

2022

치매상담콜센터 사례집

# 고향의 봄



보건복지부

국립중앙의료원  
national medical center



중앙  
치매센터



1899-9988  
치매상담콜센터

2022 치매상담콜센터 사례집 '고향의 봄'

## 발간사

안녕하십니까, 중앙치매센터장 고임석입니다. 2013년 12월 치매상담콜센터 개통 이래 매해 발간되어온 상담사례집 「고향의 봄」이 어느덧 아홉 번째를 맞이하였습니다.

이번 사례집은 지속되는 코로나19 상황 속에서 치매환자와 가족에게 든든한 버팀목이 되어준 치매상담콜센터의 특화 사업 추진 사례와 함께 가정 내 치매환자 돌봄 시 도움이 될 다양한 상담 사례를 담았습니다.

치매상담콜센터는 코로나19로 인해 외부 활동이 어려워진 경도인지장애 및 초기치매환자의 인지자극을 돕기 위해 유선전화를 활용한 특화사업인 인지자극 프로그램 '언택트 기억 e음 교실'을 개발하여 진행하고 있습니다.

또한, 독거치매환자, 가족보호자 등 보다 집중적인 상담이 필요한 분들을 대상으로 맞춤형 사례관리 사업을 통해 일회성 전화상담의 한계를 벗어나 말벗 서비스, 위기상황 모니터링 등의 개개인에게 필요한 서비스를 맞춤형으로 제공하고 있습니다.

치매상담콜센터는 앞으로도 지속적인 특화사업 개발로 치매환자와 가족 분들께 보다 많은 도움을 드릴 수 있도록 할 계획입니다. 이와 더불어, 치매환자와 가족, 유관기관 종사자, 국민 여러분께 필요한 양질의 서비스를 제공하기 위해 전문 교육을 통한 상담사의 역량 강화와 치매전문도움기관으로서의 내실을 다지기 위한 다방면의 노력을 개진해 나갈 예정입니다.



끝으로 치매상담콜센터를 이용해주고 계신 많은 분들께 감사의 말씀드리며 여러분의 성원과 함께 더욱 발전해 나갈 치매상담콜센터에 아낌없는 관심과 애정을 부탁드립니다.

감사합니다.

2022년 9월

중앙치매센터장 **고임석**

# Contents 차례

## 발간사

### 제1장\_ 치매상담콜센터 특화사업

#### 언택트 기억e음 교실 시범사례

- 1. 매주 이 시간, 1899-9988 전화만 기다려요 ..... 8
- 2. 50대 치매환자를 위한 맞춤형 프로그램으로 제격입니다! ... 10

#### 맞춤형사례관리

- 1. “어르신! 오늘도 좋은 하루 되세요!” ..... 12
- 2. 치매남편과 이대로 계속 산다는 게 무슨 의미가 있을까요. 너무 힘들어요! ..... 14
- 3. 치매상담콜센터, 치매환자의 친절한 코디네이터 ..... 16

### 제2장\_ 치매상담콜센터 100% 활용하기

#### 치매환자 심리이해

- 1. 센터에서 치매어르신 두 분이 노골적으로 성적행동을 해요... 20
- 2. 통장의 돈을 다 빼돌렸다고 딸인 저를 의심하는데, 어떻게 해야 하나요? ..... 23
- 3. 치매어머니가 사실과 다른 이야기를 꾸며서 말하는데, 도대체 왜 그러실까요? ..... 25
- 4. 치매 어머니가 옷과 이불에 구멍을 내서 멀쩡한 게 하나도 없어요. 왜 그럴까요? ..... 27

#### 치매환자 일상생활 관리

- 1. 양치한 물을 뱉지 않아 양치하기가 어려워요 ..... 29
- 2. 대변을 보고 옷과 이불 등 사방에 묻혀요 ..... 31
- 3. 제시간에 약 먹는 것을 잊어버려요 ..... 33

#### 응급상황 동반질환 중증치매 관리

- 1. 한밤중에 화장실 가다가 넘어질까 염려가 돼요 ..... 35
- 2. 소변을 참지 못하고 아랫배가 아프다고 해요 ..... 38
- 3. 3주가 지나도 기침, 가래, 발열 등 감기가 낫지 않아요 ..... 41
- 4. 말기 치매환자 돌봄 시 무엇을 고려해야 할까요? ..... 44

#### 가족상담

- 1. 장기간 치매환자 돌봄으로 삶이 피폐해지고 절망감에 빠지게 돼요 ..... 47
- 2. 독박 돌봄으로 형제들이 원망스럽고 억울해요 ..... 50

### 제3장\_ 도움이 되는 알짜정보

#### 치매 위험요인 관리

- 1. 평생 술을 즐기고 끊지를 못해요 ..... 54
- 2. 오랫동안 우울증을 앓고 있어요 ..... 55
- 3. 고혈압, 고지혈증, 당뇨병이 있어요 ..... 33

#### 실종예방 및지원사업

- 1. 실종경험이 있는 치매환자인데 배회감지기를 이용할 수 있을까요? ..... 57
- 2. 실종경보 문자메시지는 어느 기관에 신청하고 이용할 수 있나요? ..... 60
- 3. 실종 치매환자 가족의 유전자 검색 등록과정은 어떻게 진행되나요? ..... 61

#### 장기요양 보험제도

- 1. 치매진단 후 어떤 서비스를 이용할 수 있나요? ..... 63
- 2. 요양원에 가려면 급여내용을 변경해야 하나요? ..... 65

#### 치매안심센터 경제적 지원

- 1. 치매검사를 받으려면 비용이 드나요? ..... 67
- 2. 치매 약을 복용중인데 비용을 지원해주나요? ..... 68
- 3. 치매환자에게 필요한 기저귀 등 조호물품도 지원되나요? ... 70

### 제4장\_ 치매로 인한 증상인지 헷갈려요

- 1. 음식을 삼키지 않고 뱉어내요 ..... 74
- 2. 소변실수를 자주해요 ..... 76
- 3. 걸음걸이가 이상해요 ..... 79
- 4. 갑자기 어제 있었던 일을 전혀 기억하지 못해요 ..... 81
- 5. 귓속에서 자꾸 소리가 난다고 해요 ..... 83

### 제5장\_ 치매상담콜센터 이모저모

- 1. 감사사례 ..... 88
- 2. 감동사례 ..... 90
- 3. 영화 속의 ‘치매’ 엿보기 - ‘더 퍼더’ ..... 92

### 제6장\_ 치매유관기관 연락처

- 1. 광역치매센터 ..... 96
- 2. 전국 치매안심센터 ..... 97
- 3. 기타유관기관 ..... 110



# 치매상담콜센터 특화사업



언택트 기억e음 교실  
시범사례

맞춤형사례관리

01  
특화사업매주 이 시간, 1899-9988  
전화만 기다려요

- 내담자** 며느리(40대 중반)
- 대상자** 시어머니(70대, 초기 치매환자)
- 주요질문** 초기 치매환자인 시어머니가 코로나19로 치매안심센터 프로그램 참석을 못하시면서 매우 답답해하고 인지기능도 저하되는 것 같습니다. 외부활동을 못하시는 치매환자들을 위한 프로그램이 있는지 궁금합니다.

## 치매, 이런 게 궁금해요!

코로나19로 모두 지치고 힘든 시기를 보내는 즈음 내담자의 상담전화를 받았습니다.

시어머니께서 치매안심센터에 방문하는 것을 손꼽아 기다리며 즐거워하셨는데, 코로나19 때문에 외출을 못하고 주로 집에만 계셔서 점점 무기력하게 누워 지내는 시간이 많아진다는 것입니다. 내담자가 보기에 치매안심센터에서 운영하는 프로그램을 이용하지 못하니 인지기능도 저하되는 것 같아 속상하다고 합니다.

시어머니가 예전보다 기억력, 집중력이 저하되어 방금 했던 말을 다시 질문을 하거나 경우에 따라서는 날짜를 기억하지 못하는 경우도 있다고 합니다.

내담자도 직장을 다니고 있어 시어머니를 제대로 돌봐드리지 못하는 상황이라 시간이 지날수록 시어머니의 증상이 나빠지는 것 같아 죄송스러운 마음이 든다고 합니다. 시어머니는 초기 치매환자로 약물 치료 및 인지자극 프로그램을 병행하면 치매가 진행되는 것을 늦출 수 있다고 알고 있는데, 코로나19로 외부에서 진행되는 대부분의 프로그램이 중단되어 참여할 곳을 찾기가 어렵다는 것입니다.

내담자는 집에서라도 적절한 자극을 주는 치매환자들을 위한 프로그램이 있는지 궁금하다고 문의를 하였습니다.

코로나19가 장기화되고 사회적 거리두기로 초기치매환자들이 지역사회 인지프로그램에

참여를 하지 못하게 되자 답답해서 견디기 어렵다는 상담이 콜센터에도 부쩍 많아졌습니다. 치매환자들의 경우 외부활동 없이 집에만 있게 되면 인지기능이 저하될 뿐만 아니라 우울감도 높아지는 경향이 있습니다.

코로나19는 우리의 많은 일상생활을 변화시켰습니다. 사람과의 만남이나 소통방식이 대면에서 비대면 방식으로 변화하였습니다. 치매상담콜센터에서도 이러한 시대적인 변화를 반영하여 비대면 방식으로 진행되는 뇌 가소성 증진을 위한 프로그램으로서, 유선전화를 통한 인지자극 프로그램인 언택트 기억e음 교실을 개발하여 진행하고 있습니다.

1:1 대상자별 맞춤형 인지회상훈련 프로그램을 진행하다보면 참여하시는 치매환자분들이 프로그램 참여 횟수가 증가함에 따라 변화된 모습을 보이십니다.

프로그램 초기에는 상담사와 친밀감이 형성되지 않아 거리감을 두며, “왜 그런 걸 물어”라고 질문을 하며 소극적인 모습을 보이는 경우가 있었습니다. 그러나 프로그램 횟수가 진행될수록 마음의 문을 열고, 자신의 감정을 표현하며 소리 내어 웃으시기도 하며 “내가 옛날에 된장국을 맛있게 끓였지”라고 은근히 자랑을 하시기도 합니다.

언택트 인지활동훈련 시간에는 흘러간 옛 노래를 구성지게 부르시며 “나도 한때는 가수가 되고 싶은 꿈을 꾸기도 하였다”라거나, “좋아하는 봉숭아꽃에 예쁘게 색칠을 하고 싶다”라고 적극적으로 표현을 하시기도 합니다.

따르릉 1899-9988 전화가 울릴 때마다 어르신들은 목소리 톤이 올라가고 반가운 마음을 표현합니다.




“코로나19로 집에 있는 시간이 많아져 기운도 없고 우울하였는데 이렇게 전화를 주어서 위로가 된다”라고 하시며 “언택트 기억e음 교실에 참여를 하니 기분이 좋아지는 것 같다”라고 하십니다.

언택트 기억e음 교실에 참여한 어르신들이 “매주 이 시간, 1899-9988 전화만 기다려요” 이구동성 힘찬 목소리로 외칩니다.





## 01 특화사업 50대 치매환자를 위한 맞춤형 프로그램으로 제격입니다!

-  **내담자** 아들(30대 초반)
-  **대상자** 어머니 (50대 후반, 초로기 치매환자)
-  **주요질문** 얼마 전 어머니가 젊은 나이에 치매진단을 받았습니다. 기억력 저하로 인한 불안과 초조로 집안에서만 지내려 하고 우울감도 높습니다. 밖으로 나가려고 하지 않아서 비대면으로 할 만한 인지회상 훈련 프로그램을 찾고 있습니다.

### 치매, 이런 게 궁금해요!

어머니께서 최근 초로기 치매진단을 받고 환자뿐만 아니라 가족들도 어떻게 해야 할지 난감하다면서 아들이 상담을 요청해 왔습니다.

어머니는 치매진단 후 불안감이 커져 집에서만 지내려 하고 우울감도 높아 외출도 잘하지 않는다는 것이었습니다. 아직 젊은 연령이다 보니 기억력 저하로 생각처럼 되지 않는 답답함과 불안감으로 가끔 돌발적인 행동을 보인다고 했습니다.

30대 초반의 아들은 일을 하면서 시간이 되는대로 인지향상을 위해 돌봐 드리고 있지만, 신경을 덜 쓰면 어머니는 하루 종일 멍하니 앉아 있다는 것이었습니다. 24시간을 그렇게 보내기에는 너무나 아까운 연세인 것 같아 치매안심센터 쉼터 프로그램이나 데이케어센터(주간보호센터)를 알아보았다고 합니다. 그런데 70대 이상의 어르신이 대부분이라 프로그램의 성격이나 내용상 어머니 세대와 너무 동떨어져 고민이라고 했습니다.

젊은 치매환자를 위한 프로그램이나 센터를 찾기 어려운 현실에 절망스럽다면서, 외출을 꺼리는 어머니를 위해 혹시 집에서 할 수 있는 프로그램이 있는지 문의를 해왔습니다. 때마침 치매상담콜센터에서 비대면으로 하는 '언택트 기억e음교실' 프로그램 시범사업을 시행한다고 하자 내담자가 매우 반가워하며 시작하게 되었습니다.

사전평가를 위해 전화로 대상자와 처음 상담하는 날, 평소 우울감이 있고 조용한 성격의

내담자는 상담사의 여러 가지 질문에 “네”, “아니요”로 귀찮다는 듯 반응을 보여, 과연 3개월 간 12회기에 걸친 언택트 기억e음교실 프로그램을 성공적으로 끝낼 수 있을까 염려가 되었습니다.

어렵게 사전평가를 마치고 다시 전화를 드리겠다고 하자 내담자는 “사실 아들이 간절히 부탁해서 마지못해 하는 것”이라고 덧붙였습니다. 상담을 하다보면 가장 어려운 케이스가 우울증이 있는 치매환자의 마음을 여는 것입니다.

언택트 기억e음교실 프로그램 첫날 ‘가족’을 주제로 이야기를 전개해나갔습니다. 주제와 관련하여 경험하고 공감할 수 있는 이야기를 나누었습니다. 30여 분이 지나면서 내담자의 반응은 한결 자연스러워지고 부드러워졌습니다. 다음부터는 제1교시에서 4교시까지 순서대로 프로그램을 진행하는 방식을 설명하고, <겨울편> 워크북의 75개 주제 중 내담자가 원하는 것을 선택해 진행하자며 무사히 첫 회기를 마쳤습니다.

두 번째, 세 번째 회를 거듭할수록 대상자는 친구를 대하듯 편안하고 허심탄회하게 자신의 이야기를 털어놓기도 하고 때로는 깔깔거리며 웃는 시간도 늘어났습니다. 프로그램을 진행하는 상담사 입장에서도 상담사와 내담자의 관계를 떠나 때로는 친구처럼 친근함이 느껴졌습니다. 그렇게 겨울철 주제로 김장을 비롯하여 동짓날, 성탄절, 연말연시, 새해, 소한과 대한, 설날, 정월대보름 등 이야기들을 회상하고 나누다보니 어느덧 입춘이 지나면서 12회기까지 마치게 되었습니다. 마지막 날 대상자는 프로그램 종결을 매우 아쉬워하며 프로그램을 지속하고 싶다고 요청하여, <봄편> 워크북이 출간되면 다시 프로그램을 진행하기로 약속을 하였습니다.

프로그램 종결 후 사후평가에서 대상자의 우울감은 뚜렷하게 호전양상을 보여 전담상담사로서 매우 뿌듯했습니다. 보호자인 아들과의 통화에서 어머니가 편안하게 집에서 24절기의 흐름에 맞춰 삶과 밀접한 주제를 가지고 인지자극 활동을 할 수 있는게 매우 좋았다고 했습니다. 어머니처럼 50대 치매환자를 위한 맞춤형 프로그램으로 제격이라면서 감사의 의견도 주었습니다. 그러면서 “초로기 치매는 노인성 치매와 비교해 진행속도가 빨라 가족의 부담이 훨씬 더 큰 것이 현실”이라며 “앞으로 고학력의 젊은 치매환자를 위한 지원서비스를 지속적으로 확대해 주기를 기대한다.”고 밝히기도 했습니다.

자칫 사람과의 만남이 제한되고 고립될 수 있는 많은 초로기 치매환자분들이 누구나 쉽고 즐겁게 ‘언택트 기억e음교실’에 참여하기를 희망합니다.

01

특화사업

## “어르신! 오늘도 좋은 하루 되세요!”



내담자 큰딸



대상자 어머니 (89세, 여). 경도인지장애진단



주요질문 어머니가 원래 말하는 것을 좋아하시는데 낮 동안 하루 종일 혼자 지내면서 의욕도 없고 누워만 계세요. 매일 한 두 차례 말벗서비스나 인지활동이 가능한가요?



## 치매, 이런 게 궁금해요!

치매상담콜센터에서는 주로 인바운드 상담을 하지만 다양한 경로를 통해 맞춤형 사례관리도 하고 있습니다. 일회성으로 끝나는 상담도 많지만, 때로는 내담자 한 분과 수개월에서 수년에 이르기까지 장기간 상담을 지속하고 있습니다.

매일 아침저녁으로 하루에 두 차례 빠짐없이 2년 동안 사례관리를 진행한 어르신이 계십니다. 여러 상담사가 교대로 전화를 하게 되어 처음에는 어르신 입장에서 다소 혼란스러울 수 있었는데, 그런 문제를 잘 극복하고 상담 목표를 달성한 사례입니다.

내담자는 큰딸이고 어머니와 함께 둘이 살고 있는데 가게 운영으로 하루 종일 일을 해서 거의 어머니 혼자 지내고 계신다고 했습니다. 최근 어머니는 경도인지장애 진단을 받았는데 기억력은 예전보다 조금 좋지 않기는 하지만 일상생활에는 문제가 없는 상태라고 했습니다. 어머니는 원래 말하는 것을 좋아하는 분인데 코로나19로 경로당에 못가면서 답답해 하였고, 낮 동안 집에서 혼자 있다 보니 식사도 잘 챙겨 드시지 않고 의욕 없이 누워만 계시며 치매가 올까 걱정을 많이 하였습니다. 1899-9988 치매상담콜센터에 전화를 하여, 혹시 매일 아침저녁으로 어머니의 안부확인 및 말벗 서비스 그리고 간단한 인지활동까지 가능한지 조심스럽게 문의를 하셨습니다.

