

# 조현병에 관한 올바른 이해

## 찾아오시는 길



## 대중교통 이용안내

- 지하철 7호선 중곡역 하차 1번 출구, 진료소 방향으로 100m
- 버 스 320, 2012, 2227, 마을버스 3번 대원고교 앞 하차



주소 | 서울 광진구 용마산로 127 국립정신건강센터  
대표번호 | 02-2204-0114, 정신응급실 : 02-2204-0119

## 목차

01	조현병은 어떤 병이며 증상은 무엇인가요?	3
02	조현병은 뇌의 질환이며, 꾸준한 약물치료로 나올 수 있습니다	4
03	조현병도 암처럼 조기발견과 조기치료가 중요합니다	5
04	조현병은 재발 예방이 가장 중요합니다	6
05	조현병은 약물치료가 꼭 필요합니다	7
06	치료제는 얼마나 오래 복용해야 하나요?	8
07	재발 방지에 필요한 적정 용량의 치료제를 유지해야 합니다	9
08	약물 부작용이 있을 수 있나요?	10
09	꾸준한 약물치료를 위한 환자와 보호자의 노력이 필요합니다	11

## 조현병은 어떤 병이며 증상은 무엇인가요?

**정의** 조현병은 뇌신경전달회로의 기능 장애가 발생하여 생각, 감각, 감정, 행동에 비정상적인 증상이 발생한 질병군의 대표적인 질환이다.

**종류** 암에도 위암, 간암, 대장암 등 여러 종류가 있듯이, 조현병 질병군에도 여러 가지가 포함된다. 대표적인 질환은 조현병이며, 그 외에 조현형장애, 단기 정신병적 장애, 조현정동장애, 망상장애 등이 포함된다. 정확한 병명을 알기 위해서는 증상 지속기간, 약물치료 반응, 동반증상, 치료경과 등을 1~2년 이상 전향적으로 관찰한 임상정보가 필요하다. 증상발생 이후 정신과 외래에서 지속적인 경과 관찰을 해야 정확한 진단적 평가가 가능한 경우가 많다.

**증상**

<b>환자들의 주된 호소</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 남들에게 들리지 않는 소리가 들린다</li> <li>• 남들에게 보이지 않는 것들이 보인다</li> <li>• 주변 사람들이 내 생각을 알고 있다</li> <li>• 주변 사람들이 나를 감시하거나 해치려 한다</li> <li>• 머릿속이 혼란스럽고 불안하다</li> </ul>
<b>가족들이 감지하는 변화</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 혼자말을 하거나 혼자 웃는다</li> <li>• 주변 상황이나 신체 상태에 과도한 의심과 집착을 한다</li> <li>• 말의 앞뒤가 안맞고 횡설수설한다</li> <li>• 대인관계나 사회활동 없이 혼자만의 세상에 고립되어 지낸다</li> </ul>

**증상 발생기전** 조현병은 뇌신경전달회로의 기능 장애가 발생한 뇌의 질환으로, 뇌기능에 주요 역할을 담당하는 도파민, 세로토닌 등의 신경전달물질 불균형 때문에 증상이 발생한다. 뇌의 특정 부위에 도파민 활성이 과다해지면 환청과 망상이 발생한다. 다른 뇌 부위에서 도파민 활성이 저하되면 의욕과 관심이 저하되고 말과 행동이 없어지는 증상도 발생할 수 있다.

## 조현병은 뇌의 질환이며, 꾸준한 약물치료로 나올 수 있습니다

### 1 조현병은 뇌의 질환이다.

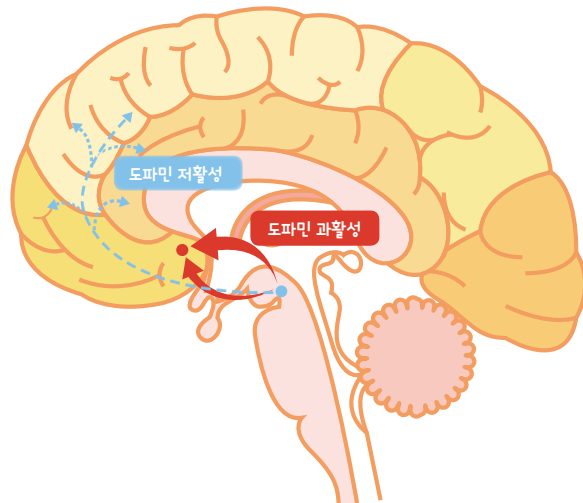
조현병은 마음의 병이 아니며, 성격이 안좋거나, 의지력이 약하거나, 귀신이 들려서 발생하는 병도 아니다. 조현병은 뇌에서 생각, 감각, 감정, 행동을 조절하는 신경전달회로의 기능 이상이 발생한 병이다.

