 정신과에 방문하는 기회를 가졌습니다.

Experience :

Yale New Haven Hospital

Dr. Hochang Benjamin Lee 와 Dr. Teofilo E. Matos Santana 의 Psychological Medicine department 에서 4주간 clerkship 을 진행하였습니다. 특히 consultation team 에서 다양한

환자를 interview 하고 discussion 하는 기회를 가졌습니다. Social worker, APRN, psychiatrist, psychologist, chaplain 이 한 팀으로 움직이며 환자에 대한 통합적 care 를 제공하는 것을 볼 수 있었습니다.

또한 여러 Clinic 과 round 에 참여하면서 다양한 질환의 환자에 대한 접근법을 배울 수 있었고, intensive lecture 를 통해 중요한 정신과 질환에 대하여 자세히 배울 수 있었습니다. 나아가 작년 본과 3 학년 실습 경험을 바탕으로 우리와 다른 의료제도를 가진 미국의 정신과를 참관하면서 어떤 점이 다른지 비교해보는 좋은 기회가 되었습니다.

1) PTSD

한국에서 보기 어려웠던 PTSD 환자들을 만나고 interview 하면서, 환자들이 겪는 증상에 대해서 직접 들을 수 있었습니다. 또한 많은 환자가 depression/substance use disorder/anxiety disorder 를 동반하는 것을 확인하였습니다. 이에 대하여 정신과 의사가 어떤 attitude 와 interview skill 을 가지고 접근해야 하는지 배울 수 있었고, 치료 과정을 경험하였습니다.

제가 interview 했던 한 환자는 10 년 전 gang 에 속해서 활동했던 사람이었습니다. 본인은 그만두고 싶었지만 빠져나오기 쉽지 않았고, 지금은 여러 가지 신체적 장애를 동반한 환자였습니다. Gang 생활이 trauma 가 되어 지금까지 악몽에 시달리고, TV 에서 전쟁이나 싸우는 장면이 나오면 채널을 돌리는 avoidance 양상을 보였습니다. 또한 길을 걷는 중에 환자 뒤에 다른 사람이 있는 것을 견디지 못하고, 집을 포함한 어느 장소에 가더라도 경계하고 출입구와 창문을 계속 확인하는 습관이 있어 일상생활이 힘든 환자였습니다. 이 interview 를 통해 경계심이 높은 PTSD 환자에게 조심스럽게 다가가는 것이 어렵다는 것을 느꼈고, 환자의 이야기를 통해 PTSD 라는 것이 얼마나 고통스러울지 생생하게 느낄 수 있는 기회였습니다.

Cognitive process therapy 는 PTSD 환자들에게 1st treatment 입니다. PTSD 관련 경험이 많은 Dr. Matos Santana 로부터 실제 치료 사례를 듣고, CPT 에 대해 배우는 소중한 시간이었습니다. 미국에서는 VA hospital 에서 정신과 레지던트를 대상으로 CPT training 을 실시하며, 온라인으로 PTSD 환자와 마주치는 의료인들에 대하여 여러가지 조언을 제공하는 것을 알 수 있었습니다.

또한 PTSD-Ketamine clinical research 가 활발히 이루어지는 것을 경험하였습니다. NMDA antagonist 로 작용하는 ketamine 이 acute PTSD symptom 에 효과가 있다는 것이 밝혀지면서 미국에서 현재 off-label 로 널리 사용되고 있는 실정입니다. 하지만 아직까지 Ketamine 의 Long term effect/side effect 가 Controversial 한 상태입니다. VA connecticut Healthcare system 에 방문하여 veteran 을 대상으로 이에 대한 clinical study 가 진행되고 있는 것을 볼 수 있었습니다.