내담자가 저녁 늦게 퇴근하면 어머니는 TV도 꼭 같이 보자고 하고, 저녁 식사도 같이 하려고 밤늦게까지 기다리신다고 했습니다. 그러면서 당신은 왜 날마다 혼자 있어야 하나면

서 자식들이 같이 살지 않는 것에 대해 속상한 마음을 쏟아낸다고 했습니다. 어쩔 수 없는 상황에 대해 아무리 말씀드려도 이해를 못 하셨습니다. 오로지 저녁에 큰딸이 오기만을 기다리시면서 빨리 오지 않는다고 매일 독촉전화를 하시고, 도우미를 부르겠다고 해도 남이 오면 더 성가시고 귀찮다고 한사코 허락을 안 하신다고 하셨습니다. 한번은 내담자와 대판 싸우고 아들 집에 갔다가 아들 만에 돌아오시더니 그 이후로는 조금 나아지긴 했는데, 여전히 친척들에게 전화로 힘들다고 하소연만 늘어놓는다고 하셨습니다. 장기간 계속되고 있는 코로나19로 힘든 시간을 보내고 있는 어르신들이 많은 것 같습니다. 몇 년째 무료하고 지루한 시간을 외롭게 보내고 있는 어머니도 안타깝고, 그런 어머니가 염려되어 여기저기 도움을 요청하는 자녀의 간절한 마음도 느껴졌습니다.

우선 치매상담콜센터에서 하루 2번 아웃바운드로 사례관리를 시작하였습니다.

오전 11시에는 안부 인사, 오후 3시에는 간단한 인지활동 프로그램을 같이 진행하는 것으로 시작하였습니다. 추후 어머니의 반응을 보고 내담자와 의견을 나누면서 어머니께 맞는 방향으로 상담을 진행하기로 계획을 세웠습니다.

처음 전화를 드렸을 때 꽃을 좋아하는 어머니의 취향을 고려하여 계절별 꽃 이름 대기로 인지활동을 시작하였습니다. 그리고 집에서 홀로 계신 어머니를 걱정하는 따님의 마음을 전하면서, 어머니를 위해 따님이 신청하여 전화를 드린다고 하였더니 너무 고맙다고 하시며 울먹거리셨습니다.

그 이후 2년이 되어가는 지금도 매일 오전과 오후 하루도 빠짐없이 전화를 드리고 있습니다. 요즘은 어르신이 전화를 받자마자 먼저 상담사에게 안부 인사를 해주시고, 식사 잘 하신다, 건강 챙기고 일 잘하시라, 가족들하고 좋은 시간 보내시라면서 숨도 쉬지 않고 말씀하십니다. 다른 사람들의 전화도 받아야 하니 빨리 끊으라면서 타인을 배려하는 말씀까지 하십니다. 여전히 코로나로 힘든 상황인데도 이제는 별 다른 말씀을 드리지 않아도 따뜻한 마음이 서로 연결되어 상대방을 아끼고 배려할 수 있는 힘까지 생겼습니다. 사실 치매상담콜센터에서 어떤 해결책보다는 어르신이 혼자가 아니라는 것을 느낄 수 있도록 사례관리를 시작했는데, 아마 그것을 자양분으로 어머니 마음의 정원에 새로운 희망의 싹들이 자라난 것 같습니다.

누군가의 관심과 격려가 필요한 어르신이 계시면 치매상담콜센터는 24시간 365일 언제나 전화를 드릴 것입니다. 바로 지금처럼!

“어르신! 오늘도 좋은 하루 되세요!”

## 01

## 특화사업

# 치매 남편과 이대로 계속 산다는 게 무슨 의미가 있을까요, 너무 힘들어요!



**내담자** 아내(60대 후반)



**대상자** 남편(73세), 치매진단 6년



**주요질문** 치매환자 남편을 집에서 돌본 지 6년이 되어갑니다. 시간이 지날수록 남편의 치매증상이 심해지고 건디기가 어려워 차라리 죽어버리고 싶습니다.



## 치매, 이런 게 궁금해요!

내담자에게 전화가 걸려온 것은 새벽 3시, 초겨울로 접어든 계절이라서 고요함이 더 깊게 느껴지는 시간대였습니다.

치매 남편이 한밤중에 자다가 일어나 한바탕 난리를 치고 겨우 잠이 들었다고 합니다. 끝이 안 보이는 이 생활이 언제까지 계속될지 숨이 막히고 가슴이 답답하여 새벽에 전화를 하게 되었다고 했습니다.



남편은 6년 전 치매진단을 받았는데 그동안 힘들어도 잘 견뎌왔다고 합니다. 그런데 올해 들어 남편의 치매증상이 한층 심해져 한밤중에 밖에 나간다고 떼를 쓰고, 밤새 집안을 휘젓고 다녀서 말리기라도 하면 온갖 험한 욕설을 다 퍼붓는다고 합니다.

남편이 처음 치매진단 받고 나서 3년 동안은 치매안심센터의 여러 가지 프로그램도 열심히 참여했다고 합니다. 처음에는 부부가 함께 어려움을 헤쳐 나가자고 서로 약속도 하면서 긍정적인 자세로 인지활동 프로그램도 적극적으로 찾아다녔다고 합니다. 그런데 시간이 지날수록 치매라는 게 아무리 노력해도 소용이 없어 점점 의욕도 상실되고 나락으로

떨어지는 심정이라고 했습니다.

아침에 주간보호센터 차량에 남편을 태워 보내고 나면 내담자는 아무것도 하고 싶지 않고 밥맛도 없고 남편이 귀가할 때까지 맥없이 지쳐 있는 시간이 점점 늘어난다고 했습니다. 치매 남편과 이대로 계속 산다는 게 무슨 의미가 있을까, 살아있는 게 우울하고 너무 힘들다면서 극단적인 생각까지 든다고 했습니다. 한창 바쁘게 살아가는 자식들을 위해서도 차라리 치매 남편과 같이 죽어버리는 편이 낫지 않을까 하는 생각을 요즘 들어 자주 하게 된다고 합니다. 상담사가 끼어들 틈을 주지 않고 지난 6년 동안 가슴속에 쌓인 이야기를 폭포수처럼 쏟아놓던 내담자가 한숨을 돌리더니 끝까지 들어줘서 고맙다고 했습니다.

치매환자를 이해하고 맞추는 일이 사실 간단하고 쉬운 일이 아니기에 내담자 역시 혼자 힘들고 감당하기 벅찰 때가 많이 있었을 것입니다. 잘 참고 버텨오다 그동안 숨겨왔던 감정들이 죽고 싶은 마음으로 발현한 것 같았습니다.

이런 경우, 극도의 스트레스를 감소시키고 작으나마 삶의 즐거움을 찾을 수 있도록 도움이 필요합니다. 각 시·군·구마다 정신건강복지센터가 설치되어 있어 상담지원을 하고 있으니 적극적으로 도움을 받는 게 좋습니다.

특히, 치매간병 스트레스로 인한 자살은 동반자살로 이어질 가능성이 크므로 적극적인 개입이 필요합니다.

만약 우울증이 있다면 상담과 함께 약물 처방을 병행하는 것이 효과적일 수도 있습니다. 전문가의 개입과 동시에 자녀들과 자살문제에 대하여 직접적으로 이야기를 나누며, 관심과 정서적 지지를 적극적으로 표현하는 것이 자살예방에 도움이 될 수 있습니다.




내담자의 돌봄 스트레스가 한계에 다다르고 우울증도 심해 보여 내담자 거주지 관할지역의 정신건강복지센터에서 심리 상담을 받을 수 있도록 연계를 하였습니다.

그리고 필요한 경우 치매상담콜센터 전담 상담사와 정기적으로 상담을 진행하면서, 치매로 인한 내담자의 고통과 어려움을 함께 나눌 수 있다고 알려드렸습니다.

치매상담콜센터는 전화로 직접적인 도움을 드리기는 어렵지만 문제를 해결하기 위해 치매와 관련된 정보를 전달하고, 심리적 어려움에 대해 함께 이야기를 나누면서 대처 방법에 대해 함께 고민하고 있습니다.



## 01 특화사업 치매상담콜센터, 치매환자의 친절한 코디네이터

-  **내담자** 배우자(아내/40대 중반)
-  **대상자** 배우자(남편/40대 후반), 초로기 치매환자
-  **주요질문** 40대 후반의 남편이 치매진단을 받게 되면 퇴직을 해야 하나요? 치매진단 후 정부의 지원서비스는 무엇이 있나요?

### 치매, 이런 게 궁금해요!

“치매상담콜센터요? 치매진단을 받으면 국가에서 어떤 지원을 받을 수 있나요?” 상담을 요청한 사람은 40대 여성이었습니다. 내담자는 동정이나 위로의 말은 필요 없으니 치매진단 후 받을 수 있는 정부지원에 대해서만 간략히 알려 달라고 했습니다. 40대 후반의 남편이 최근 치매증상을 보이는데 치매진단을 받게 되면 퇴직을 해야 하는지 궁금하다는 것이었습니다.

내담자는 60세 이전에 치매진단을 받은 가족력을 가지고 있고, 어차피 치매라는 것이 치료되지 않는 병인데 서둘러 치매진단을 받은들 무슨 소용이냐며 체념하는 반응을 보였습니다. 내담자의 질문에 조기검진과 조기치료의 필요성, 치매진단 후 정부의 지원서비스에 대해 자세히 안내하였습니다. 그런데 상담을 진행하는 중 내담자가 갑자기 감정이 격해지면서 울음을 터뜨렸습니다. 내심 많이 외롭고 힘들어하는 내담자의 모습이 보여 조심스럽게 마음을 위로하면서 진정되기를 기다려 주었습니다.

감정을 추스르고 나서 내담자는 지금 상담하는 상담사와 나중에도 상담 가능한지 물어왔습니다. 본인의 사정을 이사람 저사람 통해 말하고 싶지 않고 또 반복해서 설명하는 것도 번거롭다고 했습니다. 상담사와 내담자가 서로 동의를 하면 지속적으로 상담 가능한 일반 사례관리에 대해 설명하고 월 2회 정도 상담하기로 하였습니다.

얼마 후 내담자가 그동안 남편이 알츠하이머 치매진단을 받았다고 전해왔습니다. 상담사 덕분에 중증치매산정특례를 받아서 검사비용 부담을 덜게 되어 고맙다고 했습니다.

다. 남편은 치매 진단을 받고 직장을 그만두었고 내담자가 대신 직장을 다니면서 생계를 맡는다고도 했습니다.

내담자는 일을 하는 내내 집에 혼자 있는 남편 걱정으로 많이 힘들어 했습니다. 환자가 너무 젊어 선뜻 재가기관 이용을 추천하기 어려웠지만, 하루 종일 남편을 걱정하는 내담자가 안쓰러워 장기요양서비스를 이용해 보도록 권유하였습니다.

내담자가 인근의 주야간보호센터 견학을 다녀오고 나더니 예술가 출신의 남편이 고령의 어르신들과 어울리기에는 마음이 내키지 않는다면서 회의적인 반응을 보였고, 결국 내담자가 직장을 그만두고 가족요양을 하게 되었습니다. 또한 남편의 취미를 고려하여 상담사가 적당한 소일거리로 목공예를 추천하였습니다.

한동안 상담이 뜸하다 내담자에게 다시 전화가 왔습니다. 남편의 적성에 목공예가 잘 맞는다면서 몇몇 지인들이 모여 공방까지 차렸는데 무엇보다 여러 사람들과 어울리며 사회적 관계를 다시 맺게 된 것이 매우 기쁘다고 했습니다. 종종 치매환자의 예상치 못한 공격성과 돌발행동으로 곤란한 상황들이 있었지만, 주변 분들이 이해해주고 도와주어 잘 헤쳐 나갔다고 합니다. 그러나 점점 남편의 치매가 진행되면서 더 이상 공방활동도 참여할 수 없게 되고, 사회와 소통이 단절되면서 남편의 치매증상은 더 빠르게 악화되기 시작했습니다.

그 후 내담자는 남편의 치매증상이 심해지면서 점점 더 짧은 주기로 상담전화를 걸어와 돌봄의 어려움을 호소하였고, 그때마다 치매로 인한 다양한 증상과 상황에 대처할 수 있는 방법을 알려주고 힘들어하는 내담자의 마음을 어루만져주기도 하였습니다. 그리고 중앙치매센터 홈페이지에서 제공하는 돌봄 영상이나 치매도서, 인지프로그램 등을 찾아보도록 안내했고, 내담자는 특히 치매관련 책을 읽으면서 많은 도움이 되었다고 합니다. 내담자가 치매도서에 많은 관심을 갖는 것을 보고 독서치료모임에 참여해 볼 것을 권유했습니다. 내담자가 온라인 독서모임에 참여하게 되면서 자신에게 꼭 맞는 스트레스 관리법을 찾은 것 같다고 좋아했습니다.

초로기 치매는 사회적, 경제적 활동이 왕성한 연령대에 발병해 직장을 그만두기 때문에 가족들은 경제적 어려움에 처하게 될 수밖에 없으며, 치매환자와 보호자는 큰 좌절감에 빠지게 됩니다. 그럼에도 불구하고 내담자는 끝까지 인간의 존엄성을 포기하지 않으려 안간힘을 써가면서 젊은 치매남편을 돌보고, 한편 자기 자신도 다독이면서 버텨왔습니다.

지난 3년 간 초로기 치매환자 가정의 애환과 고통을 함께하면서 그분들의 마음을 헤아려 정서적 지지와 격려도 해드리지만, 실질적으로 도움이 될 수 있는 초로기 치매환자 일자리 등 지원서비스가 국가 치매정책사업을 통해 확대되기를 바랍니다.



# 치매상담콜센터 100% 활용하기



치매환자  
심리이해

치매환자  
일상생활 관리

응급상황 동반질환  
중증치매 관리

가족상담

02  
100% 활용하기

## 센터에서 치매어르신 두 분이 노골적으로 성적행동을 해요

- 내담자** 주간보호센터 사회복지사
- 대상자** 70대 여성 치매환자와 남성 치매환자
- 주요질문** 주간보호센터에서 남녀 어르신 두 분이 과도하게 성적 이상행동을 하세요. 다른 어르신들 앞에서 노골적으로 성적 행위를 하시는데, 어떻게 제지하고 대처해야 할지 모르겠어요.

### 치매, 이런 게 궁금해요!

주간보호센터를 이용하고 계신 70대 남녀 치매어르신의 과도한 성적 행동을 어떻게 대처해야 할지 매우 난감한 상황입니다.

여자 어르신은 혈관성 치매로 거동이 불편하신데 요양보호사가 휠체어를 태워드리는 과정에서 신체가 접촉되면 가슴을 짝 움켜쥐기도 하고 케어도중에 겨드랑이 속살을 만지기도 합니다. 평소 장난도 잘 치시는 분이라 스킨십에 대해 심하게 대처하기도 모호한 상태입니다.

그런데 더 큰 문제는 얼마 전 치매 남자어르신이 새로 들어오셨는데, 이 여자어르신에게 자신의 성기를 보여주고 있는 것을 여러 번 목격했습니다.

한두 번도 아니고 이렇게 과도한 성적행동을 할 때 어떻게 제지해야 할지 난감합니다.

보호자에게 연락해서 센터를 그만두게 하는 게 맞을까요?

알면 힘이 돼요!

**주** 간보호센터 내에서 두 분의 성적행동에 많이 놀라고 당황하셨을 것 같습니다.

치매환자가 보이는 성적 이상행동은 음담패설을 하거나 시간과 장소에 상관없이 끌어안는 등 부적절한 접촉을 시도하는 경우, 공공장소에서 옷을 벗거나 자위행위를 하는 경우, 배우자가 아닌 사람을 배우자로 착각하고 성적 행동을 하는 경우 등이 있습니다.

치매환자가 성적 행동을 하는 원인에는 질병으로 인한 신체적인 이유와 심리적 요인에 의한 경우가 있습니다.

신체적 이유는 치매로 인한 뇌의 특정 부위 손상, 약물에 의한 성적 충동 강화, 시각 및 청각 장애로 인한 성적 환상 등에 의해 나타날 수 있습니다.

심리적 요인으로는 환자가 기억력과 신체기능이 낮아지는 것을 보상하려는 하나의 보상행동으로 나타날 수 있습니다.

또한, 치매가 진행됨에 따라 본인이 느끼는 외로움, 소외감, 고독감, 불안 등을 신체적 접촉을 통해 보상받으려 할 수 있습니다.

이런 경우 따뜻한 언어표현으로 어르신의 존재감을 확인시켜드리고 손을 잡는 정도의 가벼운 스킨십은 허용할 수 있습니다. 하지만 몸의 특정부위를 만지거나 음담패설을 하는 것에 대해서는 엄격하고 단호하게 대처해야 합니다. 뿐만 아니라 치매 어르신들의 성적 스킨십에 대한 정확한 판단과 상황인식을 위해 시설 종사자에게도 노인의 성행동 증상에 대한 교육이 이루어져야 합니다. 따라서 치매노인의 스킨십 허용기준 및 대처방법에 대한 명확한 제시가 필요합니다.

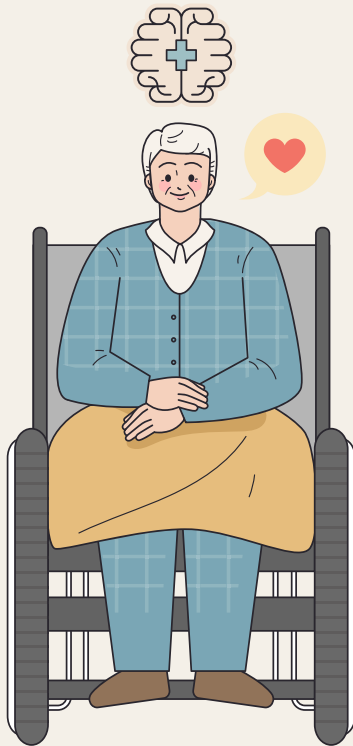
이미 발생한 일로 선입견을 가지고 어르신을 대하기보다는 평소처럼 대하시되, 당분간 자연스럽게 두 분을 분리하여 주의 깊게 관찰하는 것이 필요합니다. 추후 동일한 상황이 발생하지 않도록 보호자에게 연락을 해서 적절한 조치를 취하는


**알면 힘이 돼요!**

것도 필요합니다.

또한 뇌손상에 의한 성욕증가 일수도 있으므로 필요시 전문의의 치료도 고려해 보시기 바랍니다.


치매환자의 여러 가지 정신행동이상증상 중 성적행동은 사람들에게 말하기 쉽지 않고 대응하기 곤란할 수 있습니다. 성적행동을 혐오스러운 행동으로 받아들이기 보다는 인간으로서 가지는 감정이나 욕구로 보아야 합니다. 다만, 치매로 인해 부적절하게 표현되는 방법으로 이해하고 돌봄의 지혜가 필요합니다.