도파민, 세로토닌 등 신경전달물질 불균형 때문에 뇌신경회로의 상호 작용에서 튜닝이 적절하게 이루어지지 않아 뇌기능 저하 현상이 발생한 것이다. 피아노나 기타 등의 악기가 제대로 조율되지 않으면 부조화스럽고 어색한 소리를 내는 현상을 떠올리면 이해하는데 도움이 될 것이다.

### 2 조현병은 꾸준한 약물치료로 나올 수 있다.

조현병은 뇌신경전달물질 불균형을 교정해주는 치료약을 복용함으로써 증상을 낮게 할 수 있다. 의학발전에 힘입어 환각, 망상을 치료하는 약들이 많이 개발되어 전세계적으로 널리 처방되고 있으며, 많은 분들이 꾸준한 약물 복용으로 치료 효과를 보고 있다.

고혈압 환자는 혈압을 낮추는 약을 복용해서 정상 혈압을 유지하고, 당뇨 환자는 혈당을 낮추는 약을 복용하여 정상 혈당을 유지하는 것처럼, 조현병 환자도 생각과 감각 등 뇌기능을 정상으로 조절해주는 약물을 복용함으로써 이상한 생각과 이상감각 증상을 없애서 정상적인 두뇌기능을 회복할 수 있다.



## 조현병도 암처럼 조기발견과 조기치료가 중요합니다

조현병은 조기에 발견하여 약물치료를 빨리 시작하면 정상으로 회복된다. 하지만 발병 후 치료까지 오랜 기간이 경과되면 증상이 점점 심해지고, 치료를 받아도 이전 상태로 회복되지 않게 된다.

암을 조기발견하여 빨리 치료하면 완치가 잘 되지만, 진단이 늦어져 이미 많이 진행된 암은 치료 예후가 나쁜 것과 비슷하다. 조현병은 증상발생 후 치료시작까지 기간이 짧을수록 치료성적이 우수하다.

따라서 다른 진행성 질병과 마찬가지로, 발병 초기에 신속하게 진단받고 치료를 빨리 시작하는 것이 중요하다.



## 조현병은 재발 예방이 가장 중요합니다

### ▶ 조현병은 재발 가능성이 높은 질병이다.

조현병은 발병 후 치료를 처음 받으면 증상이 호전되어 거의 정상으로 회복된다. 환자나 가족들은 이제 병이 다 좋아졌다며 약물치료 중단을 원하는 경우가 많다. 치료제 복용을 중단하면 많은 환자들이 증상 재발을 겪게 된다. 치료를 중단한 조현병 환자의 50~70%가 1년 이내에 증상이 재발하였다는 연구결과가 보고된 바 있다.

### ▶ 조현병은 재발을 거듭할수록 병이 더 심해진다.

조현병은 진행성 경과를 보이는 경우가 흔하다. 재발횟수가 늘어날수록 병세가 점점 깊어지고 약에 대한 치료반응도 저하된다. 증상이 더 심해지고, 증상호전까지 걸리는 기간이 길어지며, 회복 정도도 예전만 못하게 된다. 암도 재발을 거듭하면 치료가 어려운 상태로 진행되는 것과 비슷하다.

### ▶ 조현병 치료의 핵심은 재발 예방이며, 꾸준한 약물치료가 재발을 막는 가장 효과적이고 유일한 방법이다.

조현병은 감기처럼 완치되는 질병이 아니라, 고혈압이나 당뇨같이 만성질환인 경우가 많다. 치료제를 복용하는 동안은 증상이 호전되지만, 치료제 복용을 중단하면 증상이 재발하는 것이다. 따라서 많은 조현병 환자들은 고혈압이나 당뇨처럼 치료제를 꾸준히 복용하여 증상이 재발하지 않도록 관리를 해주어야 한다.