2) Substance use disorder

현재까지 한국에서는 substance use disorder 는 흔하지 않은 문제이지만, 점차 증가 추세에 있으며 이에 대한 사회적, 의료적 관심이 필요할 것이라고 생각합니다. 미국에서는 substance use disorder case 가 굉장히 많았고, 생각하지 못했던 다양한 약물이 남용되고 있다는 것이 흥미로웠습니다. Cocaine, Marijuana 등의 마약류 뿐만 아니라 약국에서 쉽게 구할 수 있는 antihistamine 까지 남용되고 있다는 사실이 놀라웠습니다. 이러한 부분에서는 먼저 의심하고 환자에게 질문하는 것이 중요하다는 것을 배웠습니다.

더불어 실습기간을 통해 정신과 의사로서 약물중독 환자를 치료하기 위해서는 polypharmacy/comorbidity/Drug-drug interaction 에 대한 이해가 필요하다는 것을 배웠습니다. 또한 substance use disorder 환자들은 Compliance 가 굉장히 중요합니다. 꾸준한 치료를 위해 필수적인 motivational interview 에 대해서 경험하고, 어떻게 치료를 진행하는지 배울 수 있었습니다.

3) HIV

한국에서는 HIV 유병률이 상대적으로 낮을 뿐더러 정신과에서 HIV 환자를 care 한다는 것은 보지 못했었습니다. 그러나 미국에서 HIV 는 심각한 문제이며 HIV clinic 이 따로 존재하는 것을 알 수 있었습니다.

특히 최근에는 Anti-retrovirus treatment 가 개발됨으로써 HIV 환자들의 수명이 연장되면서, HIV virus 가 미치는 chronic 영향에 대한 연구가 진행되고 있습니다. HIV 는 특이하게도 brain 에 chronic inflammation 을 유발하면서 기존의 dementia 와 다른 증상을 보이는 HIV associated dementia/cognitive impairment 를 일으킨다는 연구 결과가 주목받고 있습니다.

미국에서는 HIV 유병률이 높으며, HIV 환자를 치료함에 있어서 특별한 관심이 필요하기 때문에 병원에 별도의 HIV clinic 이 존재하였습니다. HIV 환자들은 정신과적 질환의 comorbidity 가 높기 때문에 HIV clinic team 에 정신과 의사가 속하여, 함께 치료를 진행하는 것이 흥미로웠습니다.

특히 HIV clinic 에서는 의사와 환자간의 rapport 가 중요하였습니다. 환자와의 대화를 통해 심리적인 불안요소가 무엇인지 찾아내고, compliance 를 유지할 수 있도록 emotional support 를 제공해주는 역할이 중요하다는 것을 알 수 있었습니다.

Uniformed Services University – PTSD laboratory

Dr. Choi Kwang 의 PTSD-Ketamine animal study 를 참관하였습니다. 짧은 기간이었지만 이전에 연구 경험이 없는 저에게는 소중한 시간이었습니다. Rat 을 이용하여 fear conditioning 을 형성하고, 약물의 효과와 부작용을 보는 정신과적 동물 실험을 경험하였는데, 이는 훗날 의학자로서 새로운 연구를 해나가는데 밑거름이 될 것입니다.

University of Rochester – Psychiatry department

미공군은 1990년대 중반부터 URCM과 함께 AFSPP(Air Force Suicide Prevention Program)를 시행하였습니다. 이는 Community based program으로 실제 자살률 감소가 입증된 자살 예방프로그램입니다.

URCM psychiatry department chair 이신 Dr. Eric Caine 교수님을 만나 뵙고 AFSPP에 대한 discussion을 나누었습니다. Leadership과 Data quality의 중요성, 민족적/집단적 문화특수성을 파악하는 것이 중요하다는 것을 배웠습니다. 자살 자체를 예방하는 것보다 자살에 이르게 유도하는 많은 정신과적 문제를 사전에 치료하는 upstream intervention의 중요성을 알게 되었습니다.