02  
100% 활용하기

## 통장의 돈을 다 빼돌렸다고 딸인 저를 의심하는데, 어떻게 해야 하나요?

 **내담자** 딸

 **대상자** 70대 어머니, 알츠하이머 치매진단

 **주요질문** 치매 어머니한테 드나들며 도움을 드리는 저한테 통장의 돈을 빼돌리고 지갑에 돈이 없어졌다고 억지말씀을 하시는데 너무 억울해요.

 **치매, 이런 게 궁금해요!**

어머니가 알츠하이머 치매진단 받고 혼자 살고 계시는데, 작년부터 큰딸인 저를 의심하며 어머니 통장의 돈을 빼돌린다, 이자까지 다 없어진다고 억지 말씀을 하십니다. 제가 가까이 살고 있어서 거의 매일 어머니 집에 가서 청소나 반찬을 해드리고 있는데, 고맙다고 하지는 못할망정 의심을 하고 있어 속상하고 기가 막힙니다.

어머니가 은행에 같이 가자고 해 모시고 가서 인출한 사실을 기억 못하시고, 무조건 본인 몰래 제가 통장을 가져갔다고 의심을 합니다. 사실이 아니라고 반복해서 설명도 해보았지만 아무런 소용이 없고, 저는 스트레스가 너무 심해져 두통약까지 먹고 있습니다.

어머니는 오래전에 형제들과도 성격적인 문제로 왕래가 끊겨 소원한 상태입니다. 그리고 친한 친구도 없고 동네 분들과도 단절하여 오로지 집에서만 계십니다. 얼마 전 장기요양 5등급을 판정받아 주간보호센터에 다니시도록 여러 차례 권유를 해봤지만 말을 듣지 않으십니다. 집 등기서류를 도둑 맞을까봐 집에서 꼼짝도 하지 않고 외출도 하지 않습니다.

평생 고생만 하시고 사신 어머니를 생각하면 마음이 아파서 잘해드리고 싶지만, 말도 안 되는 억지와 오해를 하시니 저도 더 이상 감당하기 힘들고 괴롭습니다.

이런 상황에서 벗어나려면 어떻게 해야 할까요?



알면 힘이 돼요!

**치**매에 걸린 어머니를 돌보시면서 스트레스로 인해 두통약을 매일 복용할 정도이니, 고충이 얼마나 심할지 느껴집니다. 어머니가 통장의 돈을 빼돌렸다고 의심을 하고 억지주장을 하시니, 마음을 다해 성심껏 돌봐드리는 선생님께서는 매우 당혹스럽고 억울한 심정일 것입니다.

우선 어머니가 왜 그러시는지 치매에 대한 이해가 필요합니다. 치매는 기억력을 비롯해서 여러 영역의 기능이 저하되면 자신의 왜곡된 경험, 타인과의 관계, 주변 환경 등에 대해 이해하기 어렵고 혼란스러워집니다.

치매환자를 이해하기 위해 <출현 강도의 법칙<sup>(\*)</sup>>이 있습니다. 치매 증세는 나타나는 강도가 사람에 따라 달라지는데 가장 친근한 사람에게 가장 강하고 심하게 증상이 나타난다는 뜻입니다. 어머니가 형제나 주변 사람들과의 관계가 원활하지 못한 상황에서 가장 편하게 생각하는 대상이 선생님이기 때문에 의심하고 심하게 대할 수 있습니다.

어머니한테 의심과 오해를 받아 상처를 입고 억울한 심정이시겠지만, 자신의 존재감 상실로 인해 불안감과 외로움을 메우고자 하는 치매환자의 필사적인 노력이라고 이해하시면 좋겠습니다.

어머니를 모시고 은행에 다녀와서 마지막으로 찍혀 있는 금액에 형광펜으로 잘 보이게 색칠을 해드리거나, 최종 확인한 통장 사진을 찍어 한 번 더 기억을 할 수 있게 해보는 것은 어떨까요? 치매 어머니에게 시시비비를 가리거나 논리적인 설명은 도움이 되지 않으므로, 어머니의 불안한 감정을 그대로 받아들이고 힘든 감정을 인정해 주는 것이 좋을 것 같습니다.

치매환자가 망상증상을 보일 때 흔히 주의전환 등을 시도해 봅니다. 하지만 비약물치료를 통해 망상을 쉽게 없애기는 어렵습니다. 그러므로 증상이 심한 경우 주치의와 상담하여 약물조절을 해보시고, 이후 치매안심센터나 주간보호센터를 이용하실 수 있도록 어머니를 설득하는 것도 방법입니다.

(주): 이성희, 유경. 엄마의 공책(치매환자와 가족을 위한 기억의 레시피), 2018.4.



## 02 치매 어머니가 사실과 다른 이야기를 꾸며서 말하는 데, 도대체 왜 그러실까요?



**내담자** 50대 큰딸



**대상자** 80대 친정어머니



**주요질문** 치매어머니가 다른 가족들에게 전화를 해서 사실과 다르게 이야기를 꾸며서 말하는 데 완전히 정상처럼 보여요. 도대체 어머니는 왜 그러실까요?




**치매, 이런 게 궁금해요!**

어머니가 5년 전 치매진단을 받고 제가 모시고 있습니다. 기억력이 점점 떨어지다 보니 일상생활에서 일어나는 자잘한 문제들로 가끔 작은 소란이 있었지만, 다행히 지금까지 큰 문제없이 지내고 있었습니다.

그런데 최근에 어머니가 이모님과 동생한테 자주 전화를 해서 사실과 다르게 이야기를 꾸며내어 오해가 생기는 일이 자주 발생합니다. 한번은 주말에 어머니를 모시고 나가 가족들이 외식을 한 적이 있습니다. 그런데 저녁에 어머니가 동생한테 전화를 해서 저희들끼리만 맛있는 것을 먹고 들어와 본인은 온종일 굶었다고 했습니다. 동생은 어머니 말씀을 곧이곧대로 받아들이고 어떻게 어머니만 빼놓고 외식을 할 수 있느냐며 따져 물어 한바탕 난리가 났었습니다.

제가 어머니한테 살갑게 구는 성격은 아니지만 최선을 다해 어머니를 위해 애쓰고 있는데 어머니가 저를 이런 식으로 생각할 줄 정말 몰랐습니다. 어머니가 치매환자라는 것은 이해하지만, 다른 사람들 앞에서 달라지는 어머니의 이중적인 행동을 보면 서운하기도 하고 화가 나서 저도 모르게 어머니한테 큰소리를 내게 됩니다. 시간이 지날수록 어머니에 대한 서운함과 제 자신에 대한 자책감이 점점 쌓여갑니다. 도대체 어머니는 왜 그러실까요?


**알면 힘이 돼요!**

**치**매환자가 없는 사실을 왜곡하여 이야기할 때 보호자는 속상하고 힘들 것입니다. 이러한 일들은 치매환자 돌봄 과정에서 흔히 일어나는 일이기 때문에, 치매 어르신을 모시고 사는 가정에서 종종 가족 간 갈등의 원인이 되기도 합니다.

치매로 인해 어머니는 자신의 말과 행동을 금방 잊어버리기 일쑤입니다. 그래서 기억이 나지 않은 부분은 본인도 모르게 무의식적으로 뭔가 떠오르는 기억들로 채우고 섞으면서, 엉뚱한 이야기를 할 때가 많이 있습니다. 따라서 치매환자의 말과 행동을 너무 심각하게 받아들여 마음이 상하거나 화가 나서 감정적으로 환자를 대하는 것은 바람직하지 않습니다.




때로는 치매환자가 말하는 내용보다 표현된 감정이 중요할 때가 있습니다. 어머니가 하시는 말씀이나 행동 속에 담긴 감정과 의미가 무엇인지 헤아리고 공감해주는 것이 필요합니다. 어머니의 말씨, 어조, 그리고 행동들을 잘 살펴보면 그 이면에 감추어진 어머니의 속마음을 파악할 수 있는 단서를 찾을 수 있을 것입니다.

어머니의 관심과 주의를 다른 곳으로 돌리는 전환요법을 사용해보면 어떨까요? 어머니께 평소 좋아하는 음악을 틀어드리고 노래를 따라 부르도록 하는 것도 효과적인 방법입니다. 또는 치매예방 체조를 같이 해보거나, 옛날 사진을 보거나, 애완동물을 기르는 등 여러 가지 방법을 통해 어르신의 주의를 환기시켜주세요. 또한 친척이나 주변사람들에게 어머니가 치매를 앓고 있으며, 그로 인해 나타나는 치매증상을 알려서 서로 오해가 없도록 하는 것도 필요합니다.

쉽지는 않지만 어머니의 눈높이에 맞춰서 부드럽고 자상하게 설명하고, 칭찬과 격려를 하고, 어머니의 입장에서 이해하는 것이 중요합니다. 그리고 다른 사람들과 만나서 즐겁게 이야기하고 소통할 수 있게 어머니에게 맞는 프로그램을 찾아 이용해 볼 것을 권유 드립니다.

02  
100% 활용하기

## 치매 어머니가 옷과 이불에 구멍을 내서 멀쩡한 게 하나도 없어요, 왜 그럴까요?

-  **내담자** 40대 며느리
-  **대상자** 70대 시어머니. 치매진단 4년
-  **주요질문** 어머니가 장롱 속의 옷과 이불을 모두 꺼내놓고 구멍을 내서 멀쩡한 옷과 이불이 없습니다. 이런 어머니의 이상한 행동을 어떻게 말할 수 있을까요?

### 치매, 이런 게 궁금해요!

시어머니는 4년 전에 치매로 진단을 받으셨는데 낮에는 주간보호센터를 다니고 있어서 크게 힘든 일은 없습니다. 그런데 문제는 오후에 센터에서 귀가한 후 저녁시간이나 주말에 집에 있을 때 틈만 나면 가만히 계시질 못하고 이상한 행동을 하십니다.

특이하게도 어머니는 항상 장롱 속에 있는 옷이나 이불을 몽땅 꺼내놓고 하나하나 가위로 구멍을 내고 뜯기도 하세요. 왜 그러는지 물어보면 실밥이 튀어나와 정리하는 것이라고 하는데, 제대로 박음질 되어 있는 것들을 모두 가위로 찢어놓거나 구멍을 내서 옷과 이불을 당해낼 수가 없습니다.

참다못해 반강제적으로 못하게 말리면 험한 욕을 하고 팔을 뿌리치면서 저를 때리기도 합니다. 제가 몇 번 말리다가 얼굴을 맞아서 멍까지 든 적이 있습니다. 집에 멀쩡한 옷과 이불이 남아나지 않는데, 하루 이틀도 아니고 이런 어머니의 이상한 행동을 어떻게 말할 수 있을까요?




**알면 힘이 돼요!**

**치**매환자에게 흔하게 나타나는 증상 가운데 불안과 초조가 있습니다.

시아머니도 치매증상인 기억 및 인지저하로 나타나는 불안감과 초조함이 익숙한 바느질로 안정을 찾으려고 하는 행동일 수 있습니다.

시아머니께서 오랫동안 습관적으로 해왔던 바느질이 아직은 기억 속에 남아 있으나, 인지저하로 종합적인 사고능력이 떨어져 정상적인 판단과 수행에 어려움을 겪게 되는 것입니다. 엉뚱한 곳에 바느질을 하여 망쳐놓을 수 있는데 억지로 못하게 말리거나 훈계를 하면, 보호자와 치매환자 모두 문제 상황에 더욱 휘말리게 되고 가족 간 갈등의 소재가 될 수도 있습니다. 시어머니의 엉뚱한 행동보다는 감정과 그 이면에 내재되어 있는 욕구를 파악하여 대처하는 지혜가 필요합니다.




시아머니가 흥분한 상태에서는 부드러운 말로 눈을 맞추고 이야기하며 천천히 다가가서 다른 소일거리를 제공하는 것도 주위전환에 좋은 방법 일 수 있습니다. 또는 시어머니가 늘 했던 집안일 가운데 단순한 일은 도움을 요청해 보시는 것도 방법입니다. 시어머니가 가족을 위해 할 수 있는 일이 있다는 성취감을 느끼게 되면, 옷이나 이불에 대한 관심과 집착으로부터 전환하는데 도움이 될 수 있습니다.

일상생활의 지루함 때문일 수도 있으므로 반복적인 행동이 위험하지 않다면 제한하지 않고 허용하는 것도 효과적일 수 있습니다. 다만, 버려도 되는 옷감이나 헌옷을 옷장이나 주변에 놓아두어, 껌매거나 찢거나 하는 단순하고 반복적인 행동을 통해 시어머니의 욕구가 해소되도록 허용해 주는 것도 방법입니다.

치매가 진행되면 도구 사용방법도 잊게 되고 기억력 저하로 인지를 못할 수도 있으므로, 차츰 날카로운 물건은 플라스틱으로 된 도구나 다른 대체물로 교체해 두셔서 위험한 상황에 대비하는 것도 필요합니다.

02  
100% 활용하기

## 양치한 물을 뱉지 않아 양치하기가 어려워요


-  **내담자** 방문요양보호사
-  **대상자** 여성어르신(80대)
-  **주요질문** 치매환자가 양치를 할 때마다 삼키지 말고 뱉으라고 해도 고쳐지질 않습니다. 치매환자들이 양치를 할 때 뱉지 않는 경우 어떻게 하면 좋을까요?

### 치매, 이런 게 궁금해요!

저는 80대 여자 치매어르신을 돌보는 재가방문 요양보호사입니다. 어르신이 양치를 할 때 양치한 물을 잘 뱉지 않습니다. 양치할 때마다 양치물을 뱉으셔야 한다고 반복하지만 뱉지 않고, 어르신이 채근하는 것으로 느끼셨는지 기분이 상하는 경우도 종종 있습니다.

치매환자 분들은 양치할 때 양치물 뱉는 것을 인지하지 못하시나요? 양치할 때마다 매번 어르신과 말씨름을 하게 되는데, 이럴 때는 어떻게 대처를 하면 좋을까요?




**알면 힘이 돼요!**

**치**매환자들이 양치할 때 양치물을 뱉는 것을 거부하거나 삼키는 경우가 흔히 있습니다. 그러므로 당황하거나 두려워하실 필요는 없습니다. 다만, 중요한 것은 치매환자의 구강 상태는 항상 청결하게 유지되어야 한다는 점입니다. 양치와 같은 구강위생관리는 어릴 적부터 매일 해 오던 습관적 행동입니다. 오랜 습관은 자동적으로 재생될 수도 있으므로 어르신의 기분이 상하지 않도록 인내심을 가지고 반복해서 시도해 보시기를 바랍니다.


구강위생 관리법은 다음과 같으니 참고하시기 바랍니다.


1. 물을 스스로 뱉지 못하는 경우는 어떻게 하나요?  
이런 경우는 치약이나 구강청결제와 같은 화학제품을 사용하지 않는 것이 좋습니다. 만약 구강청결제를 사용할 경우 삼켜도 되는 아기용 무불소 치약을 사용하시기 바랍니다.  
삼킴 장애가 있을 경우 자칫 이물질이 기도로 넘어갈 수 있으니 조심하셔야 합니다. 소량의 물을 적신 구강스펀지나 칫솔을 이용해서 잔여 음식물을 제거합니다.
2. 치약을 삼키는 경우가 종종 있는데, 치약을 반드시 사용해야 하나요?  
치약 없이 물을 묻힌 칫솔질로도 음식 잔여물과 세균을 제거할 수 있습니다. 입속 잔여물이 입속에 오랫동안 남아있지 않도록 식사 후 바로 닦아주는 것이 좋습니다.
3. 입 속에 칫솔을 넣으면 칫솔을 깨물고 입을 벌리지 않는데 어떻게 해야 하나요?  
개구기를 이용해서 칫솔이 들어갈 공간을 마련하면 칫솔질하기가 수월합니다.
4. 치아 사이에 낀 음식물이 칫솔로 잘 안 빠져요. 이쑤시개를 사용해도 될까요?  
과일과 채소 등의 섬유질이 치아 사이에 끼면 이쑤시개로 제거하는 경우가 많습니다. 그런데 일반적으로 누구에게도 이쑤시개 사용을 권장하지 않습니다. 이쑤시개는 잇몸 등에 상처를 낼 가능성이 있고 또 이물질이 제대로 제거되지도 않습니다. 치실(손잡이형 치실)을 이용하면 보다 수월하게 치아 사이에 낀 잔여물을 제거할 수 있습니다.


02  
100% 활용하기

## 대변을 보고 옷과 이불 등 사방에 묻혀요

 **내담자** 딸(40대)

 **대상자** 친정어머니(80세), 치매진단 5년

 **주요질문** 거동도 가능한 치매어머니께서 대변을 보고 옷, 이불 등 사방에 묻혀서 하루에도 몇 번씩 세탁을 하고 집안에도 냄새가 심합니다. 어떻게 해야 하나요?

 **치매, 이런 게 궁금해요!**

치매진단 받은 친정어머니를 모신지가 오래 되었습니다. 기억력은 갈수록 떨어지고 여러 가지 이상행동증상을 보이긴 하지만 그동안은 그런대로 참을 수 있었습니다.

그런데 얼마 전 잠깐 외출하고 돌아와 보니 어머니는 보이지 않고 집안에 이상한 냄새가 나고 조용해서 방에 들어갔다 너무 놀라서 방바닥에 주저앉아 버렸습니다. 어머니가 대변을 보시고 옷과 이불은 물론이고 방바닥과 벽까지 변을 곳곳에 칠해 놓고 앉아 계셨습니다.

그 일이 있은 후 며칠에 한번씩 여기 저기 변을 묻히는 일들이 있어 저도 모르게 어머니에게 소리를 지르고 화를 내게 됩니다. 도저히 감당하기 어려울 것 같아 요양원 입소도 고려중입니다. 무엇보다 집안 곳곳에서 냄새가 너무 심해 참을 수가 없는데, 어머니의 이런 행동에 대해서는 어떻게 대처해야 하나요?




**알면 힘이 돼요!**

**예** 측은하기 어려운 어머니의 모습을 보고 많이 놀라고 당황스러웠을 거라 생각합니다. 치매가 점차 진행되면서 치매환자는 화장실에 가야 하는 것을 인지하지 못하거나 화장실이 어디인지를 몰라 아무데서나 대변을 보기도 합니다. 배변 후 스스로 처리하려는 과정에서 여기 저기 대변을 묻히게 되기도 합니다. 또는 변을 인식하지 못하고 대변을 손으로 만지고 주물럭거리는 경우도 있습니다.

