【조울증(Bipolar Disorder)】

▶ 조울증이란

조울증은 조증 혹은 경조증과 우울증이 동반된 기분장애(mood disorder)를 말하며, 진단시에는 양극성 장애(Bipolar Disorder)라고 합니다.

정신질환에 대한 진단통계편람 DSM-IV에 의하면, "조증(mania)"이란 평상시와는 달리 기분이 좋고, 즐겁고, 고양된 상태를 말하며, 잘 아는 사람이 볼 때 이러한 기분상태가 지나치다는 것을 알게 됩니다. 비정상적으로 고조된 기분이 일상생활을 저해하고 입원을 해야 할 정도로 심각하다면 조증 에피소드로 볼 수 있고, 심각하지는 않지만 평소와 다르게 기분이 비정상적으로 고조되어 4일 이상 지속된다면 경조증 에피소드로 볼 수 있습니다.

또한, 조증은 아래의 진단기준 가운데 최소한 3개 이상을 만족시켜야 합니다.

① 지나친 자신감이나 과대사고
② 수면 욕구의 감소
③ 지나치게 말이 많음
④ 생각의 속도와 양이 지나치게 빠르고 많음
⑤ 주의집중이 안됨
⑥ 지나치게 증가된 활동이나 정신운동성, 초조
⑦ 즐거움을 추구하는 행동에 지나치게 몰두함

▶증상

조증 환자는 흥분되어 있고 이야기가 많으며 과잉 행동을 보이기도 합니다. 심한 경우 비정상적인 행동이 심해져 강제적인 입원이 필요한 경우도 있습니다. 대체로 기분이 고양되어 있으나 사소한 일에 분노를 일으키고 과격한 행동을 일으킬 수도 있습니다. 감정의 기복이 심해 즐거움에 웃다가 수 분 안에 짜증을 내고 우울해질 수도 있습니다.

말할 때 목소리가 크고 상대방의 이야기에 정상적인 소통이 어려울 정도로 끼어듭니다. 비정상적인 사고의 흐름으로 심한 경우 말하는 내용을 이해하기 어렵고 망상이나 환각이 나타나기도 합니다. 조증 환자들은 증상으로 거짓말과 속이기를 잘해 신뢰성이 떨어지며 적절한 판단 능력이 떨어져 경제적 문제 등 다양한 직업적 사회적 문제를 일으키고 충동 조절에 문제가 있어 본인이나 타인에게 해를 끼치기도 합니다.

▶조울증의 원인

조울증의 원인은 크게 생물학적 원인, 유전학적 원인, 내분비계의 원인, 사회 심리학적 원인으로 나뉠 수 있습니다. 여러 연구들에서 양극성 장애환자에서 뇌의 신경전달물질인 노어에피네프린, 도파민, 그리고 5-HIAA라는 물질이 조울증과 관련이 있다고 알려져 있습니다.

기타 생물학적인 가설로는 뇌의 호르몬조절이상, 24시간 생체시간의 조절 이상, 신경해부학적인 이상 등 여러 가설들이 있습니다. 유전적인 요소는 주요우울증보다 양극성 장애에서 더 중요한 역할을 하는 것으로 여겨집니다.

▶조울증의 치료

-급성 조증기 치료

조증기에는 대개 입원을 필요로 하는 경우가 많습니다. 특히 흥분상태가 심하거나 잠을 자지 못하는 경우, 치료를 거부하는 경우에는 입원치료를 고려하여야 합니다. 그러나 가벼운 흥분을 보이거나 경조증 상태일 때는 입원을 결정하기가 어렵습니다.

분위기를 바꾸거나 조용히 쉬게 해주고 각성하기를 권고하면 되는 것으로 오해하는 경우가 많습니다.

입원을 하지 않는 경우 불필요한 논쟁이나 대립을 피하고 음주, 낭비 혹은 충동적인 금전지출, 성적 문란 등을 잘 감독하여야 하며, 약물치료를 통해 증상이 악화되는 것을 막아야 합니다.

- 급성 우울기 치료

자살 위험이 높거나 불면증이 심하거나 식사를 거의 못하는 경우, 치료를 거부하는 경우에 는 입원 치료를 고려해야 합니다.

- 유지기 치료

조울증은 재발이 아주 흔한 병입니다. 제 1형의 경우에는 치료하지 않으면 일생 약 10번 정도 재발하는 것으로 알려져 있습니다 재발이 반복될수록 증상은 더 심해지고 치료가 어 려워지는 경향이 나타납니다.

다행히 기분 조절제들은 급성기 뿐만 아니라 재발을 방지하는데도 효과가 있습니다. 최근 연구에 따르면 리튬이나 발프로에이트 등은 신경세포를 재생해 주고, 보호도 해주는 것으로 밝혀지고 있습니다. 하지만 급성기 조증을 치료하는 것만큼 재발 예방효과가 완전하지는 않은 것으로 보입니다. 약을 복용하고 있더라도 약물 용량이 부족하거나 스트레스가 심하면 재발하는 경우도 꽤 있습니다.