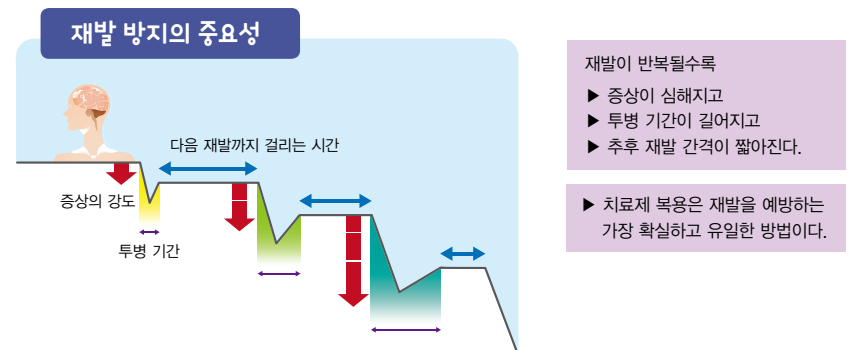
## 조현병은 약물치료가 꼭 필요합니다

### ▶ 조현병은 뇌의 신경전달물질 불균형을 교정해주는 치료제 복용이 필요하다.

조현병은 뇌의 질환으로, 도파민, 세로토닌 등 뇌 내 신경전달물질 불균형 때문에 환각, 망상 등의 증상이 발생된다. 따라서 신경전달물질 불균형을 교정해주는 치료제를 복용하면 증상이 호전된다. 의학발전에 힘입어 환각, 망상 등 조현병 증상을 치료하는 효과적인 약들이 많이 개발되어 널리 처방되고 있으며, 많은 분들이 꾸준한 약물 복용으로 치료적인 도움을 받고 있다.

### ▶ 약물치료로 얻을 수 있는 두 가지 효과

- 첫째** 증상을 없애거나 완화시켜 정상적인 생활을 가능하게 한다. 환각이나 망상 등 겉으로 드러나는 증상은 약에 의한 치료반응이 대체로 좋은 편이다.
- 둘째** 증상호전 후 치료제를 꾸준히 복용함으로써 재발을 예방한다. 재발방지를 위해서는 발병 후 최소 수 년간 지속적인 약물복용이 필요한 경우가 많다.



## 치료제는 얼마나 오래 복용해야 하나요?

### ❶ 증상이 호전되었다고 곧바로 약을 중단하는 게 아니다.

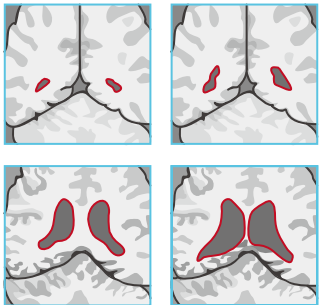
환자의 증상이 호전된 것은 치료제를 복용했기 때문이며, 복용한 치료제가 환자에게 잘 맞다는 증거이다. 증상이 호전된 후 성급하게 치료를 중단하면 곧 증상이 재발된다. 약물치료를 중단하면 약 복용을 지속할 때에 비하여 재발율이 5배 이상 더 높아진다고 알려져 있다.

### ❷ 치료 첫 5년의 치료 성적이 이후 경과를 좌우한다.

보다 확실한 치료를 하려면, 정신증상이 완전히 사라지고, 학업이나 직업, 대인관계 등 사회생활 측면에서 발병 전 기능수준을 회복한 상태가 적어도 5년 동안 지속되도록 치료를 지속하기를 권장한다. 암도 5년 이상 재발이 없으면 일단 완치 판정을 받는 것과 비슷하다고 이해하면 된다. 조현병 치료 후 첫 5년 동안의 치료 성적이 이후의 질병 경과를 좌우하는 것으로 알려져 있다.

### ❸ 치료기간은 질병 시기나 증상 심각도 등 여러 임상 요인에 따라 달라진다.

어린 나이에 발병했거나, 병을 앓은 기간이 길거나, 재발 횟수가 많으면 그만큼 더 병이 심하다고 볼 수 있으며 치료제 복용기간이 더 길어진다. 재발 가능성이 높은 환자라면 가능하면 더 길게 치료제를 복용하는 것이 안전하다. 증상 재발 횟수가 3회 이상이면, 재발 경향이 높은 편이므로, 혈압약처럼 지속적인 약물 복용이 필요할 수 있다.



재발이 반복되면  
뇌가 손상됩니다

- 조현병의 악화는 신경퇴화현상(neurodegeneration)을 초래할 수 있습니다.
- 약물치료를 중단하여 재발을 경험한 많은 환자들이 이전 기능수준을 회복하기 어렵습니다.
- 조기 치료 및 재발 방지가 중요합니다.

## 재발 방지에 필요한 적정 용량의 치료제를 유지해야 합니다

### ❶ 증상의 종류 및 심각도에 따라 치료제 종류와 용량이 결정된다.

조현병 치료제 종류는 항정신병약물, 기분안정제, 항우울제, 부작용 예방약 등 여러 가지가 있다. 증상이 심할수록 용량, 개수, 복용 횟수가 증가하는 경향이 있다.

심했던 증상이 호전되면 어느 정도까지는 용량을 서서히 감량할 수 있는데, 이 때 적정 유지용량까지만 감량하는 것이 중요하다.