이런 경우 돌보는 가족으로서는 난감할 것입니다. 그렇다고 소리를 지르거나 화를 낼 경우 위축되어 실수가 지속되고 공격성이 나타날 수 있기 때문에 안심시키고 문제의 원인이 어디에 있는지를 파악하는 것이 우선입니다. 증상을 조절하는 것이 쉽지 않지만 원인을 찾아 적절하게 대처해야 합니다. 우선 원인이 신체적인 문제인지 인지능력이 저하되어 나타나는 증상인지 확인해야 합니다. 변비와 같은 신체적인 문제라면 진료를 받아야 할 것이며, 인지력 저하일 경우는 배변훈련을 시도해보시기 바랍니다.

화장실이 어디인지 몰라 실수를 할 경우 화장실을 알 수 있도록 그림이나 문자판을 부착하여 쉽게 찾을 수 있도록 하고, 야간에는 형광스티커를 붙여 화장실을 찾아갈 수 있도록 돕거나 이동변기를 이용하시는 것도 도움이 됩니다.

어머니가 변을 가지고 만지거나 다른 곳에 묻힐 경우 뒤에 지퍼가 달린 아래 위가 붙은 옷을 준비하고, 자주 상태를 체크하여 미리 문제를 일으킬 수 있는 환경을 제거해 주시는 것도 방법이 될 수 있습니다.


◆ **치매대상자의 배설과 관련된 일상생활 돌봄** ◆


1. 화장실이 아닌 곳에서 대변을 보고 변을 만지는 등의 행위를 하는 경우에는 화를 내거나 야단치지 않고 자연스럽게 뒤처리를 해줍니다.
2. 항문을 손으로 만져 대변을 묻힌다면 변비가 심해 항문 주위가 불편해 이러한 행동이 반복될 수 있으므로 진료를 받도록 합니다.
3. 요의나 변의가 없는 상태라도 식사 후 규칙적으로 이동식 변기 등을 사용하여 배변을 유도하도록 합니다.
4. 배설 시간을 일지에 기록하여 배설을 돕도록 합니다.


02  
100% 활용하기

## 제시간에 약 먹는 것을 잊어버려요

 **내담자** 아들

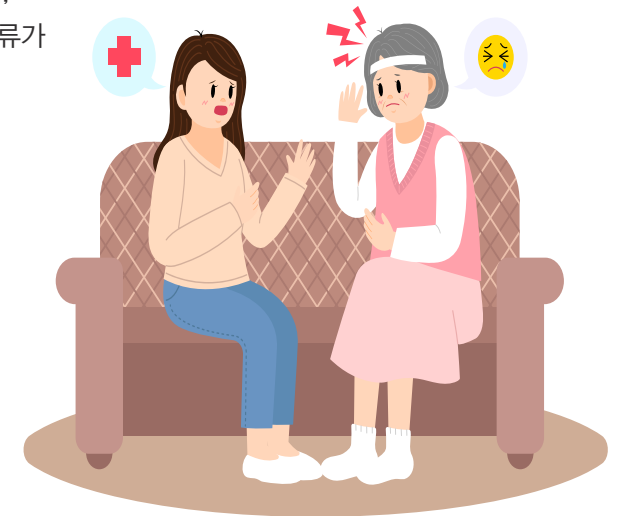
 **대상자** 78세 독거 어머니

 **주요질문** 시골에 혼자 살고 계신 어머니가 얼마 전 치매진단을 받으셨습니다. 어머니가 아무래도 약을 잘 챙겨 드시지 못하고 계신 것 같습니다. 매일 3~4번은 약을 드셔야 하는데 좋은 방법이 있을까요?

 **치매, 이런 게 궁금해요!**

어머님이 초기 치매로 진단을 받았는데 일상생활은 가능한 편으로 시골에 혼자 살고 계십니다. 제가 전화도 자주 드리고 매주 자녀들이 교대로 찾아뵙기는 하는데, 아무래도 약을 잘 챙겨 드시지 못하는 것 같습니다.

어머니는 치매약 뿐만 아니라 혈압약, 당뇨약, 관절염약까지 먹는 약의 종류가 많습니다. 아침 식전부터 아침 식후, 점심, 저녁, 자기 전까지 매일 여러 차례 약을 챙겨 드셔야 하는데, 약 먹는 것을 잊어버렸는지 주말에 가보면 남은 약이 많습니다. 어머니가 잊지 않고 약을 드실 수 있는 좋은 방법이 있을까요?



**알면 힘이 돼요!**

**혼** 자 계시는 어머니께서 약을 잘 챙겨 드시는지 매번 확인하기 어려우니 걱정이 많이 되시겠습니다.

어머니께서 약을 잘 챙겨 드시지 못하는 원인을 정확히 파악하면 좀 더 효과적인 도움을 드릴 수 있을 것입니다.

치매가 진행되면서 약 복용한 기억을 못하시거나, 약을 먹어야 하는 이유를 알 수 없어 스스로는 챙겨 드실 수 없게 되는 경우가 있습니다. 혹은 ‘나는 치매가 아니다’라고 생각하시거나, 약을 먹어도 아무 효과가 없다고 생각해서 안 드시는 경우도 있습니다. 또한 우울증, 망상, 거부증 등으로 투약을 거부 할 수도 있습니다. 만일 본인은 치매가 아니라고 부인하거나, 약을 먹어도 아무런 효과가 없다고 하는 경우는, 치매약이라고 말하기 보다는 뇌 영양제나 치매 예방약이라고 하고 꾸준히 드시도록 권유하는 것이 좋습니다.

그리고 어머니와 가족들이 약물 복용 상황을 시각적으로 확인할 수 있도록 약 달력이나 약통을 이용하는 방법을 추천해드립니다. 또한 약 먹는 시간을 알려주는 핸드폰 알람 앱을 이용하시거나, 자녀들이 전화로 알려드리고, 정기적으로 방문하셔서 실제 약을 정상적으로 드시는지 확인하는 것도 필요합니다.

치매로 기억력이 점차 저하되면서 주변의 도움이 더 필요하게 됩니다. 규칙적으로 약을 복용하기 위해서는 기상시간, 식사시간, 운동시간, 수면 시간 등 일상생활도 규칙적인 것이 좋습니다. 하지만 치매어르신 혼자 힘으로는 규칙적인 생활이 어려울 수 있습니다. 노인장기요양보험 등급을 받아 방문요양이나 주간보호센터를 이용하시게 되면 규칙적인 일상생활을 하면서 약물복용도 도움 받을 수 있습니다.

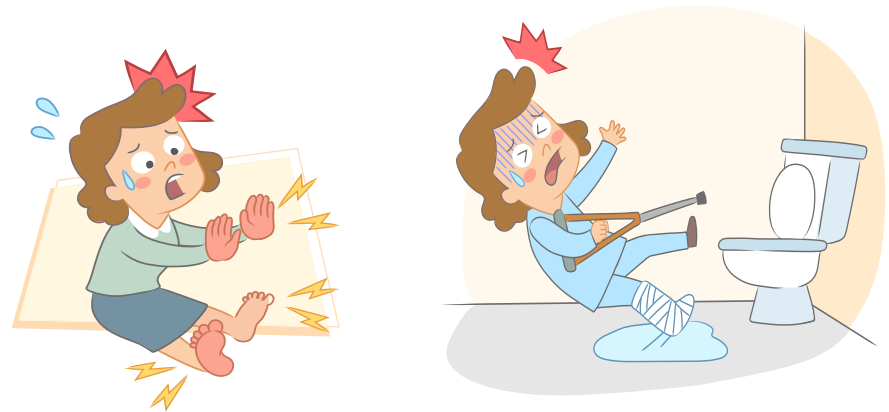
하루에 복용하는 약의 종류와 횟수가 많을 경우 환자가 약 먹는 것을 잊어버리고 빠뜨릴 수 있습니다. 의료진에게 여러 가지 약물을 복용하기 위해 횟수를 줄일 수 있는 방법을 상의해 보시기 바랍니다.


**02**  
100% 활용하기  
**한밤중에 화장실 가다가 넘어질까 염려가 도요**

- 내담자** 딸(50대 초반)
- 대상자** 아버지(84세), 치매진단(1년), 파킨슨병(5년), 장기요양등급 4등급
- 주요질문** 아버지가 파킨슨병을 앓다가 치매진단을 받았습니다. 몸이 불편해진 상황이라 걸을 때 보행기를 사용합니다. 한밤중에 화장실 가다가 넘어질까 염려가 됩니다.

**치매, 이런 게 궁금해요!**

저희 아버지가 파킨슨병을 앓다가 1년 전에 치매진단을 받았습니다. 거동이 불편해져 보행기를 사용하고 있습니다. 낮에는 요양보호사와 어머니께서 살펴드리고 있지만, 한밤중에 일어나 화장실에 가실 때 넘어질까 염려가 됩니다. 낙상예방을 위해 어떻게 관리해 드리면 좋을지 궁금합니다. 그리고 만일 넘어져서 응급상황이 발생하면 어떻게 대처해야 할 지 조언 부탁드립니다.




**알면 힘이 돼요!**

**가**장 걱정이 되는 것은 안전상의 문제인 거 같습니다. 낙상은 노인 사고의 주된 원인이며, 75세 이상 노인 사고사의 70%나 차지하고 있습니다. 치매와 낙상은 더욱더 밀접한 관계를 갖게 되는데, 치매환자의 경우 인지기능이 정상인 노인에 비해 낙상 발생률이 최소한 2배가 넘는다고 합니다.

우선 낙상을 예방하는 방법을 안내해드리겠습니다.

1. 가장 먼저 치매환자의 보행 및 균형, 약물, 환경적 요인 및 심혈관계 위험 요인 등 다양한 평가를 통해 낙상을 유발시킬 수 있는 위험 인자를 파악하여 이를 제거해야 합니다.
2. 낙상은 높은 장소보다는 방이나 마루와 같은 일상생활 공간에서 잘 일어납니다. 가장 큰 장애물은 계단이며 그 외 집안 구조, 가구배치, 실내조명 등 낙상을 유발할 수 있는 조건이 있는지 확인하고 개선해야 합니다.
3. 가정에서 욕실은 가장 사고의 위험성이 많은 공간으로 세심한 주의가 요구됩니다. 치매노인의 경우 화장실 사용이나 세면, 위생 시에 옆에서 다른 사람의 보조가 필요합니다. 특히 야간시간대 가족이 모두 잠든 사이에 사고가 생길 수 있으므로 주의하셔야 합니다. 욕실바닥에 미끄럼방지용이나 고무로 된 매트 깔아 낙상에 대비해야 하며, 낙상 시에도 충격을 줄여주는 효과가 있습니다.
4. 욕실 앞에 야간 보조등을 설치하면 야간에 쉽게 인식할 수 있어 좋습니다. 화장실이나 목욕탕에서 낙상사고가 자주 일어나므로 손잡이를 설치하고, 목욕탕 바닥에 물이 잘 빠지도록 배수상태를 확인합니다.
5. 이동변기를 설치해놓는 방법도 추천 드립니다. 장기요양등급이 있으므로 복지용구로 저렴하게 이동변기를 구입 할 수 있습니다. 침실에 비치해두면 야간에 편리하게 이용 할 수 있어 낙상의 위험을 줄일 수 있으리라 봅니다.


**알면 힘이 돼요!**

다음은 낙상사고가 발생했을 때 응급상황 대처방법입니다.

1. 낙상은 단순한 찰과상부터 생명을 위협하는 손상까지 다양한 결과로 이어질 수 있습니다. 따라서 낙상 후 환자의 의식 변화가 있거나 골절이 의심될 경우 함부로 움직이지 말고 119 구급대 도움을 받아 전문적인 의료진의 치료를 받아야 합니다.
2. 낙상으로 인한 골절은 손목, 엉덩이 관절, 척추의 압박 골절이 흔합니다. 특히 엉덩이 관절부위 골절은 가장 심각한 문제를 야기하는 합병증으로서, 이전에 독립적 보행이 가능한 노인들 중 약 절반에서 독립적 일상생활 활동이 불가능해지거나 집으로 퇴원하지 못하게 되는 경우가 있습니다. 골절 후 침상생활을 하게 되면서 욕창, 탈수, 폐렴 등 2차적 합병증이 야기되기도 합니다.

※ 아래 사진은 노인장기요양보험 복지용구 품목 중 미끄럼방지 용품들입니다.



※ 복지용구사업소 검색방법

노인장기요양보험 홈페이지 > 장기요양기관 찾기 > 급여 > 복지용구 선택 지역 설정 후 검색 > 복지용구사업소에 문의해서 구입  
단, 복지용구급여확인서에 구입 가능한 품목인지 확인 필요  
(문의 : 건강보험공단 ☎ 1577-1000)

02  
100% 활용하기

## 소변을 참지 못하고 아랫배가 아프다고 해요

- 내담자** 딸
- 대상자** 어머니(75세), 알츠하이머 치매 5년
- 주요질문** 치매 어머니가 며칠 전부터 자꾸만 소변이 마렵다고 화장실을 자주 가십니다. 미처 소변을 참지 못해 실수를 하고 아랫배도 아프다고 합니다.

### 치매, 이런 게 궁금해요!

치매 약을 복용하는 어머니가 며칠 전부터 소변이 마렵다고 화장실을 자주 들락거리십니다. 예전에도 방금 화장실에서 충분히 용변을 보았음에도 다시 화장실을 가겠다고 우기는 경우가 종종 있었습니다. 그래서 치매가 진행되면서 기억력 저하로 화장실 다녀온 사실을 잊을 수도 있어 여러 차례 화장실 다녀왔다는 것을 상기시켜 드렸습니다. 그런데 어머니가 소변을 참지 못하고 화장실 가는 도중 실수를 하시고, 소변을 봐도 시원하지 않고 아랫배 통증을 호소하시는 게 이전과는 상황이 다른 것 같아 걱정이 됩니다.



### 알면 힘이 돼요!

**어**머니께서 소변을 참지 못하고 아랫배 통증을 호소하신다면, 요로감염을 의심할 수 있습니다. 빠른 시일 내에 비뇨기과에 방문하여 진찰을 받아 보는 게 좋을 것 같습니다.


요도, 방광, 요관, 콩팥이 세균에 감염된 것을 요로감염이라고 합니다. 요로감염증에는 방광염과 신우신염이 포함됩니다. 감염부위에 따라 상부 요로감염인 신우신염과 하부 요로감염인 방광염으로 구분되는데, 방광염은 남성보다는 여성에서 매우 빈번하게 발생하는 질환입니다. 여성은 상대적으로 짧은 요도를 가지고 있어 항문에 존재하는 장내 세균이 요도를 통해 감염을 일으키기 쉽기 때문입니다.

치매 환자분들의 배뇨장애 원인으로는 요로계의 청결 문제와 약물의 부작용, 돌봄자의 잦은 교체, 생활환경 변화, 심리적인 원인 등이 있습니다. 따라서 치매환자 돌봄 시 다음과 같은 세심한 배려가 필요합니다.

**첫째**, 요로감염은 다른 감염성 질환과 같이 충분한 휴식과 영양, 수분 공급이 중요합니다. 특히 요로 감염의 예방과 치료는 요로계를 올바르게 관리하고 청결을 유지하는 것입니다. 요로감염의 원인균 중 85%가 대장균입니다. 건강한 노인에 비해 요로계 청결에 미흡할 수 있으므로 '대변을 본 뒤 앞에서 뒤로 닦는' 돌봄자의 세심한 도움이 필요합니다.

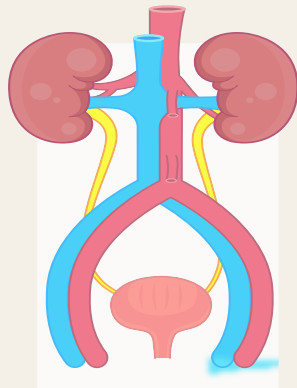
**둘째**, 자주 화장실을 가는 경우 요로감염으로 인해 나타나는 잔뇨감 때문인지 또는 치매로 인한 기억력저하 때문인지 원인을 파악해 적절하게 대처하는 것이 중요합니다. 돌봄자는 치매환자가 화장실 가는 빈도수, 소변의 색깔과 용량을 기록해 두면 병원 진료 시 도움이 될 수 있습니다.

**셋째**, 치매환자는 통증의 양상을 정확하게 표현하기 어려우므로 비언어적 행동을

 알면 힘이 돼요!




잘 관찰하는 것이 중요합니다. 예를 들어, 어느 부위가 아픈지 손으로 짚어보도록 해보고, 어르신이 얼마나 아파하는지 얼굴 표정을 통해 살펴보는 것도 도움이 됩니다.


어머니께서 현재 빈뇨, 급뇨, 잔뇨감, 배뇨통이 나타나는 것으로 보아 방광염일 가능성이 높습니다. 만약 이외에도 발열이나 오한 등이 동반되면 신우신염의 가능성이 크며, 방광염의 경우 조기치료가 중요하니 신속하게 의료기관에서 치료를 받는 것이 좋습니다.



02  
100% 활용하기

## 3주가 지나도 기침, 가래, 발열 등 감기가 낫지 않아요

-  **내담자** 아들(60대)
-  **대상자** 아버지(88세), 알츠하이머치매(5년), 장기요양 3등급
-  **주요질문** 아버지가 감기증상이 있어 동네병원에서 약을 복용하고 있는데, 3주가 지나도 낫지 않아요. 큰 병원에 가봐야 하나요?

 치매, 이런 게 궁금해요!

치매 아버지가 3주 전부터 기침, 가래, 발열 등 감기증상을 보여 동네의원 내과에 가서 약을 처방받아 복용하고 있습니다. 처음에는 증상이 심하지 않았는데, 3주가 지났지만 증상이 호전되지 않고, 기침이 더 잦아지고, 누런 가래도 많이 나와 걱정이 됩니다. 게다가 오늘 오후 주간보호센터에서 귀가하신 후 저녁식사도 거른 채 힘없이 누워계셔서 어디가 편찮으신지 물어보니 기운도 없고, 입맛도 없다고 하십니다. 체온을 체크하니 열은 높지 않는데 두통도 있고 구토 증상을 보이십니다.

혹시 감기가 심해지면 폐렴이 될 수 있나요?  
병원 방문 전에 가족들이 주의해야 할 사항은 무엇인가요?



## 폐렴은 감기와 증상이 비슷해서 감기로 혼동하는 경우가 많습니다.

폐렴의 가장 흔한 원인은 미생물로 인한 감염 즉, 세균이나 바이러스가 원인이며, 드물게 곰팡이에 의한 감염이 있을 수 있습니다. 또한 미생물에 의한 감염성 폐렴 이외에 화학물질인 구토물 등의 이물질의 흡인, 가스의 흡인, 방사선 치료 등에 의해 비감염성 폐렴이 발생할 수도 있습니다.

폐렴증상은 감기처럼 몸에 열이 나고 기침이나 가래, 흉통, 호흡곤란 등을 호소하는 경우가 대부분이지만, 호흡기 증상 외에도 두통, 오심, 구토, 복통, 설사, 근육통 및 관절통 등 다양하게 나타나기도 합니다.

