

■ 세 미 나

좋은 가정의가 되기 위해서는: 지도전문의가 바라본 전공의 수련

이 정 권

성균관의대 삼성서울병원 가정의학과

가정의학을 자신의 전공으로 택한 모든 1년차 전공 의에게 축하인사를 드린다. 어떤 환경에 처해 있든지 최선을 다해 수련을 받는 이유 중에 큰 비중을 차지 하는 것은 “좋은 가정의가” 되기 위해서일 것이다. 학생교육과 전공의 교육을 담당하고 있는 교수로서, 스스로 좋은 가정의가 되기 위해서 아직도 노력 중인 임상의로로서, 또 이제 한 배를 타고 생활하게 된 의 사 동료로서 생각한 바를 몇 가지 밝힌다.

먼저 한 가지 질문을 스스로 해보자. 3년 후 수련 기간이 끝났을 때 어떤 의사가 되기를 바라는가? 여러분의 목표는 무엇인가? 구체적으로 3년 후 스스로 가 어떻게 변했기를 바라고 있는가?

흔히 목표라고 하는 말에는 세 가지 뜻이 모두 포 함되어 있다. 내가 노력해서 얻을 것은 무엇인가 (Goals), 그 것을 얻었을 때 내가 무엇을 이루고 성취 하는가 (Objectives), 그 곳에 가려면 어떤 방향으로 가야 하는가 (Aim)이다. 이렇게 구분해서 볼 때 여러분의 Goal 은, 개개인의 생각에 따라 달라질 수 있겠 지만 가정의학 전문의 취득이라고 뭉뚱 그러 볼 수 있겠다. 3년의 여정 후 도달할 목적지라고 말할 수 있겠다.

Objective는 가정의학 전문의가 되었을 때 성취해 야하는 여러분의 능력을 말한다. 가정의학 전문의라 는 목적지에 도착해보니 그 지역에서 어떤 것을 보고 얻을 수 있는가를 말한다. 이는 전공의 교육목표에 잘 드러나 있다. 전공의 교육목표는 “지역사회에서 흔히 발생하는 건강문제의 대부분을 해결할 수 있는 능력 있는 가정의학과 의사”를 양성함이다. 이를 위 해서 전공의 수련지침에는 모두 7가지의 세부 목표를

제시하고 있다. 환자를 제일 먼저 진료하는 일차의료 의사, 가족주치의로서 지속적이고 포괄적인 의료 제 공 능력, 정신사회적 진료 수행 능력, 질병예방과 건 강증진 진료 수행 능력, 지역사회 보건의료 사업에서 중심적인 역할 수행 능력, 적절한 의뢰와 상담 능력, 학술연구와 평생교육 자질이 그것이다.

가야할 목적지가 정해져 있고 그 목적지에 도달했 을 때 얻을 수 있고, 또 얻어야 하는 목표가 있다면 어떤 길로 어느 방향으로 가야 그 곳에 도달할지를 고민해야 하고 이것이 Aim에 해당하는 내용이다. Goal 과 Objective는 혹시 사람마다 모두 동일하지 몰 라도 Aim의 선택은 사람마다 다를 수 있다. “모로 가 도 서울만 가면 된다”는 속담처럼 서울로 가는 길은 제각각인 것이다. 하지만 가정의학과 의사를 자신의 평생 전공으로 택한 사람에게는 다음과 같은 수많은 자질을 바람직하게는 전부, 혹은 적어도 일부라도 키 워나가는 것이 가정의학 전문의가 된 후 교육 목표를 성취할 수 있는 올바른 방향이라고 생각한다.

-자신이 한번이라도 돌본 환자에 대해서는 질병의 유무, 경중을 떠나 계속해서 책임감을 가진다. 책임을 지는 것은 피로운 일이며 회피하고 싶기도 하고 개인 의 헌신을 요구하는 것이지만 이를 기꺼이 받아들이 는 것은 의사로서, 가정의로로서의 성취를 향한 첫걸음 이다.

-환자와 그 가족에 대한 진정한 관심과 연민의 감 정을 잊어서는 안 된다. 의술은 인술이라고 한다. 맹 자의 말씀에 따르면 仁은 측은한 마음에서 생긴다(惻隱之心 仁之端也).

-끊임없는 호기심을 가져야 한다. 광범위한 임상

이정권: 좋은 가정의가 되기 위해서는: 지도전문의가 바라본 전공의 수련

학에 대한 흥미가 없으면 일차진료의사 능력을 갖기 힘들다. 수련 중 흥미 없고 힘든 분야가 있으면 왜 그렇게 느끼는지 스스로를 되돌아보는 습관을 가진다. 다양한 지적도전을 즐기고 새로운 기술에 대한 도전 욕망을 키운다.

-미분화된 의학 문제 해결을 위한 열성을 가져야 한다. 모호한 증상, 뚜렷이 드러나지 않은 증후, 제대로 정리가 안 되는 병력을 보더라도 확실한 패턴을 보여서 진단을 바로 붙이고 치료도 자신 있는 질병을 대할 때처럼 열성과 흥미를 가지고 대한다. 특히 질병의 초기 증상을 감별하는데 초점을 맞춘다.

