



# 파킨슨병 환자가 겪는 기분장애(우울, 불안 및 무관심증)에 대한 핵심 사항들

## 파킨슨병에서 기분장애가 나타날 수 있나요?

파킨슨병은 운동증상 뿐 아니라 다양한 비운동증상을 보입니다. 비운동증상 가운데, 기분장애는 흔히 발생하는 중요한 증상입니다. 일부 파킨슨병 환자에서는 이러한 기분장애가 운동증상보다 삶의 질에 더 큰 영향을 주기도 합니다.

## 파킨슨병에서 보이는 흔한 기분장애는 무엇인가요?

파킨슨병 환자에게 가장 흔한 기분장애는 우울증, 불안증 및 무관심입니다.

- 우울증은 기분저하, 슬픔, 절망감을 느끼는 상태이며, 때로는 공허감이나 죄책감을 느낄 수 있습니다.
- 불안증은 초조함, 걱정, 긴장 및 불안감을 느끼는 상태를 의미합니다. 불안증 환자는 공포나 공황발작을 경험하기도 합니다.
- 무관심은 일을 하거나 다른 사람과 함께하는데 있어서 관심, 열정 또는 동기 부여가 결여된 상태를 의미합니다.

## 언제 기분 장애가 발생하나요?

파킨슨병에서 기분 장애는 언제든지 발생할 수 있습니다. 일부 환자에서는 운동증상이 발생하기 전부터 기분장애가 나타나기도 하며, 또 다른 환자들은 수년간 파킨슨병을 앓은 후 기분장애가 나타내기도 합니다. 또한 일부 환자의 경우, 약효가 소진되었을 때, 불안증이 발생하는 것과 같이, 파킨슨병 약물 복용과 관계된 기분장애를 보일 수도 있습니다.

## 환자나 보호자가 기분 장애가 있는지 어떻게 확인할 수 있나요?

우울증과 불안증을 보이는 경우, 종종 무기력 및 피로, 식욕감소 및 수면장애를 동반합니다. 그러나 이러한 증상들이 있다고 해서 반드시 우울증이라는 의미는 아닙니다. 기분장애에서 동반되는 다음 증상들은 인보다 가족이나 친구가 더 알아채기 쉬운 경우도 있습니다:

- 두려움 증가
- 과민 반응
- 사회적 고립
- 가족행사 또는 활동에 덜 참여하게 됨

## 기분장애는 어떻게 진단할 수 있나요?

담당 의사 선생님께서 기분, 수면 또는 식욕의 변화에 대해 알려주면, 진단 및 치료를 위한 과정을 시작하게 됩니다.

다음과 같은 사항들이 중요할 수 있습니다.

- 언제 증상이 시작되었지
- 증상으로 인해 얼마나 불편한지
- 기분장애와 관련 증상
- 약물 투여 시기와 연관성

배우자 또는 간병인이 환자의 기분, 행동 또는 수면의 변화를 알려주는 것이 도움이 될 수 있습니다.

## 파킨슨병에서 기분장애가 왜 발생하나요?

파킨슨병은 움직임 관련 뇌 영역 뿐만 아니라 기분을 조절하는 영역에도 변화를 일으킬 수 있습니다. 그 결과 뇌 안의 도파민, 세로토닌 및 노르아드레날린과 같은 다양한 신경전달물질을 감소시켜 기분장애를 일으키게 됩니다. 그 외에도 파킨슨병 증상 자체로 인해 우울증이 발생하거나, 다른 심리사회적 요인이 원인이 될 수도 있습니다.

## 파킨슨병에서 보이는 기분장애는 어떻게 치료하나요?

파킨슨병에서 기분장애는 다음과 같은 방법들을 이용합니다.

- 항우울제 혹은 항불안제를 통해 우울증과 불안증을 호전시킬 수 있습니다.
- 파킨슨병 약물과 관련된 우울증이나 불안증을 보이는 경우, 도파민 관련 약물을 통해 기분장애를 개선시킬 수 있습니다.
- 정신요법은 우울증과 불안증을 호전시킬 수 있습니다.
- 프로그램 활동, 운동 및 사교활동은 무관심 치료에 도움이 될 수 있습니다.
- 스트레스를 피하는 한편 수면 시간을 늘리고 사회적 지원을 받는 것이 도움이 될 수 있습니다.

## 요약

- 우울증, 불안 및 무관심과 같은 기분장애는 파킨슨병의 흔한 증상입니다.
- 이러한 기분장애는 파킨슨병의 운동증상이 시작되기 전에 나타날 수도 있고, 파킨슨병 후기에 발생할 수도 있습니다.
- 기분장애 치료를 위해 우선 본인의 증상을 담당 선생님께 알리는 것이 중요합니다.
- 기분 장애 치료를 위해 약물 치료, 정신 요법 및 사회적 지원 등 다양한 방법들이 이용될 수 있습니다.