노인은 같은 정도의 폐렴이라도 젊은 사람에 비해 증상을 심하게 호소하지 않는 경향이 있어 진단이 늦어질 수 있기 때문에 단지 입맛과 기운이 떨어졌다하더라도 세심한 관찰이 필요합니다.

만일 감기가 1~2주 내에 치료되지 않고 그 이상 지속된다면 폐렴을 의심해 볼 수 있습니다. 또한 폐렴은 일반적으로 어린이들이 주로 잘 걸리는 병으로 알고 있지만, 65세 이상의 노인층에서도 잘 걸리고 위험도도 높기 때문에 관리를 잘하셔야 합니다.

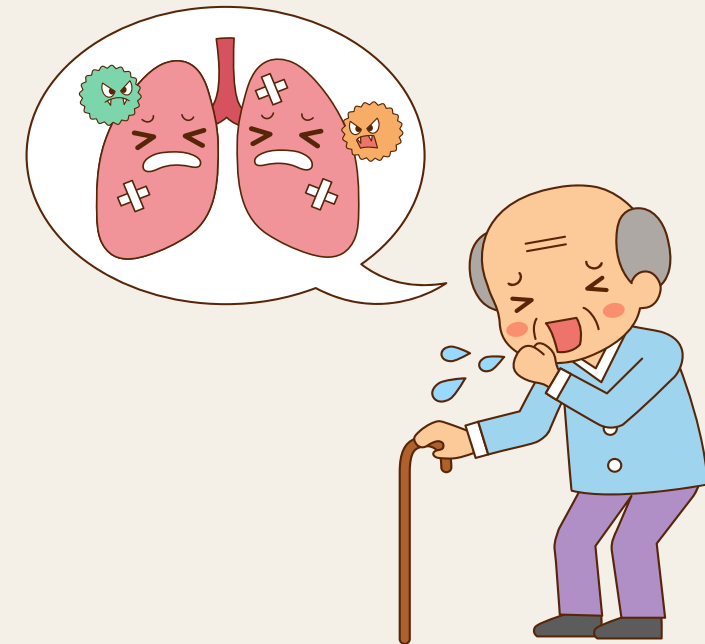
우선, 폐렴 예방의 가장 중요한 방법은 예방접종입니다.

인플루엔자 백신과 폐렴구균 백신 접종을 통하여 발병 자체를 줄여야 합니다. 또한 폐렴을 비롯한 호흡기 감염증을 예방하는 가장 확실하고 경제적인 방법은 손 씻기입니다. 손 씻기를 잘하는 것만으로도 감기는 물론 폐렴까지 예방되므로 철저한 개인위생이 필요합니다.

폐가 건강하려면 숨 쉬는 공기가 중요합니다. 공기가 건조해지면 목과 코의 점막이 마르기 때문에 나쁜 물질을 걸러낼 수 있는 기능이 저하됩니다. 실내 공기가 건조해지지 않도록 습도를 40~50%로 조절하고, 자주 환기를 해서 깨끗하게

공기를 유지하고, 실내외 온도 차는 5℃를 넘지 않는 것이 좋습니다. 목과 코의 점막을 촉촉하게 유지하기 위해서는 미지근한 물을 자주 마시는 것도 좋은 방법입니다.

폐렴 초기에 열이 난다고 원인에 대한 진단도 없이 해열제를 복용하면 진단이 늦어져 치명적인 폐렴이 될 수도 있으므로 해열제의 남용은 경계해야 합니다. 폐렴의 초기 증상은 일반 감기나 독감과 큰 차이가 없기 때문에 약국에서 감기약만 사서 복용하다보면 폐렴을 더 키울 수 있습니다. 특히 노인이나 만성질환이 있는 분들은 합병증의 위험성이 있기 때문에, 단순한 감기약 치료에 의존하기보다 빨리 병원에 가서서 치료를 받는 것이 좋습니다.



02

100% 활용하기

## 말기 치매환자 돌봄 시 무엇을 고려해야 할까요?

**내담자** 딸(60대)

**대상자** 어머니 (90세, 말기 치매환자)

**주요질문** 치매 환자인 어머니가 오랫동안 누워만 계시면서 말을 걸어도 반응이 없고, 식사도 힘들게 되면서 욕창, 폐렴 등의 합병증도 있습니다. 치매 말기 단계로 가는 어머니의 간병을 어떻게 해야 할까요?

### 치매, 이런 게 궁금해요!

저희 어머니는 12년 전 치매진단을 받고 오랜 기간 병원과 집을 오가며 가족들이 직접 돌보고 있습니다. 이제는 집안 식구들도 알아보지 못하고 식사, 세수하기, 대소변 가리기 등 일상생활은 전적으로 다른 사람의 도움이 필요합니다.

몇 년 전 넘어져 고관절을 다친 이후로는 거의 침대에 누워 계시며 기저귀를 사용 중입니다. 누워만 계시는지 치매 진행 속도도 빨라지고 욕창, 폐렴, 변비 등의 합병증이 나타나고 있지만, 자신의 고통조차 저에게도 말할 줄 모르는 것 같습니다. 가끔 소리를 지르거나 얼굴을 찡그리시는데 통증으로 고통스러워서 그러신 것 같아 지켜보는 입장에서도 무척 안쓰럽습니다.

무엇보다 신체적, 정신적 기능이 이제는 더 이상 호전을 기대하기는 어려운 상태라고 주치의로부터 듣게 되었습니다. 치매 말기로 진행되는 어머니를 앞으로는 어떻게 돌보드려야 할지 막막합니다. 치매말기 환자를 위해 자식으로서 어떻게 하는 것이 최선의 방법일까요?

 알면 힘이 돼요!

**치**매 말기는 타인의 도움을 전적으로 받아야 하는 단계입니다. 환자의 주변 환경을 위험하고 소란스럽지 않게 안정된 분위기를 조성하는 게 좋습니다. 말기 치매환자들은 의사소통 능력의 대부분을 상실하여 언어적 표현이 어렵기 때문에 치매환자의 증상과 이와 관련된 간호방법을 아는 것이 중요합니다.

또한, 항상 환자의 안전을 고려하고, 가족들이 환자의 간호와 관리에 대한 책임을 분담하여 스트레스를 줄이는 것도 필요합니다.

구체적인 간호와 돌봄 관리의 대처방법은 다음과 같습니다.

### 1. 합병증

체온, 맥박, 혈압 등을 포함하여 신체변화에 중요한 지표를 측정하여 노인의 상태를 관찰하고 측정된 활력징후가 정상범주가 아니면 즉시 전문의에게 진료상담을 받아야 합니다. 와상상태의 치매환자는 삼키는 기능이 저하되어 영양결핍이 호발하며 다양한 감염에 취약한 상태가 됩니다. 욕창을 통한 감염, 흡인성 폐렴 등의 감염증이 발생하기 쉽고 이러한 감염증과 낙상 등의 사고는 사망으로 이어지기도 합니다.

### 2. 통증관리

말기 치매환자들은 그들이 고통 중에 있다는 것을 가족에게 말할 능력이 없습니다. 어머니가 소리를 지르거나 만졌을 때 얼굴을 찡그린다거나 통증의 조짐을 보인다면 주치의와 상의하여 통증조절을 위한 약물치료가 필요합니다.

가능하다면 환체어를 이용하여 어머니를 밖으로 모시고 나가서 신선한 공기, 햇빛과 자연의 아름다움을 느낄 수 있도록 해드립니다. 또 필요하다면 호스피스 케어 이용을 고려해 볼 수 있습니다.

### 3. 관심 기울이기

누워서 지내게 되면 더 많은 관심과 배려가 필요합니다.

어머니에 대한 간호방법을 익히는 것이 중요하지만 증상이 악화되는 것을 너무 비관적으로 생각하지 말아야 합니다.



알면 힘이 돼요!

#### 4. 치매환자를 한 인격체로 존중

치매로 인해 아무리 정상적인 행동을 할 수 없게 되었다 할지라도 인간으로서의 존엄성을 존중하고 애정 어린 말과 태도로 대해야 합니다. 특히 치매환자가 있는 곳에서 환자에 대해 언급하지 않아야 합니다. 안정감을 줄 수 있는 접촉(터치)을 해주거나 손 비비기 또는 다정한 포옹, 음악은 행복과 즐거움을 가져다 줄 수도 있습니다.

#### 5. 종교적으로 준비할 부분 점검

종교를 가지고 있었던 환자들인 경우, 가끔 자신의 종교음악이나 상징, 의식에 대해서 반응과 관심을 보이는 경우가 있습니다. 이때에는 가능하다면 지속적으로 환자의 종교생활을 영위할 수 있도록 도와주고, 종교인의 방문을 주선하도록 합니다.

#### 6. 임박한 죽음에 대한 가족의 준비

치매 자체는 사망의 원인이 되지는 않으나, 신체기능의 저하로 인한 전신질환 등이 사망의 주된 원인이 됩니다. 치매말기에 이르게 되면서 점점 상태가 악화되어가는 환자의 의료처치를 어느 정도로 할 것인지 가족들은 신중히 결정해야 합니다. 가족들은 되도록 많은 시간 환자 근처에서 돌보며 끝까지 최선의 노력을 다하도록 하나 죄의식은 환자나 가족에게 도움이 되지 않습니다.

#### 7. 임종준비

어머니의 상태가 점차 나빠지고 죽음의 징후가 나타나면, 미리 친척과 지인 등 의미 있는 분들에게 방문하도록 연락을 합니다. 죽음은 환자나 가족에게 많은 영향을 미치며, 누구에게나 받아들이기 어려운 문제입니다. 오랫동안 환자와 함께한 따님의 경우에는 특히 상실에 대한 대처를 적절히 할 수 있도록 가족 서로 간의 지지와 위로가 매우 중요합니다.

말기 치매환자의 돌봄이 쉬운 일은 아닙니다. 치매말기에 생길 수 있는 신체적 합병증, 통증관리, 유언 등 사후에 대해 준비해야 합니다. 더불어 말기 치매환자를 돌보는데 가장 중요한 것은 치매환자가 가족과 지인 등의 사랑과 온기를 느끼도록 하는 것입니다.

02  
100% 활용하기

## 장기간 치매환자 돌봄으로 삶이 피폐해지고 절망감에 빠지게 돼요



내담자 딸(50대)



대상자 어머니(80대) 2등급, 알츠하이머치매



주요질문 치매환자인 어머니를 돌본지 10년이 되어갑니다. 저의 개인적인 삶은 완전히 포기한 채 살다보니 마음에 병이 온 것 같습니다.




치매, 이런 게 궁금해요!

치매환자인 어머니를 돌본 지 10년이 되어갑니다. 와상상태로 대소변과 식사케어를 도와 드려야하기 때문에 잠시도 자리를 비울 수가 없습니다. 하루 4시간 방문요양서비스를 받고 있지만 마음 편하게 친구를 만나거나 모임참석이 쉽지 않습니다. 당연한 것이라고 여기면서도 시간이 지나면서 마음에 병이 온 것 같기도 합니다.

어머니가 주무시고 나면 나의 인생은 무엇이고, 단 며칠이라도 여행을 갈 엄두를 내지 못하는 상황이 속상합니다.

처음부터 제가 어머니를 모시다 보니 다른 형제들은 당연하게 여기고 있어, 간혹 며칠간 여행도 가고 싶고 나만의 시간을 갖고 싶기도 해서 어렵게 말을 꺼내면, 의사 전달하는 과정에서 오해가 생기고 생각이 달라 대화조차 쉽지 않습니다.

이렇다 보니 형제들에게 이해와 도움을 구하는 과정 자체가 번거롭고 힘들어 대화를 포기하게 되었습니다. 그렇게 체념하고 살다 보니 저의 삶은 점점 더 피폐해지고 절망감에 빠져 무기력해지고 우울증도 올 것 같습니다. 어머니를 끝까지 돌보면서 저의 삶도 지킬 수 있는 방법은 없을까요?


**알면 힘이 돼요!**

**치**매인 어머니를 혼자 10년간 돌보셨다면 그동안 얼마나 많은 어려움을 겪으셨고 힘들었는지 상상이 갑니다.

오랜 시간 잘 견디어 내셨는데 앞으로는 따님의 건강과 삶도 챙기면서 지내실 것을 권유드립니다. 말씀하신 것처럼 여행도 가고 모임참석을 통해 환기가 필요하며, 같은 고민과 공감대를 갖은 사람들과 허심탄회하게 이야기하며 이해받는 시간도 필요할 것으로 생각합니다. 그러한 시간을 통해 힘을 얻고 에너지를 재충전하면 보다 건강하게 어머니를 돌보실 수 있을 것입니다.

그러기 위해서 다음 두 가지 서비스 이용을 제안합니다.

첫째, 치매가족휴가제와 단기보호서비스입니다.

치매가족휴가제는 가정에서 치매환자를 돌보는 가족이 여행 등 일시적 휴식이 필요한 경우 이용할 수 있는 제도입니다. 치매가 있는 수급자(1~5등급, 인지지원등급)는 연간 8일 이내에 월 한도액과 관계없이 '단기보호' 또는 '종일방문요양'을 이용할 수 있습니다. 치매가족휴가제의 단기보호급여를 이용할 수 있는 수급자는 1~5등급 치매 수급자 및 인지지원등급 수급자이며, 종일 방문요양은 1~2등급 중증치매 수급자만 이용할 수 있습니다.

또한, 단기보호서비스는 월 9일 이내 기간 동안 장기요양기관에 어르신을 보호하여 신체활동지원 및 심신기능의 유지, 향상을 위한 교육, 훈련을 제공하는 장기요양 급여입니다. 좀 더 상세한 내용이 궁금하시면 건강보험공단 또는 장기요양기관으로 문의하시기 바랍니다.

치매환자를 돌보는 가족은 자신의 신체적, 정신적 건강을 위해 스스로를 돌보는 것이 자신의 건강뿐만 아니라 환자 돌봄에도 도움이 될 수 있습니다. 장기요양 서비스를 이용해 잠시 환기할 수 있는 시간을 갖도록 권유합니다.

둘째, 치매환자 가족을 위한 자조모임입니다. 치매안심센터에서 운영 중인 치매환자


**알면 힘이 돼요!**

보호자를 위한 자조모임은 경도인지장애, 치매환자 가족과 보호자를 대상으로 하고 있습니다. 자조모임 장소로는 치매안심센터에 설치된 가족카페 또는 참여자간 모임이 용이한 장소 등 공간의 제약을 두고 있지 않으며, 중앙치매센터 홈페이지 '우리동네 자조모임' 또는 지역 치매안심센터에서 운영하는 비대면 온라인 자조모임도 있습니다. 치매환자 가족의 고통을 서로 나누고, 자신의 삶을 효과적으로 조절하기 위해 모인 사람들의 자발적인 연합체라 할 수 있습니다.

치매가족 자조모임은 치매환자 보호자 상호 간 정서·정보 교류를 통해 치매환자 돌봄의 심리적 부담 경감과 사회적 고립을 방지할 수 있도록 하는 정기적 모임이라 할 수 있으니 자조모임 참석도 권유합니다.



02  
100% 활용하기

## 독박 돌봄으로 형제들이 원망스럽고, 억울해요


- 내담자** 딸 (50대, 서울 거주)
- 대상자** 84세, 친정어머니
- 주요질문** 치매인 친정 엄마를 혼자서 돌보다보니 형제들이 원망스럽고, 왜 나만 돌봐야 하는지 자꾸만 억울한 마음이 들어요.

### 치매, 이런 게 궁금해요!

혈관성 치매진단을 받은 지 7년이 된 어머니를 모시고 있는 딸입니다. 작년까지 친정아버지가 어머니를 돌보고 있었으나 아버지가 갑자기 위암으로 돌아가셨습니다. 슬픔이 채 가시기도 전에 치매어머니는 아버지가 바람이 났다거나, 아버지는 언제 오냐며 병원에서 퇴원 하는 날만 기다리고 있습니다. 그런 어머니를 제가 돌보게 되었고, 잘 모시고 싶은 마음입니다.

그런데 어머니가 주간보호센터를 다니다가 넘어져 고관절 수술을 하게 되면서 꼼짝없이 옆에서 돌봐야 하는 상태가 되었습니다. 매일 똑같은 이야기를 수도 없이 반복하고, 별것도 아닌 일로 갑자기 화를 내기도 하는 등 저는 점점 녹초가 되어갑니다. 그동안 아버지가 어머니를 돌보느라 얼마나 힘들셨을까 생각하면 눈물이 나기도 합니다.

어머니는 딸인 저 외에는 다른 사람이 돌보는 걸 싫어하십니다. 그리고 형제들도 본인들은 싫어해서 어쩔 수 없다며 이런저런 핑계를 대고, 어머니 돌봄에 대한 부담을 회피하고 있습니다. 점점 형제들에게 원망하는 마음이 생기고 왜 나만 독박 돌봄을 해야 하는지 억울한 생각도 듭니다. 연료하고 병드신 어머니를 이제 겨우 1년 모시면서 이런 생각을 하는 제가 너무 이기적인건가요?


 알면 힘이 돼요!

**치**매인 어머니를 혼자서 돌보며 애쓰시는 마음이 느껴집니다. 치매환자가 생기면 가족 전체에 많은 영향을 미치게 되며, 가족 중 한 사람이 책임을 지게 되면 가족 간 갈등이 발생하게 됩니다. 치매는 투병 기간이 길기 때문에, 혼자 희생하면 된다고 생각하지 마시고 장기적인 대책을 세워야 합니다.

치매환자는 돌보지 않고 겪어보지 않으면 돌봄이 얼마나 힘든지 잘 모릅니다. 그렇기 때문에 처음부터 가족들에게 부담을 분담해 줄 것을 정확히 밝히는 게 필요합니다.

물론 대부분 치매환자는 주위자극과 변화에 민감하므로 익숙한 보호자로부터 돌봄을 원하는 경우가 많습니다. 하지만 다른 보호자가 점점 간병시간을 늘려가다 보면 새로운 보호자도 익숙하게 되어 환자도 적응하게 될 것입니다. 만약 다른 가족이 돌봄을 거부한다면 경제적 문제 등 다른 방면에서 도움을 받으려 합니다.