-한 환자에서 발생한 건강 문제가 많다고 회피하거나 귀찮아하지 말고 그런 모든 문제를 풀어 가는데 오히려 재미를 붙인다. 이런 다양한 건강문제를 가진 사람을 내가 나서지 않으면 누가 돌볼까 하는 약간의 지나친 자신감도 때로는 필요하다. 필요한 경우에 전문 과목 의사 혹은 다른 자원에 의뢰하더라도 이런 여러 건강 자원의 조정자 역할을 기꺼이 맡는 태도를 키운다.

-전공의 생활 중 평생 교육의 기초를 닦는 데 게을리 하지 않는다. 성인교육은 스스로 공부할 것을 정해서 하는 학습(self-directed learning) 이다. 자신의 학습목표를 스스로 정하고 그런 학습목표를 이루는데 필요한 학습자원도 스스로 찾는 습관을 키운다. 학습 목표를 정하고 학습자원을 찾는데 동료와 선생의 조언을 받는데 인색해서는 안 된다. 동료와 선생과 대화하기를 즐겨하고 자신의 생각을 머리 속에 처박아 두지 말고 말로 드러내어야 한다(Think aloud). 자신이 무엇을 모르는 지 상대방이 알아야 도와줄 것이 아닌가?

-질병의 단기간 치료보다는 환자와 지속적으로 관계를 맺으면서 생기는 친밀한 관계로부터 더 큰 만족을 얻는다. 표피적인 의사-환자 관계가 아니라 자신의 안정감이 허물어지지 않는 한계 내에서 의사-환자 관계에 적극적으로 개입하고 지속적인 의사-환자 관계의 중요성을 인식해야 한다.

-환자를 전인적으로 대하고 일률적인 특정 질병 소유자가 아니라 개인의 특성에 맞춘 진료를 해야 한다. 사람은 신체와 감정, 그리고 사회적 요소의 복합체라는 사실을 한시라도 잊어서는 안 된다. 환자가 드러낸 증상과 증후는 겉으로 드러난 것일 뿐이다. 눈에

보이는 병산의 일각만이 아니라 뒤에 숨어 있는 거대한 환경을 동시에 보는 습관을 가진다.

-질병이 없더라도 건강 유지와 건강 증진에 대해 관심을 갖고 이를 환자에게 교육시키는 습관을 키운다. 어떻게 말을 구사할 것인가, 환자의 반응을 무엇으로 해석하고 나는 어떻게 응답할 것인가를 끊임없이 생각하고 연습한다.

-스트레스에 잘 대처하여야 한다. 순환교육과 각종 요구의 미충족에 따른 스트레스가 심각하지만 이에 잘 대처하여야 한다. 가족, 친지와 대화하면서 위로받기를 두려워해서는 안 된다. 또 동료와 대화하면서 환기(ventilation)하고 이런 어려움이 자신만의 문제가 아니라는 것을 인식한다. 가끔 쉬고 자기 시간을 갖는데 죄책감을 느낄 필요는 없다. 하루하루가 되는 대로 지나가는 것이 아니다. 시간 계획을 짜고 시간 관리 습관을 키워나간다.

의사-환자 관계는 크게 변화했고 앞으로도 계속 변화할 것이다. 이미 체감하고 있거나 앞으로 닥칠 의사-환자 관계의 변화를 유발하는 요인은 <표 1> 과 같다. 이런 의사-환자 관계의 변화를 초래할 요인을 숙고하고 예상하는 가운데 가정의학과 의사로서 살아남는 길이 보일 것이다. 또한 앞으로 수년 간 한국의료 체계는 대단히 불안정한 상태를 보일 것으로 예상

표 1. 의사-환자 관계의 변화에 미치는 요인들

소비자주의
병원중심진료대 지역사회 중심진료
예방과 환자 교육에 대한 관심증가
환자의 자기결정권 강조
증가하는 의료과외 소송
의료비 절감을 위한 행정조치 증가
첨단의료기술 이용 증가
다원주의
여성의 지위 변화
가정폭력에 대한 사회적 관심 증가
대체의료
환자동의를 강조
사회전문 집단의 지위 변화: 의학의 역할 감소와 타 전문영역의 확대
전문가 집단의 자정, 자율에 대한 도전

이정권: 좋은 가정의가 되기 위해서는: 지도전문의가 바라본 전공의 수련

된다. 여러 전문가 집단 사이의 갈등이 나타나거나 하면 전문가 집단 내의 분열도 보인다. 병의원은 기업과 같이 이익의 극대화를 위해 나설 것이며 초전문주의가 더 뚜렷해질 전망이다. 이런 역동성 속에서

실력을 연마하고 연구하는 자세를 가지면 모든 자원을 환자를 위해 동원하는 기본 태도를 유지하는 것이야말로 바로 여러분의 미래를 보장하고 동시에 가정 의학의 미래를 밝게 하는 것이다.