

언어 병리학 (Speech Pathology)

로열 노스 쇼어 및 라이드 병원 (Royal North Shore and Ryde Hospitals)

만성 연하장애를 위한 의사 결정

연하장애(Dysphagia)란 삼키는 데 문제가 있을 때 사용하는 용어입니다. 음식 그리고/또는 음료를 삼키는 것을 모두 의미할 수 있습니다. 일부 침을 삼키는 데 어려움을 겪는 분들도 있습니다.

연하장애로 인해 음식, 음료 또는 침이 ‘기도로 잘못 내려가’ 폐로 넘어가게 될 위험이 높아집니다. 이를 **흡인**이라고 하며 폐렴으로 이어질 수 있습니다. 때로는 불편함을 느낄 수 있습니다. 경우에 따라서는 전혀 이런 것을 알지 못할 수도 있습니다. 이를 **‘무증상 흡인’**이라고 칭합니다.

언어 병리학자는 다음과 같은 음식 및 음료를 선택할 수 있도록 돕습니다.

- 삼키기 쉬운 것
- 동시에 즐길 수 있는 것

언어 병리학자는 아래 있는 모든 항목의 균형을 찾는 데 도움을 드릴 것입니다.



진행성 연하장애에 적합한 음식/음료 선택은 무엇일까요?

만일 삼킴 문제가 심하거나 향상될 것 같지 않다면 언어 병리학자와 의사가 다양한 옵션을 제시할 수 있습니다. 그 예는 다음과 같습니다.

- 먹거나 마시지 않음: ‘금식’. 입 안을 깨끗이 하는 것이 중요합니다. 말기 환자가거나 연하장애가 심한 경우 좋은 옵션입니다. 그럼에도 여전히 폐렴으로 이어질 수 있는 흡인의 위험은 있습니다
- 더 부드러운 음식/겉쪽한 음료가 딱딱한 음식과 평범한 음료보다 더 다루기 쉬울 수 있습니다. 이는 흡인의 위험을 줄여줍니다. 음식 및 음료의 선택권이 줄어들 수 있습니다.
- **‘편안한 식사’ 또는 ‘삶의 질’ 식의 접근**
 - 원하는 대로 먹고 마십니다. 보통식을 선호하는 분들에게 적합할 수 있습니다 (다만 이것은 기침/숨막힘을 일으킬 수 있습니다).
 - 일상의 음식/음료 뿐 아니라 부드러운 음식/겉쪽한 음료를 동시에 먹고 마십니다. 원할 때 보통 음식과 음료를 먹고 마시기 원하는 사람들에게 적합할 수 있습니다 (다만 이것은 기침/숨막힘을 일으킬 수 있습니다).

언제 '편안한 식사'를 선택하게 될까요?'

다음과 같은 상황에서 이러한 접근법이 적절할 것입니다.

- 치료가 불가능한 질병
- 해결할 수 없는 심각한 삼킴 문제
- 부드러운 음식/겉쪽한 음료 등으로도 안전하게 삼킬 수 있도록 문제가 향상되지 않은 경우
- 튜브를 통한 음식 공급이 환우를 위한 최선책으로 여겨지지 않거나, 환우가 이를 원치 않는 경우
- 튜브를 통한 음식 공급이나 '금식' 상태 유지보다는 먹고 마시는 즐거움을 더 선호하는 경우

어떻게 최선의 결정을 내릴까요?

연하장애가 있을 때 먹고 마시는 데 있어 어떤 결정을 내리려면 많은 것을 고려해야 합니다. 사람마다 모두 다릅니다. 고려해야 할 사항은 다음과 같습니다.

- 의학적 질환 및 이것이 삶의 질에 미치게 될 영향
- 문화적, 개인적 및 종교적 신념
- 개인의 희망사항
- 돌봄의 목적

사랑하는 가족이 더 이상 안전하게 먹고 마실 수 없을 때 식사 관련 결정을 내리는 것이 가족들에게는 매우 힘들고 감정적인 일이 될 수 있습니다. 때로는 죄책감을 느끼기도 하고, 타인으로부터 압력을 느낄 수도 있으며, 환우가 바라는 것과 가족들이 원하는 것이 상충하는 것처럼 느끼기도 합니다. 의사 및 지원 의료팀 모두가 의사결정을 내리는 데 도움을 드릴 것입니다.

어떻게 위험을 줄일 수 있을까요?

- 구강 위생 유지 (예: 양치질 하기, 건조한 구강을 위한 스프레이 사용)
- 먹고/마시는 중에는 또렷한 정신으로 최대한 똑바로 앉은 자세 유지
- 스스로 식사하도록 권유 (가능하다면)
- 구강 섭취에 대해 당사자에 맞춤 (예: 한 번에 소량 제공 후 나머지 제공)
- 걷기 및 활동 유지 (가능하다면)
- 언어 병리학자의 삼킴 전략을 활용

누구에게 도움을 받을 수 있습니까?

- 언어 병리학자는 다음과 같은 도움을 드릴 수 있습니다.
 - 가장 안전한, 또는 가장 편안한 음식 및 음료 옵션 권고
 - 흡인의 위험을 줄이고 삼킴을 향상시킬 지원 전략
- 영양사는 영양/수분공급 최대화 및 입원 중 선호하는 음식/음료 제공을 도울 수 있습니다
- 의사는 치료 옵션에 대한 조언을 하고 적합한 서비스(예: 고통 완화 돌봄)를 직접 소개해 드릴 수 있습니다
- 간호 직원
- 고통 완화 서비스팀



Northern Sydney
Local Health District



추가 정보 사이트:

<http://www.hamiltonhealthsciences.ca/documents/Patient%20Education/FoodAndFluidEndOfLife-th.pdf>

<https://palliativecarensw.org.au/new/>

우려 사항이나 질문 사항이 있으시면, 다음 번호를 이용해 언어 병리학 부서(Speech Pathology Department)로 연락 주시기 바랍니다.

RNSH - 02 9463 1622

Ryde - 02 9858 7812

언어 병리학자(Speech Pathologist)

이름:

.....