치매환자 돌봄자는 자신을 위해 스트레스와 건강관리가 필요합니다. 여행, 모임 참석, 영화를 보러 가는 등 일상적인 사회활동을 통해 쉽지는 않지만 돌봄자 자신의 삶도 적극적으로 이어가는 노력이 필요합니다. 또한, 돌봄으로 힘들 때는 무엇보다 자신의 감정과 기분을 솔직하게 이야기하는 것도 중요합니다. 의사, 상담 전문가, 정신건강복지센터, 24시간 운영하는 치매상담콜센터에서 상담을 받는 것도 방법입니다. 그리고 감정조절이 쉽지 않을 때는 감정적으로 대처하기 보다는 '감정일기'를 쓰면서 현실을 객관적으로 바라보고, 자신을 돌아보며 정리하는 시간을 갖는 것도 좋은 방법이 될 수 있습니다.

같은 상황에 있는 다른 치매환자 가족들을 만나 정보를 공유하는 것도 도움이 됩니다. 관할지역 치매안심센터의 '헤아림' 돌봄교실과 자조모임에 참여해 보는 것도 권해드립니다. 그리고 건강보험공단에서는 노인장기요양보험 수급자 가족의 스트레스, 부양부담 완화와 삶의 질 향상을 위해 '돌봄여정 나침판'이라는 가족상담 프로그램을 제공하고 있으니 참여해 보는 것도 기분전환에 도움이 될 것입니다. 뿐만 아니라 치매가족휴가제, 단기간 환자를 보호해 줄 수 있는 단기보호 서비스를 이용해 재충전의 시간을 가져보는 방법도 있습니다.



# 도움이 되는 알짜정보



치매 위험요인  
관리

실종예방 및  
지원사업

장기요양  
보험제도

치매안심센터  
경제적 지원

03  
알짜정보

## 평생 술을 즐기고 끊지를 못해요

**내담자** 60대 후반, 남성.

**주요질문** 술을 마시기 시작한 지 30년이 넘었는데 술을 끊기가 어려워요.  
술을 끊지 않으면 치매에 걸릴까요?

알코올은 혈관을 통해 우리 몸에 흡수되는데 혈관 속 알코올이 뇌세포에 손상을 주고, 지속적이고 만성적인 음주습관은 뇌기능에 심각한 영향을 끼칩니다. 과다한 알코올 섭취로 인해 뇌의 기억을 관장하는 영역들이 반복해서 뇌손상을 받게 되면, 뇌가 전반적으로 위축되고 뇌구조에도 변화를 일으키게 되며 종국에는 알코올성 치매로 진행될 수도 있습니다.

오랜 기간 동안 만성 알코올 섭취로 인하여 체내에 비타민 B1(티아민)이 결핍되면, 기억력이 떨어지고 보행에 문제가 발생하는 등의 증상이 나타날 수 있습니다. 따라서 충분한 영양섭취와 건강한 식습관을 가지는 것이 중요합니다.

그러나 알코올성 치매예방을 위해서는 무엇보다 금주를 실천하는 것이 가장 중요합니다. 만일 혼자서 술을 끊기 힘들 경우 가까운 지역의 중독관리통합지원센터(알코올상담센터)를 방문하여 도움을 받는 것이 좋습니다.



또한 만성음주로 인해 건망증이 심해졌다면 금주치료와 함께 인지기능평가와 치료가 늦어지지 않도록 병원을 방문하여 전문의와 상담할 것을 권유드립니다.

03  
알짜정보

## 오랫동안 우울증을 앓고 있어요

**내담자** 60대 중반, 여성.

**주요질문** 오래전부터 우울증을 앓고 있어요.  
우울증도 치매발병에 영향을 준다고 하는데, 어떻게 해야 하나요?

우울 증상을 방치할 경우 일상생활 기능의 저하를 가져오고 삶의 질 저하를 초래할 수 있습니다.

또한 우울증은 치매발병의 위험요인이 되기도 합니다. 여러 연구를 통해 우울증을 앓은 적이 있는 노인은 그렇지 않은 노인에 비해 치매발생 확률이 2~3배가량 높다고 알려져 있습니다.

특히 노년기 우울증은 기억력, 주의력 저하 등 인지기능장애가 나타날 수 있기 때문에 치매로 오인되는 경우가 많습니다. 대표적인 가역성 치매의 종류 중 우울증에 의한 가성치매는 적절한 시기에 치료를 하지 않으면 뇌에 구조적 변성이 발생하거나 비가역적인 변화가 생겨 원인 질환을 치료하여도 치매 증상이 좋아지지 않을 수 있습니다.

우울증은 가족과 친구 등 주변의 지지와 격려, 전문가의 상담, 약물 치료 등을 통해 증상을 호전시킬 수 있습니다. 또한 운동 등 신체적 활동이 우울증상에 효과가 있는 것으로 알려져 있습니다. 걷기, 수영 등 자신의 체력에 맞고 즐길 수 있는 운동을 권유합니다.

우울증이 있는 경우 무엇보다 중요한 것은 치매로 진행하지 않도록 정신건강의학과 전문의의 진찰과 적절한 치료를 유지하는 것입니다.

### 03 알짜정보

## 고혈압, 고지혈증, 당뇨병이 있어요.

**내담자** 60대 초반, 여성

**주요질문** 비만체질이라 고혈압, 고지혈증, 당뇨병으로 약을 복용하고 있어요. 건강검진 결과 혈관성 치매위험도가 높다고 나왔는데 어떻게 해야 하나요? 치매예방약을 복용해야 할까요?

치매예방에는 무엇보다 스스로 조절 가능한 위험인자를 관리하는 것이 중요합니다.

고혈압, 당뇨병, 고지혈증, 심장질환 등 혈관을 손상시키는 질환들과 이러한 손상을 악화시키는 흡연, 비만, 운동 부족 등은 뇌혈관 질환 및 퇴행성 치매의 위험요 소입니다.

뇌 조직은 한번 손상이 된 후 되돌릴 수 있는 방법이 없으므로, 평소 이러한 위험인자를 정기적으로 검진하면서 관리하는 것이 가장 중요합니다.

따라서 성인병에 대한 집중적 관리와 금연, 규칙적 운동, 과식을 하지 않는 등의 생활습관 변화가 중요하며, 견과류, 야채와 과일을 충분히 섭취하여 뇌손상을 줄여주는 식사습관을 가져야 합니다.

뇌기능 개선제나 영양제가 뇌건강에 도움이 되는가에 대해서는 아직까지 객관적인 근거가 부족합니다. 치매 예방에 가장 좋은 방법은 충분한 신체 활동 및 균형 잡힌 식사습관과 같은 건강한 생활습관을 갖는 것입니다.

### 03 알짜정보

## 실종경험이 있는 치매환자인데 배회감지기를 이용할 수 있을까요?

**내담자** 배우자

**주요질문** 70대 치매 남편이 밖에 나갔다가 여러 차례 길을 잃어 경찰의 도움으로 찾는 경험이 있습니다. 위치를 추적할 수 있는 배회감지기는 어떻게 신청하나요?

### 1. 보건복지부 - 경찰청 민간협력 행복 GPS 사업

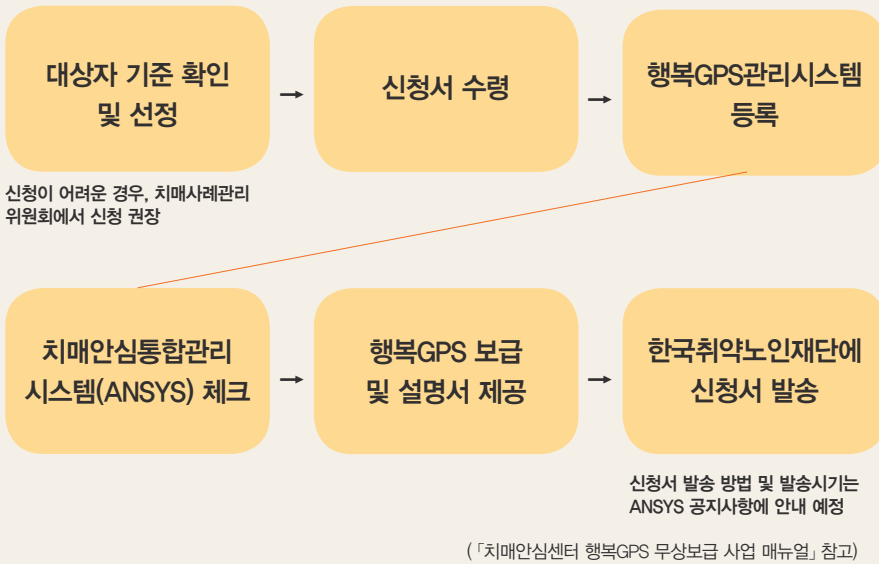
실종예방을 위해 2021년~2024년, 복지부-경찰청-민간협약으로 손목시계형 배회감지기를 치매환자와 인지저하자에게 무상으로 보급하고 있습니다.

- 대상 : 배회나 실종경험 혹은 실종 위험이 있는 치매환자 및 인지저하자
- 신청 장소 : 치매안심센터
- 문의 : 치매안심센터(보급 및 배포), 경찰청(182)



## 행복GPS 보급 과정

- ① 대상자 기준 충족여부 확인 및 보급자 선정
- ② 신청서 수령
- ③ 행복GPS 관리시스템에 기기, 대상자, 보호자 정보 등록
- ④ ANSYS 등록> 상세정보 > '실종', '배회', '행복GPS 무상보급 여부' 체크
- ⑤ 행복GPS 및 설명서 제공(사용가능기한 및 만료 후 기기 자체 폐기 안내)
- ⑥ 한국취약노인재단에 신청서 발송



## 2. 국민건강보험공단 복지용구 배회감지기 보급 사업

치매환자 등 실종예방을 위해 배회감지기를 국민건강보험공단 노인장기요양보험 수급자에게 대여하는 제도입니다.

### ◎ 종류

1. GPS형 : 수급자가 착용하거나 소지품 등에 부착하여 사용하는 형태로 위성신호를 이용하여 수급자의 위치를 보호자에게 알려주는 형태
2. 매트형 : 수급자의 침대 밑이나 현관문 앞에 설치하여 매트를 밟으면 램프 등 알림이 울려 보호자에게 알려주는 형태

- 대 상 : 국민건강보험공단 노인장기요양보험수급자 (시설급여 이용 시 대여 불가)
- 신청장소 : 복지용구사업소
- 문 의 : 국민건강보험공단 고객센터 (1577-1000)

## 3. 치매체크 앱 배회감지서비스

치매환자와 보호자의 스마트폰을 매칭하여 실시간 치매환자의 위치를 확인하여 치매환자의 실종을 예방하는 서비스입니다.

- 이용방법 : 치매체크 앱 무료 다운로드 후 배회감지서비스 이용
- 문의 : 치매상담콜센터( 1899-9988)



### 03 알짜정보

## 실종경보 문자메시지는 어느 기관에 신청하고 이용할 수 있나요?

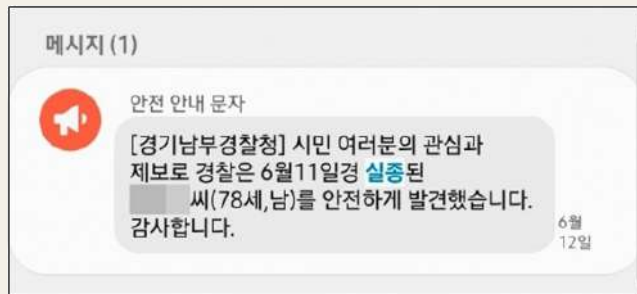
**내담자** 딸

**주요질문** 80세 치매 어머니가 새벽에 집을 나가셨는데 날이 어두워진 지금까지 돌아오지 않고 있습니다. 경찰에 실종신고는 하였지만 아직 연락이 없어요. 휴대전화 문자메시지 서비스는 어떻게 이용하나요?

경찰청은 '실종 아동 등의 보호 및 지원에 관한 법률' 개정에 의거 2021년 6월 9일부터 치매환자 등 실종자의 보호자 동의가 있을 경우, 실종자의 지역 주민들에게 실종자 관련 정보를 휴대전화 문자메시지로 발송하게 됩니다.

- 문자발송 신청 : ☎182
- 문자발송 대상 : 18세 미만 아동, 지적·자폐성·정신장애인·치매환자 등
- 문자발송 정보 : 실종자의 신상과 인상착의 등
- 문자발송 조건 : 보호자 동의
- 문자발송 지역 : 실종자가 현재 있다고 추정되는 지역을 중심으로 발송
- 실종자 발견 시 : 실종자가 발견되면 발견 사실을 알리는 문자도 발송

※ 실종 경보 문자메시지의 예:



### 03 알짜정보

## 실종 치매환자 가족의 유전자 검체 등록과정은 어떻게 진행되나요?

**내담자** 아들

**주요질문** 80세 치매 아버지가 6개월 전 집을 나가셨다가 실종되었습니다. 유전자 검체를 채취해서 어느 기관에 등록을 하나요?

중앙치매센터에서는 국립과학수사연구원에 등록된 보호시설 및 정신의료기관의 무연고치매노인 유전정보와 실종치매노인 가족의 유전정보를 대조하여 실종노인 찾는 서비스를 지원하고 있습니다.

치매노인 가족의 유전자 검체 과정 및 등록과정은 다음과 같습니다.

1. 실종치매노인 가족이 실종 가족을 찾기 위해 유전자 등록을 경찰서에 요청
2. 관할 경찰서(자녀 및 실종노인 등 관련 있는 곳)에서 유전자 검체를 채취
3. 경찰서는 채취한 유전자 검체를 중앙치매센터 실종지원 담당에게 등기우편으로 발송
4. 중앙치매센터는 채취된 검체를 즉시 국립과학수사연구원으로 발송

◆ 중앙치매센터 실종치매노인 찾기 지원 사업 ◆

실종치매환자를 찾기 위해 온·오프라인 홍보, 홍보물 무료 제작 등 지원하는 서비스입니다.

- ◎ 내용 : 온·오프라인 홍보
- 중앙치매센터, 광역치매센터, 치매안심센터 홈페이지, 치매체크앱, 신문 등 다양한 매체를 활용하여 실종치매환자 찾기 홍보 진행

• 이용방법 : 경찰청 시스템에 치매환자 실종신고 정보 등록 시, 인터넷 공개여부 (보호자 동의 필요)에 공개 처리하면 자동으로 홍보 진행됨

◎ 홍보물 무료 제작 지원

- 실종치매환자 가족 중 신청자에 한하여 전단지(4,000장), 스티커(1,000장), 현수막(1개) 제작 지원
- 이용방법: 중앙치매센터, 광역치매센터, 치매안심센터 홈페이지 신청
- 문의: 치매상담콜센터(☎1899-9988)



03  
알짜정보

## 치매진단 후 어떤 돌봄 서비스를 이용할 수 있나요?

내담자 아들

주요질문 80대 어머니가 치매진단을 받고 얼마 전에 장기요양 5등급을 받았습니다. 어떤 서비스를 이용할 수 있을까요?

노인장기요양보험제도는 국민건강보험 가입자 중 만 65세 이상 또는 65세 미만의 노인성 질환을 앓고 계신 분 가운데 혼자서 일상생활을 수행하기 어려운 경우, 신체활동이나 가사지원 등의 서비스를 제공해드리는 제도입니다.

◆ 장기요양인정 신청 자격

- 장기요양보험가입자 및 그 피부양자, 의료급여수급권자
- 대상 : 만65세 이상 또는 만65세 미만으로 노인성 질환을 가진 자
- 노인성질환 : 치매, 뇌혈관성질환, 파킨슨병 등 대통령령으로 정하는 질병

◆ 장기요양인정 신청기관 및 방법

- 신청기관 : 전국 공단지사(노인장기요양보험운영센터)
- 신청방법 : 공단 방문, 우편, 팩스, 인터넷, 「The건강보험」앱
- 갱신 신청의 경우 통화자의 신분확인 절차를 거쳐 우선 신청 가능
- 신청인 : 본인 또는 대리인

[대리인 : 가족, 친족 또는 이해관계인, 사회복지전담공무원, 치매안심센터의 장, (신청인이 치매환자인 경우에 한정), 시장·군수·구청장이 지정하는 자]

◆ 돌봄 서비스

- 노인장기요양등급 판정 후 시설급여 또는 재가급여서비스 이용 가능
- 1~2등급은 시설 및 재가서비스 이용가능, 3~5등급은 재가서비스 이용가능, 인지지원 등급은 주야간보호서비스 이용가능

◆ 재가서비스

- 방문요양, 주야간보호, 방문간호, 단기보호, 치매가족휴가제, 복지용구 등 이용 가능
- ※ 자세한 사항은 국민건강보험공단(1577-1000)으로 문의



03  
알짜정보

## 요양원에 가려면 급여내용을 변경해야 하나요?

내담자 며느리

주요질문 시아버님이 장기요양 4등급을 받고 주야간보호센터를 이용하고 있는데, 증상이 심해져 요양원에 모시려고 합니다. 어떻게 해야 하나요?

노인장기요양 인정신청을 하면 건강보험공단에서 대상자의 상태에 따라 등급판정을 하게 되고, 시설급여 또는 재가급여 서비스를 이용할 수 있습니다. 시설급여란 요양시설(요양원)을 이용하는 서비스를 말하며, 재가급여란 집에서 방문요양, 주야간보호, 방문목욕 등을 이용하는 서비스를 말합니다.

1~2등급은 시설 및 재가서비스 이용이 가능하며, 3~5등급은 재가서비스 이용이 가능합니다.

다만, 예외적으로 3~5등급의 경우에도 장기요양 급여종류·내용변경 신청을 통해 시설입소가 가능하며, 신청방법 및 주의사항은 다음과 같습니다.

◆ 장기요양 급여종류 · 내용변경 신청(시설급여) 주의사항

- 장기요양 급여종류가 재가급여인 3~5등급 수급자가 시설급여를 희망하는 경우 건강보험 공단에 신청할 수 있음
- 신청 시 사실확인서, 치매진단서 등 신청사유에 해당하는 입증서류 제출
- 시설급여 변경을 할 수 있는 해당사유가 있어야 신청할 수 있으며, 신청 후 등급판정위원회가 인정한 경우 시설급여 이용이 가능함

◆ 급여내용 변경사유

- 장기요양 3~4등급의 경우, 다음 세 가지 사유 중 한 가지만 충족하여도 신청가능
  - ① 주 수발자인 가족구성원으로부터 수발이 곤란한 경우
  - ② 주거환경이 열악하여 시설입소가 불가피한 경우
  - ③ 치매 등에 따른 문제행동으로 재가급여를 이용할 수 없는 경우
- 장기요양 5등급의 경우, 두 가지 사유를 모두 충족해야 신청가능
  - ① 치매 등에 따른 문제행동으로 재가급여를 이용할 수 없는 경우
  - ② 주 수발자인 가족구성원으로부터 수발이 곤란하거나, 주거환경이 열악하여 시설입소가 불가피한 경우



## 03 알짜정보

# 치매검사를 받으려면 비용이 드나요?

**내담자** 65세 여성

**주요질문** 60세가 넘었는데요, 무료로 치매검사를 해주는 곳이 있나요?

만 60세 이상은 가까운 치매안심센터를 통해 치매 조기검진을 무료로 받으실 수 있습니다. 신분증 지참하여 방문하시면 됩니다.