### ❷ 치료제를 너무 줄이면 증상이 재발된다.

치료제를 너무 많이 감량하면, 증상을 누르지 못할 정도까지 용량이 낮아져서 증상이 재발될 우려가 있다. 따라서 증상이 호전되었다고 무턱대고 용량을 줄이는 것은 바람직하지 않다.

증상도 없고 부작용도 없는 용량이 환자에게 맞는 용량이라 할 수 있다. 증상과 부작용 사이에서 균형을 유지하는 적정 유지용량을 정하여 이 용량을 꾸준히 복용하는 것이 재발 예방에 효과적이다.

### ❸ 치료제를 임의로 조정하거나 불규칙하게 복용하면 치료 효과가 저하된다.

병이 나았다거나 약물 부작용이 있다는 이유로, 담당의사와 상의 없이 임의로 치료제를 조정하지 않아야 한다. 약물을 임의로 조정하면 약물 치료효과를 정확히 평가할 수 없으며, 금단 증상이나 부작용 발생 우려가 크며, 재발 위험성이 커지는 것으로 알려져 있다.

## 약물 부작용이 있을 수 있나요?

### ㉠ 모든 약은 부작용이 있을 수 있다.

약국에서 처방전 없이 쉽게 사서 복용하는 진통제나 감기약도 검색해보면 10여 개 이상의 부작용들이 나열되어 있다. 이런 부작용들은 정도가 심하지 않고 인체에 크게 유해하지 않기 때문에 식약처에서 판매를 허가한 것이고 부작용 걱정 없이 약을 복용한다. 정신과 치료제도 마찬가지다. 검색해보면 심한 부작용들이 나열되어 있지만 복용한다고 모두 다 발생하는 것은 아니며, 부작용이 생기더라도 일상생활에 큰 지장을 초래하지 않고 인체에 크게 유해하지 않다고 판단되어 역시 식약처에서 판매를 승인한 약들이다.

### ㉡ 정신과 치료제 복용 중 발생하는 부작용들

정신과 치료제는 약 종류나 용량, 개인의 체질에 따라 부작용이 발생할 수 있다. 손발이 떨리거나 팔다리가 뻣뻣하거나, 안절부절 못하는 부작용이 흔히 있을 수 있다. 입마름, 변비, 식욕이나 체중의 변화, 성욕이나 생리 주기 변화, 과도한 졸음 등도 자주 보고되는 부작용들이다.

### ㉢ 정신과 치료제 부작용은 일상생활에 큰 지장을 초래하지 않는 경우가 많다.

부작용 때문에 일상생활에 지장이 초래된다면 담당의사와 상의하여 부작용을 줄이는 조치를 취할 수 있다. 부작용 대부분은 조절이 가능하다. 따라서 치료제 복용 중에 불편한 점이 생기면 담당의사와 적극적으로 의논하여 부작용을 해소하도록 한다.

### ㉣ 부작용으로 인한 손해보다 치료 효과로 얻는 이득이 훨씬 크다.

항암제는 탈모나 구토 등 훨씬 심한 부작용이 있지만 암환자들은 암을 치료한다는 치료적 이득이 부작용보다 더 크기 때문에 부작용을 견디며 항암제를 복용한다. 조현병 치료제도 이와 마찬가지이다. 항암제에 비하면 부작용은 훨씬 약한 편이며, 부작용 때문에 일상생활에 지장이 거의 없거나 약간 있는 정도인 경우가 흔하다.

조현병 치료라는 치료적 이득은 감히 암치료에 버금가는 효과라고 단언할 수 있다. 조현병 치료라는 치료적 이득이 워낙 크기 때문에, 약물 부작용을 견디거나 조절하면서 조현병 치료제 복용을 지속하는 것이 바람직하다.

## 꾸준한 약물치료를 위한 환자와 보호자의 노력이 필요합니다

조현병 치료를 시작하는 환자와 보호자는 조현병 치료에 관한 올바른 지식을 습득하여야 한다. 질병을 정확히 이해하고, 질병이 있음을 받아들이는 과정이 필요하다. 조현병에 걸렸지만 치료제 복용으로 증상회전과 재발방지를 도모하며, 병으로부터 회복할 수 있다는 긍정적인 마음가짐이 필요하다.

환자는 치료의 필요성을 인정하고, 치료받으려는 의지를 갖고, 치료를 위해 노력해야 한다. 보호자는 환자가 치료를 꾸준히 받게끔 도와주며, 치료제 복용에 관심을 가져주며, 회복을 위한 환자의 노력을 격려해 주어야 한다. 환자와 보호자, 담당의사가 한마음 한뜻으로 함께 노력하면 조현병 치료라는 공동의 목표를 이룰 수 있을 것이다.