특히 Dr. Eric Caine은 홍콩과 중국에서 협력 연구를 진행한 경험을 바탕으로 아시아 문화의 특수성에 대해 설명해주셨습니다. 그 중에서도 한국은 경제적 소득이 증가함에도 불구하고 자살률이 증가하는 독특한 현상을 보인다고 하였습니다. 훗날 우리 군에 이러한 프로그램을 도입함에 있어서 한국의 사회문화적 특수성을 반드시 고려해야한다는 점을 알 수 있었습니다.

단순히 지식전달에서 그치는 것이 아닌 실질적인 행동의 변화까지 이끄는 효과적인 프로그램을 개발하기 위해 고려해야 하는 것들에 대해 배우면서 향후 의사로서 준비해야 할 것들을 생각해볼 수 있었습니다.

Review :

이번 미국 실습을 통해 미국과 한국의 정신의학이 어떠한 차이점을 가지는지 비교해볼 수 있었으며, 특히 PTSD, 불안장애 등 군인들의 정신질환에 대한 진보적인 접근방식을 경험할 수 있었습니다. 또한 퇴역 군인을 위한 veterans affairs medical center의 중대한 의료적 역할을 확인할 수 있었습니다.

다양한 방법을 동원하여 나라를 위해 싸운 군인들을 돕는 것이 인상적이었습니다. 온라인 웹사이트를 통해서도 이에 대한 정보를 쉽게 얻을 수 있고, 이들을 돌보는 의료인들에 대한 교육도 제공되는 것을 확인하였습니다. 이번 경험을 통해 우리 군의 의료 시스템을 보완하는 정책에 도움이 될 것이라고 생각합니다.

뿐만 아니라 이에 대한 동물실험 및 임상실험 과정에 대한 식견을 얻을 수 있었습니다. 부작용을 줄이고 치료 효과를 높이기 위해 다양한 시도가 이뤄지고 있으며, 현장에서 복무하던 군의관들이 연구에 직접 참여하여 현역 군인들의 치료연구에 도움을 주는 것을 볼 수 있었습니다. 앞으로 의학자로서 연구하는데 큰 도움이 될 것입니다.

미 공군의 AFSPP와 같이 군 정책에 있어서 의학적 연구가 collaboration을 잘 형성할 때 많은 군인들이 도움을 받을 수 있다는 것을 깨달았습니다. 가장 관심있었던 연구 담당자를 만나 생생하게 이야기를 듣는 경험을 할 수 있어서 큰 행운이었던 것 같습니다. 이를 바탕으로 향후 PTSD, 불안장애 등의 정신의학적 문제로 고통받는 우리 군인들에게 도움이 되는 psychiatric care system을 만들고, 지속적인 연구와 효과적인 정책을 수립하여 건강한 정신

을 가진 균을 만들고 싶습니다.

미국 경험이 없던 저로서는 미주 동창회 선배님들이 큰 힘이 되었습니다. 바쁘신 와중에도 저희를 만나기 위해 찾아와 주시고 격려해주셔서 정말 감사했습니다. 특히 뉴저지 모임에서는 많은 선배님들이 참석해주셔서 오랜 시간 동안 저희 질문에 답변해주셨습니다. 선배님들의 이러한 조언들이 실습을 시작하면서 큰 도움이 되었습니다.

잠깐 방문했었던 베데스다에서는 워싱턴, 버지니아 지역의 선배님들께서 자리를 마련해주셔서 이야기를 나눌 수 있는 소중한 시간을 가졌습니다. 또한 임종식 박사님께서도 직접 댁에 초대해주셔서 본인의 오랜 연구 경험과 삶의 지혜를 나눠 주셨습니다.

미국 전역에서 우리 선배님들이 척박한 환경을 이겨내시고 각자의 위치에서 훌륭하게 앞서가고 계시는 모습이 감명 깊었습니다. 또한 서울의대라는 인연으로 후배들을 챙겨주시는 마음에 저희 모두 크게 감동받았습니다. 모든 선배님들께 다시 한 번 감사드리고 싶습니다. 이번 실습을 통해 배우고 경험한 것들을 통해 우리 사회에 큰 도움이 되는 의사가 되도록 최선을 다하겠습니다.