치매안심센터의 조기검진 진행절차는 다음과 같습니다.

**1. 1단계 선별검사**

치매안심센터에서 설문형태로 간단히 인지기능 저하 여부를 확인하는 검사입니다.

**2. 2단계 진단검사**

치매안심센터 또는 협약병원에서 실시하며, 뇌의 영역별 인지상태를 파악하는 검사로 인지기능 정도를 객관적으로 평가하기 위한 검사입니다.

1단계 선별검사 결과 인지저하자에 한하여 안심센터 검사 시 무료로 검사가 진행됩니다.

**3. 3단계 감별검사**

혈액검사 및 뇌 영상 검사(CT 또는 MRI)를 합니다. 원인을 확인하고 최적의 치료를 위한 검사입니다. 2단계 검사 결과 치매진단이 나온 경우 기준중위소득 120% 이하인 경우 감별 검사비용에 한하여 지원됩니다.

03  
알짜정보

## 치매 약을 복용중인데 비용을 지원해주나요?

**내담자** 아들

**주요질문** 85세 아버지가 치매환자인데, 치매약값도 지원해주나요?

치매치료관리비 지원제도의 지원내용은 다음과 같습니다.

- 대상 : 치매치료제를 복용 중인 치매환자
- 지원 내역 : 치매치료관리비 보험급여분 중 본인부담금 (약제비 본인부담금 + 약 처방 당일 진료비 본인부담금)
- 지원금액 : 월 3만원(연간 36만원) 상한 내 실비지원
- 지원대상 : 해당지역주민 중 치매안심센터에 치매환자로 등록된 자 (신청 : 본인, 가족, 그 밖의 관계인, 치매안심센터 담당공무원 및 사회복지 담당공무원)
- 신청방법 : 관할 치매안심센터에 치매치료관리비 지원 신청서를 작성하여 해당 구비서류와 함께 제출


- 구비서류
  1. 대상자 본인 명의 입금통장 사본 1부
  2. 당해 연도에 발행된 치매치료제가 포함된 약 처방전 또는 약품명이 기재된 약국 영수증
  3. 지원대상자의 주민등록등본 1부
  4. 신청일 전월 기준 건강보험료 납부확인서 및 건강보험증 사본 1부 (행정정보 공동이용 사전 동의서 제출 시 생략 가능)
- 대상자 선정기준(1~4번 기준 모두 충족)
  1. 연령기준 : 만 60세 이상(단, 초로기 치매환자 선정 가능)
  2. 진단기준 : 상병코드 F00~03, G30 중 하나, G31.00(전측두엽 치매), G31.82 (루이소체 치매), F10.7(알코올성 치매)
  3. 치료기준
    - 아래 4가지 치매치료제 성분이 포함된 약을 처방받은 경우 Donepezil, Galantamine, Rivastigmine, Memantine
    - 혈관성치매(F01)로 진단받은 환자는 치매치료제 성분 또는 아래 혈관성치매 치료제 성분이 포함된 약을 처방받은 경우 Aspirin, Cilostazol, Clopidogrel, Ticlopidine, Triflusal, Warfarin
- 소득기준 : 기준 중위소득 120% 이하인 경우(2022. 8. 5. 기준) ('22년도 치매치료관리비지원 대상 건강보험료 본인부과액 기준)



03  
알짜정보

## 치매환자에게 필요한 기저귀 등 조호물품도 지원되나요?

 **내담자** 배우자(남편)

 **주요질문** 80대 치매 아내가 최근 기저귀를 착용하게 되었습니다.  
정부에서 기저귀를 지원해 준다고 해서 문의합니다.

치매안심센터에서는 치매환자 및 가족의 경제적 부담 경감을 위해 치매환자의 상태에 따라 돌봄에 필요한 조호물품(기저귀 포함)을 무상공급하고 있습니다.

조호물품 지원서비스 내용은 다음과 같습니다.

- 대상 : 치매안심센터에 등록된 치매환자  
단, 시설입소자의 경우 제공 제외(기존에 제공받던 시설입소자는 신청일 기준 최대 1년까지 제공 가능)
- 신청 장소 : 치매안심센터 및 분소
- 지원 품목 : 총 13개 품목 내에서 지자체의 상황에 맞게 선택하여 제공  
\* 조호물품은 각 지자체 치매안심센터에 문의하시기 바랍니다.
- 제공기간 : 조호물품 신청일 기준 최대 1년까지 제공 가능  
단, 기초생활수급자 및 차상위계층대상자임이 확인될 경우 제공 기간 적용 제외



치매상담콜센터

**1899-9988**

치매에 대해 **궁금한 점**이 있으세요?  
치매어르신 때문에 **힘든 점**이 있으세요?  
**24시간 365일**, 언제 어디서나



# 치매로 인한 증상인지 헛갈려요



음식을 삼키지 않고  
뱉어내요

소변실수를  
자주해요




걸음걸이가  
이상해요


갑자기 어제 있었던  
일을 전혀 기억하지  
못해요

귓속에서 자꾸  
소리가 난다고 해요

04  
헷갈려요

## 음식을 삼키지 않고 뱉어내요

-  **내담자** 50대 아들
-  **대상자** 85세 아버지, 알츠하이머성 치매진단 5년
-  **주요질문** 죽이나 유동식 등을 드시다가 며칠 전부터는 음식을 삼키지 않고 뱉어버려요. 왜 그러실까요?

 **치매, 이런 게 궁금해요!**


85세 아버지가 얼마 전부터 음식을 잘 안 드시려고 합니다. 자식들이 인근에 살면서 매일 교대로 식사와 일상생활에 필요한 도움을 드리고 있고, 그동안 주야간보호센터도 다니시고 방문요양서비스도 이용하면서 별 문제없이 잘 지내왔습니다.

원래 말수가 적고 내성적인 아버지께서 어머니가 돌아가신 후 수 년 동안 혼자 지내시면서 약간의 우울 증세는 보였지만 특별히 문제가 되지는 않았었습니다.

그런데 3개월 전 코로나19 확진 이후 아버지께서 말귀도 어두워지고 활동량도 훨씬 줄어든 상태입니다.

치매가 심해져 요즘은 제가 옆에서 아버님을 돌보고 있는데 죽이나 유동식 등을 입에 떠 넣어드리면 조금씩이라도 삼키셨는데 며칠 전부터 입에 넣어드리면 삼키지 않고 그냥 뱉어버립니다.

혹시 치아에 문제가 있는지, 입안이 헐었는지, 입맛이 없는지 여쭙보지만 의사소통도 원활하지 않아 답답합니다. 현재 치과 예약을 한 상태입니다만, 치매가 심해지면 음식을 삼키지 않고 뱉어내기도 하나요?

 **알면 힘이 돼요!**

**의** 사소통이 원활하지 않은 아버지를 돌보시느라 어려움이 많으시겠습니다.

- 식사를 하지 않으시는 것은 여러 가지 이유가 있을 수 있습니다.
- 첫째, 치매의 진행에 따라 인지저하로 인해 씹고 삼키는 방법을 잊어버릴 수 있습니다.
- 둘째, 치아나 구강 질환 및 턱관절의 문제로 불편해 뱉어낼 수도 있습니다.
- 셋째, 삼킴 기능장애로 음식을 넘기지 못할 수도 있습니다.
- 넷째, 우울로 인한 식욕부진일 수도 있습니다.
- 또한 이외에 발열이나 소화기 장애 등이 있을 수 있습니다.

안 드시는 이유를 파악해 보고 억지로 드리는 것은 바람직하지 않지만, 식사를 거부하는 것이 장기적으로 지속되면 영양부족과 탈수현상이 나타날 수 있으므로 이에 대한 대비를 하셔야 합니다.




아버님이 좋아하는 음식 위주로 조금씩 자주 드실 수 있도록 권하는 것도 방법입니다. 그러나 치매 환자들은 병의 진행에 따라 이전에 좋아하던 음식을 거부하기도 하고, 이전에 좋아하지 않던 음식을 자주 찾게 되는 경우도 있습니다. 이러한 점들을 고려하여 아버님이 좋아하는 음식 위주로 조금씩 권해보시기 바랍니다.

고령의 치매환자 분들은 여러 가지 원인으로 식사를 하지 못할 수 있기 때문에 세심한 관찰을 통해 원인 파악이 중요하며, 일정기간 영양섭취가 되지 않는다면 반드시 병원진료가 필요합니다.



04  
헷갈려요

## 소변실수를 자주해요


-  **내담자** 딸
-  **대상자** 70대 어머니, 18개월 전 AD진단
-  **주요질문** 인터넷을 검색해보니 요실금이 치매증상의 하나라는데 맞는 건가요?


 **치매, 이런 게 궁금해요!**

70대 어머니가 치매진단 받고 처음에는 침울해보였지만 다행히 예전과 마찬가지로 밝은 모습을 되찾아서 내심 안도하고 지냈습니다. 어머니는 활동적인 분이시라 매일 경로당에도 빠지지 않고 나가시고, 요즘에는 매주 격일로 치매안심센터 쉼터 프로그램도 이용하시는 등 외부활동도 적극적으로 하시는 편입니다.

그런데 최근 어머니가 좀 이상해졌습니다. 하루 종일 외출도 안하시고 시무룩한 모습으로 집에만 계시는 겁니다. 밖에서 무슨 언짢은 일이 있었는지 여쭙보면 아무 일도 없었다고 합니다. 그러다가 식구들 몰래 어머니가 옷과 이불을 잔뜩 쌓아놓고 세탁하시는 모습을 목격하게 되었습니다. 어찌된 영문인지 물어보니 더 이상 살고 싶지 않다면서 엉엉 우시는 것이었습니다. 알고 보니 며칠 전부터 잦은 소변실수로 옷과 이불을 버리게 되니 위축되어 외출도 꺼리셨던 모양입니다.

요실금은 누구나 흔히 겪는 증상이니 병원에 가보자면서 간신히 어머니 마음을 달래드렸습니다. 인터넷을 검색해보니 요실금이 치매증상의 하나라는데 맞는 건가요?

 **알면 힘이 돼요!**

 실금은 다양한 원인에 의해 발생할 수 있습니다.

노화가 진행되면서 방광과 요도에도 노화로 인한 변화가 오기 때문에 요실금이 발생할 수 있습니다. 노인이 되면 괄약근의 기능이 떨어져 방광에 있는 소변을 자의적으로 참지 못하는 경우가 있습니다. 이러한 현상을 흔히 요실금이라고 하는데, 노인이 되면 수용할 수 있는 방광용적이 감소하면서 보다 잦은 요의를 느끼게 됩니다.

또한 치매로 인한 인지저하로 대소변 관리가 되지 않을 수도 있습니다.

그리고 질병에 의한 것으로 남성의 경우 흔히 발생할 수 있는 전립선 비대증이 있을 수 있으며, 여성의 경우 요실금이나 위생상의 문제로 요로계 감염이 쉽게 발생할 수도 있습니다. 이러한 요실금은 출산이나 여성호르몬 결핍 등으로 남성보다는 여성에게서 더 흔히 발생합니다.

치매노인이나 뇌졸중 환자의 경우 거동이 불편하여 화장실까지 이동시간이 길어지거나, 화장실을 찾기까지 시간이 걸리거나, 혹은 화장실에서 소변을 보기 위한 준비과정에 어려움이 있어 도중에 실수를 하게 될 수도 있습니다.

치매환자의 요실금은 우울증과 대인기피 등 스트레스를 유발하여 외부 활동을 축소시키고 치매를 가속화시키는 악순환을 초래하기 때문에 심리적인 돌봄도 함께 고려해야 합니다.

치매환자 돌봄 과정에서 흔히 발생할 수 있는 요실금 관련 문제와 관리방안에 대해 미리 대비하시기 바랍니다.

치매환자의 요실금 관리를 위해 다음의 방법을 참고하시기 바랍니다.

- 가. 요실금발생의 원인을 파악한 후 상황에 적절한 대처를 합니다.

## 알면 힘이 돼요!

소변을 지리는 경우인지 아니면 완전히 배뇨를 하는 상황인지를 파악합니다. 소변을 옷이나 요에 보는 것이 문제인지 혹은 화장실이 아닌 곳에서 보는 것이 문제인지, 실금이 갑작스럽게 발생되었는지 혹은 점진적으로 발생하였는지, 신체적 변화에 의한 것인지 혹은 환경적 변화에 의한 것인지 파악해보시기 바랍니다.

나. 시간에 맞춰 규칙적으로 소변을 볼 수 있도록 유도합니다. 실수하는 패턴을 잘 관찰한 후 소변을 보는 시간간격을 결정하도록 합니다. 보통 2시간 간격으로 소변을 보도록 유도합니다. 그리고 아침에 일어났을 때, 식사 전, 외출 전, 일하고 난 다음, 취침 전에 반드시 화장실을 가도록 합니다.

다. 수분섭취는 하루 1500cc~2000cc(일반적인 컵 2/3 정도의 물을 하루 10컵 이상 섭취) 섭취하도록 한다.

하루 중 골고루 섭취할 수 있도록 하고, 다만 저녁식사 후 부터는 제한하도록 합니다. 실금을 하는 경우 가장 먼저 가족들은 자주 소변을 보는 것이 문제라고 생각하여 수분섭취를 제한하는 방법을 우선적으로 고려합니다.

그러나 수분섭취를 제한할 경우 방광에서 소변이 줄어들게 됨에 따라 자극이 줄게 되어 방광의 기능이 떨어져 오히려 실금이 더 악화될 수 있고, 농축된 소변은 요로계 감염을 발생시킬 수도 있습니다. 또한 진한 소변은 냄새도 더 많이 날 수 있으므로 적절한 관리방법이 아닙니다.

4. 방광을 자극할 수 있는 음료인 커피, 차, 코코아, 콜라, 술 등을 제한하고, 이뇨제는 오전에 투여합니다.

04  
헷갈려요

## 걸음걸이가 이상해요

- 내담자 아들  
대상자 70세 아버지  
주요질문 치매에 걸리면 걸음걸이도 이상해지나요?

## 치매, 이런 게 궁금해요!

70세 아버지께서 몇 달 전부터 팔다리에 힘이 없으면서 자꾸 누우려고만 하십니다. 기운이 떨어져서 그런 거라면서 어머니가 보양식도 해드리고 영양제도 잘 챙겨드리면서 신경을 쓰고 있습니다만, 요즘에는 걸음걸이가 넘어질 것처럼 더 불안정해져서 몇 번 넘어지기도 하고 급하게 화장실 가시다가 소변실수까지 하셨습니다.

아직 심각하게 느낄 만큼 기억력이 나빠진 것은 아니지만 1년 전과 비교하여 건망증도 늘어난 것 같고, 세심하게 살펴보니 말씀하실 때 입술을 미세하게 떨기도 하십니다. 그리고 대화할 때도 반응 속도가 느려 한참동안 생각하다 천천히 말씀 하십니다.

아무래도 아버지께서 치매에 걸리신 것 같은데 치매에 걸리면 걸음걸이도 이상해지나요?



알면 힘이 돼요!

**일** 반적으로 노인의 보행 장애는 노화과정에서 퇴행성 관절염과 같은 근골격계의 퇴행성 변화로 보행 장애가 비교적 많이 발생하지만, 다양한 원인질환에 의해서도 발생합니다.

대표적으로 운동장애를 동반하는 질환에는 파킨슨병, 정상압 수두증, 뇌졸중이 있으며 질문에서 언급하신 보행 장애와 증상들은 정확한 감별이 필요합니다.

파킨슨병은 운동신경 장애의 증상을 보이는 퇴행성 질환입니다. 특징은 운동 속도가 느려지는 서동증, 몸과 팔다리의 경직, 안정 시 진전, 자세 변화, 표정 없는 얼굴 등이며 초기에는 진전과 경직이 한쪽 팔과 다리에서 시작해 서서히 반대편 팔과 다리로 나타납니다. 파킨슨병은 발병 4~5년이 경과되면 약 50%의 환자에서 인지기능 장애가 나타난다고 합니다.

정상압 뇌수두증은 60세 이상의 노인에게서 주로 발생하는 질환입니다. 주요증상은 보행장애와 요실금으로 일반적인 보행장애 증상은 보행의 속도가 비정상적으로 느리면서 보폭이 좁아져 종종걸음으로 걸으며 불안정한 모습을 보입니다. 환자는 실제 다리의 힘은 좋으나 기운이 빠지는 것을 느끼고, 걸어 다니면 쉽게 피로해 진다고 합니다. 이 증상들은 서서히 진행하며 인지기능의 장애가 나타납니다.

정상압 뇌수두증 환자에게서 나타나는 인지장애의 특징은 집중력과 기억력이 많이 떨어지고, 복잡한 행동을 잘하지 못하는 수행 장애를 보입니다. 그리고 대부분의 환자들이 말수가 적어지고 무관심한 모습을 보여 우울증과 비슷한 모습을 보입니다.

아버님이 갑자기 한쪽 팔다리에 힘이 빠지고 인지저하 등이 동반되는 경우 뇌졸중의 가능성을 생각해볼 수 있습니다. 뇌혈관질환이 있는 경우 걸음걸이가 느려진다거나 반응속도가 느려지고 발음이 어눌해지며 의욕과 말수가 줄어들기도 합니다. 뇌혈관질환의 경우 그 증상이 급격하게 시작하고 편마비, 구음장애, 안면마비, 연하곤란, 보행 장애, 요실금 등 다양한 신경학적 증상을 동반하기도 합니다.

보행장애로 넘어지게 되면 골절이 발생할 수 있고, 독립적인 일상생활이 어려워져 노년기 삶의 질이 저하됩니다.

파킨슨, 정상압 뇌수두증, 뇌혈관 질환은 조기발견 및 치료가 중요한 질환이며 보행장애를 일으킬 수 있는 원인은 다양하기 때문에, 정확한 진단과 적절한 치료를 위해 하루 빨리 전문의 진료를 받아보시기 바랍니다.

04  
헷갈려요

갑자기 어제 있었던 일을 전혀 기억하지 못해요

- 내담자** 딸
- 대상자** 68세 아버지
- 주요질문** 어제 있었던 일의 일부를 전혀 기억하지 못하는데 치매증상인지 궁금합니다.

치매, 이런 게 궁금해요!

아버지께서 어제 있었던 일 중 일부를 전혀 기억하지 못하시는데 치매인지 궁금합니다. 어제 차량으로 편도 3시간 넘게 걸리는 친척 장례식에 다녀왔는데 중간에 고속도로 휴게소에 들러서 식사를 하였습니다.

아버지가 화장실을 다녀오시더니 수많은 차량과 인파를 보고 갑자기 놀라시더니 여기가 어디냐, 자신이 왜 여기에 와 있느냐면서 계속 물어보시는 겁니다. 아버지의 갑작스런 이상행동에 어머니도 당황하시며 장례식에 갔다가 귀가하는 길이라고 여러 번 반복해서 설명해드렸지만, 아버지는 무슨 말인지 이해를 못하시고 매우 혼란스러워 하셨습니다.

밤늦게 귀가 후 주무시고 나서 오늘 아침에는 다행히 평소와 다름없이 정상으로 돌아와 어제 장례식에 다녀온 일은 기억하십니다. 그런데 휴게소에서 있었던 일은 전혀 기억을 못하십니다. 평소 기억력이 떨어지거나 치매를 의심할 만한 행동은 아직 한 번도 보이신 적이 없는데, 어제 일을 겪고 나니 치매증상인지 매우 걱정됩니다. 참고로 아버지는 음주와 흡연을 하지 않습니다.

알면 힘이 돼요!

**일** 시적으로 인지기능이 떨어졌다고 해서 그 증상 한 가지만으로 치매라고 볼 수는 없습니다. 순간적으로 기억을 하지 못하는 증상에는 몇 가지 경우를 생각할 수 있습니다.

첫째, 순간적으로 집중력이 저하되어 기억을 하지 못하는 경우입니다. 심한 스트레스나 수면부족, 폐경으로 인한 호르몬 변화, 과도한 다이어트, 약물, 당뇨병, 갑상선 문제, 우울증 등이 있는 경우에는 주의집중이 저하되고 이것이 기억력에 영향을 줍니다.

둘째, 일과성 완전기억상실(TGA: Transient global amnesia) 혹은 일과성 허혈 발작(TIA: Transient ischemic attack)의 가능성을 의심할 수 있습니다.

일과성 완전기억상실은 새로운 정보를 기억하거나 이전에 알고 있던 정보를 떠올리는 능력이 갑자기 저하되었다가 보통 수 시간 이내 혹은 24시간 이내에 서서히 호전됩니다. 특징은 같은 반복적인 질문을 하며 장소 지남력 장애를 보이는데, 의식상태는 명료하며 다른 신경장애는 전혀 없는 상태입니다. 아직까지 일과성 완전기억상실의 원인은 정확하게 알려져 있지 않지만 갑자기 심한 운동을 하거나 정신적인 충격을 받은 이후에 유발되는 경우가 있다고 합니다. 갑자기 발생하였다가 완전히 회복되는 일과성 완전기억상실은 치매와의 연관성은 없다고 알려져 있습니다.




일과성 허혈발작은 혈전에 의해 혈관이 막혔다가 저절로 풀리는 과정에서 잠시 동안 나타났다가 하루 이내에 좋아지는 것을 말합니다. 뇌로 가는 혈액이 일시적으로 부족해서 생기는 미니 뇌졸중으로 생각할 수도 있습니다.


일과성 허혈발작의 대표적인 증상에는 일시적인 발음장애, 한쪽 팔다리에 힘이 빠지는 증상, 어지러움 등이 있는데, 드물게는 기억장애도 나타날 수 있습니다. 증상이 호전되면 병원을 방문하지 않는 경우가 많은데 일과성 허혈발작은 뇌경색이 올 수 있다는 전조증상일 수 있으니, 뇌혈관 상태가 어떤지 반드시 진료를 받아보셔야 합니다.

처음 일어난 일이라 많이 걱정되실 것으로 생각되는데 빠른 시일 내에 신경과를 방문하여 뇌에 이상이 없는지 꼭 확인해보시기 바랍니다.

04  
헷갈려요

귓속에서 자꾸 소리가 난다고 해요

-  **내담자** 딸
-  **대상자** 80세 어머니
-  **주요질문** 이명과 치매환자의 환청을 어떻게 구분해야 할까요?

 **치매, 이런 게 궁금해요!**

몇 달 전부터 80세 어머니가 귀에서 밤낮없이 소리가 들려 괴롭다고 하십니다. 어떤 소리가 나는지 여쭙보면 매미 소리 같기도 하고 기계가 돌아가는 소리처럼 들리기도 합니다.

이비인후과에서 난청으로 진단받고 약을 처방받아 복용하고 보청기도 맞췄지만 여전히 귓속에서 소리가 들려 고통스럽다고 하십니다. 이비인후과에서는 보청기를 잘 착용해야 이명이 완화된다고 하는데, 어머니는 갑갑하다고 보청기를 잘 끼지 않으려고 합니다.

인터넷을 검색하다 보니 치매에 걸리면 환청도 나타난다고 하는데 혹시 환청증상은 아닐까요?




 알면 힘이 돼요!

**어**머니께서 이미 이비인후과에 가셔서 난청으로 진단을 받고 적절한 의료적 처치를 받았음에도 여전히 귓속에서 나는 소리로 인해 많이 괴로워하시는 것 같습니다.

이명이란 특정한 질환이 아니라 ‘귀에서 들리는 소음에 대한 주관적인 느낌’을 의미합니다. 즉 이명은 외부소리의 자극이 없는데도 귓속 또는 머릿속에서 소리가 들린다고 느끼는 상태입니다.

환청도 이명과 마찬가지로 외부 자극이 없는데 어떤 소리를 들은 것처럼 느끼게 되는 현상을 말합니다. 그래서 간혹 이명과 환청을 혼동할 수 있는데 이명은 어떠한 동일한 정도의 주파수로 반복되는 신호이고, 환청은 구체적인 소리가 들리는 것입니다. 즉, 이명과 환청의 차이는 ‘의미 있는 소리의 여부’입니다.

이명과 환청 모두 외부의 자극이 없음에도 소리가 들리는 현상이지만 이명은 매미소리가 연상되는 잡음처럼 들리는 소리이고, 진짜 매미소리가 들린다면 환청이라고 생각할 수 있습니다. 이명은 대개 아무런 의미가 없는 소리로 노화에 의해 고주파 영역이 둔감해지면 ‘매미’나 ‘귀뚜라미’의 울음소리가 들린다고 합니다. 반면 환청은 음악이나 목소리와 같은 의미가 있는 소리가 들리는 일종의 정신과적 증상입니다.

이명이나 환청 모두 직접적인 증상으로 나타나는 것이 아니라 당사자에게만 들리기 때문에 심리적으로 더 힘들고 우울해집니다.

어머니께서 이비인후과에서 처방받은 보청기를 잘 착용하지 않으셔서 증상이 완화되지 않을 가능성도 있고, 또는 어머니께서 표현하시는 ‘매미 소리’나 ‘기계 돌아가는 소리’라는 것이 매우 주관적이어서 이명을 단정하기 어려운 면도 있습니다.


 알면 힘이 돼요!

치매환자의 20~40%정도는 환청이나 환시와 같은 환각증상을 경험합니다. 이비인후과 전문의의 진찰을 받았음에도 어머니께서 이명으로 인한 괴로움을 계속 호소하시는 경우 치매로 인한 환청증상은 아닌지 세심한 관찰이 필요합니다.

물론 치매는 원인질환이 매우 다양하고 치매의 원인에 따라 임상경과가 다르기 때문에 한 두 가지 증상만으로 치매를 단정할 수는 없습니다. 연로하신 어머니께서 평소 기억력을 비롯하여 사고력, 판단력 등 인지기능에 변화가 없는지 살펴보고, 정확한 감별을 위해 치매검진을 받아보시기 바랍니다.





# 치매상담콜센터 이모저모



감사사례

감동사례

영화 속 '치매'

## 막막하고 힘들었던 순간 동반자가 되어준 치매상담콜센터



저는 불치병을 앓고 있는 환자인데 가게를 운영하며 지내던 중, 90대 부모님 두 분이 모두 치매진단을 받게 되어 지난 2년간 돌보게 되었습니다. 지금은 모두 돌아가셨고, 그 과정에서 많은 도움을 받았던 치매상담콜센터 상담사 선생님께 감사인사를 드립니다.

고령의 부모님 두 분이 모두 같은 해 치매진단을 받으셔서 돌봄이 필요한 상황이었는데, 여러 형제들이 모두 치매환자는 모실 수 없다고 하여 암 투병을 하고 있는 제가 부모님 두 분을 모시고 살면서 돌아가실 때까지 간병을 하였습니다.

평소 아버지의 성격은 불같고 고집이 세서 그동안에도 가족들이 참 힘들었는데, 치매진단을 받은 후부터는 이상한 행동도 나타나기 시작했습니다. 전직이 경찰이셨던 아버지는 누군가 당신을 해치러 올 수 있어 대비해야 한다며 늘 칼과 망치를 곁에 두어 가족들을 긴장하고 불안하게 만들었습니다. 아버지가 치매 약이라도 드시면 차도가 있었을 텐데, 병원에서 처방받은 약을 집에 오면 모두 버리고 드시지 않으니 아버지의 공격성은 날로 심해졌습니다.

저 혼자 고령의 치매환자 두 분을 모시는 게 너무 힘들어 방문요양 서비스도 이용하려고 몇 번 시도했으나, 아버지가 늘 배개 밑에 칼과 망치를 두고 지내시니 방문하는 요양보호사마다 무섭다고 그만두었습니다.

또한 아버지가 어머니에 대한 외도 의심이 심해지면서 어머니를 때리고 밀쳐서 어머니가 여러 번 다치기도 했습니다. 이런 일들이 반복되다 보니 저도 부모님을 돌보는데 한계가 와서 포기하고 싶던 중, 치매안심센터에서 치매상담콜센터를 소개해주어 상담을 시작하게 되었습니다.

상담사분은 저의 하소연을 귀 기울여 들어주고, 공감하고, 지지해주셔서 큰 위로를 받았습니다. 치매환자를 어떻게 돌보아야 하는지 아무 지식도 없던 제게 아버지의 폭력성 대처 방법, 지원받을 수 있는 서비스, 치매환자와 의사소통 하는 방법 등 당시 제게 꼭 필요했던 것들을 알려주셨습니다. 덕분에 돌봄을 포기하고 싶었던 마음을 되돌릴 수 있었습니다.

그러나 부모님을 간병한지 1년쯤 지나 어머니가 간암 진단을 받아 더욱 어려워졌습니다. 평소 워낙 깔끔하셨던 어머니였지만 대소변 관리가 안 되어 대변을 바닥에 문지르기도 하고

욕창도 발생했습니다. 그러다보니 부모님을 돌보는 것이 더 힘들어졌고 저도 버틸 힘이 점점 사라졌습니다.

치매부모님을 돌보는 시간이 길어지고 상황이 악화되자 저도 몸과 마음이 점점 지쳐갔습니다. 특히 저도 지병이 있다 보니 우울감도 커지고 화가 날 때가 잦아졌습니다. 그래도 그럴 때마다 콜센터의 상담이 저의 스트레스를 해소하는데 많은 도움이 되었습니다. 상담사 선생님에게 저의 상황과 감정을 털어놓으며 위로를 받을 수 있었고, 심리상태에 따라 제가 할 수 있는 방법들을 알려주셨습니다. 감정일기 쓰기, 기쁨의 게임, 캐릭터로 감정 표현하는 그림 그리기, 자연에서 치유하기 등 다양한 심리치유 활동들을 소개해주셔서 해당 활동들을 하나씩 해가며 감정을 다스리고 피폐해진 마음을 치유할 수 있었습니다.

하지만 어머니가 호스피스 병원에 입원하고 난 후 아버지의 불안감이 커져 욕설과 공격적 행동이 더욱 심해졌습니다. 모든 화풀이가 저에게 집중되다보니 결국 아버지를 요양병원에 모시게 되었습니다. 부모님 두 분 모두 병원에 입원하시게 되니 경제적으로 부담이 커졌습니다. 한참 막막함을 느끼던 차에 상담사분은 제게 중증치매산정특례 등록을 알려주셨고, 이로 인해 비용부담이 줄어들어 정말 큰 도움을 받았습니다.

끝이 보이지 않는 막막함, 형제들도 외면하고 혼자서만 감당해야 했던 치매 부모님 돌봄 과정에서 상담사 선생님은 저에게 큰 의지가 되었습니다. 꼭 필요한 정보들을 알려주시는 것에서 그치지 않고 제 마음가짐과 행동을 변화시킬 수 있는 조언도 해주셨습니다.

상담사 선생님 덕분에 부모님 돌아가시기 전에 아버지 손도 잡아드리고, 안아 드리기도 하여 아버지와 마지막으로 행복한 순간을 간직할 수 있게 되었습니다.

평생 거칠었던 아버지가 고맙다고 눈물을 흘리시던 게 아직도 기억이 납니다. 상담사 선생님 덕분에 부모님을 끝까지 모실 수 있었습니다.

부모님 두 분이 두 달 사이에 모두 돌아가셔서 가끔 허전함과 그리움으로 마음이 힘들 때도 있습니다. 그러나 부모님과 함께 마지막 2년을 지낼 수 있었던 것에 감사하며, 그 시간들을 소중히 추억하며 잘 지내보려고 합니다.

부모님을 간병하는 시간 동안 여러 기관에 도움을 구하고 상담도 하였지만 치매상담콜센터 상담사 선생님처럼 힘이 되어준 분은 없었습니다. 최○○ 선생님과 상담을 하고나면 늘 위로를 받고 힘을 얻었습니다. 치매환자 보호자들에게 꼭 필요하지만 알기 어려운 정보들을 쉽게 알려주시고, 치매환자를 대하는 방법 더 나아가 치매환자를 간병하는 보호자의 상태까지 신경써주시고 보듬어주셔서 정말 감사했습니다. 치매상담콜센터는 저에게 치매환자를 이해할 수 있는 마음의 발을 만들어 주었고, 제 삶에서 가장 막막하고 힘들었던 순간에 동반자가 되어 주셨습니다. 다시 한 번 감사드립니다.

## 어머니, 당신의 크고 깊은 사랑을 어찌 알 수 있을까요?



“치매검사 어떻게 받을 수 있나요?” 수화기 너머로 연세는 지긋하지만 매우 기품 있는 목소리가 들렸습니다.

그런데 치매검사가 필요한 사람은 정작 고령의 내담자가 아니라 57세 아들이었습니다. 아들은 9년 전 신장이식을 했는데 최근 치매증상이 나타났다는 것입니다. 오래전부터 아들은 경제활동이 어려워 기초생활수급자로 생활을 유지하고 있었다고 합니다.

해외에 거주하던 내담자는 아들의 간병을 위해 귀국했고 그동안 아들의 의료비 지출로 인해 손에 쥘 것이 아무것도 없는 상태라고 했습니다.

아들이 오랫동안 이용 중인 대학병원 주치의 선생님과 진료상담을 통해 치매검사를 받아보도록 안내받았고, 추후 해당병원 신경과에서 알츠하이머 진단을 받았다고 합니다.

안타깝게도 아들은 이미 치매가 중증으로 진행된 상태였고 혈액투석부터 일상 돌봄까지 모든 게 전적으로 90세를 바라보는 노모의 몫이었습니다. 장기간 해외에 거주하여 국내의 복지제도에 대해서는 아는 게 전무하고 도움을 받을 수 있는 일가친척도 전혀 없다고 했습니다. 오로지 의지할 곳은 치매상담콜센터 뿐이라면서 막막함을 호소하기도 하고, 아들의 치료를 위해서라면 세상에 못할 게 없다면서 수시로 도움을 요청하셨습니다.

아들의 혈액투석을 위해 주 3일 내담자가 매번 택시를 타고 장거리를 이동하고 있다고 했습니다. 그래서 장애인활동보조지원을 통해 병원동행서비스를 연계해드렸더니 매우 기뻐하셨습니다. 관할지역 장애인활동 지원센터에 신청하여 1년 동안 내담자를 대신해서 아침저녁으로 활동지원을 받게 되었습니다. 하지만 건장한 체격의 아들이 치매로 인한 문제행동이 잦아지면서 활동보조인 지원도 지속하기 어려운 상태라고 속상한 심정을 전하셨습니다.

아들을 위해 무엇이든 해보려는 어머니의 강렬한 의지와 열성에 조금이라도 도움을 드리고자 초로기 치매환자를 위한 프로그램을 어렵게 찾았습니다. 치매안심센터 쉼터 프로그램을

연계해드렸고, 지하철로 한 시간 이동 후 다시 택시로 환승해서 찾아가는 노고를 마다하지 않고 아들이 호기심을 갖고 집중하는 모습에 매우 만족해하시고 기뻐하셨습니다.

안타깝게도 코로나19로 치매안심센터의 프로그램을 더 이상 이용할 수 없게 되었고, 거리두기 제한으로 외출이 어려운 상황에 처하게 되었습니다. 어머니는 아들이 집에서 멍하니 있는 것을 두고만 볼 수 없다면서 여러 차례 전화로 하소연을 하셨습니다. 마침 해당지역 장애인복지관의 운동프로그램 이용이 가능함을 알아보고 연계해드렸더니, 매우 기뻐하시면서 구순 어머니의 동행은 계속 이어졌습니다.

야속하게도 내담자의 노력과는 달리 아들의 치매증상은 나날이 심해지면서 기능도 많이 소실되었고, 전에 없이 어머니한테 폭언도 하게 되었습니다. 아들이 혈액투석과정에서 쇼크가 발생하여 응급실에 실려 가고 내담자는 응급실에서 식사도 거른 채 밤샘 간병을 하는 날도 있었습니다. 아들의 배회증상으로 한밤중 밖에 나가는 아들을 제지하다 넘어지면서 내담자는 얼굴에 큰 부상까지 당했다고 합니다.

아들의 돌발행동으로 내담자가 다치는 일이 빈번해지면서 아들의 돌봄 문제를 종합적으로 판단해서 지원받을 수 있도록 관할지역 전문기관에 연계하였습니다. 해당 기관의 담당 사회복지사가 내담자 가정을 몇 차례 방문하였고, 추후 필요한 지원방안을 마련하여 도움을 줄 수 있다고 하여 한시름 놓게 되었습니다. 내담자에게 앞으로는 치매상담콜센터 보다는 지역의 관할기관에 도움을 요청하시면 된다고 말씀드렸지만, 오랜 기간 많은 도움을 받아왔고 무엇보다 세상에서 가장 큰 의지가 되어온 치매상담콜센터를 어떻게 잊을 수 있느냐면서 여전히 전화를 주십니다.

그리고 머지않은 장래 혼자 남겨질 아들에 대한 걱정으로 아들을 든든히 보살펴 줄 병원이나 기관에 대한 새로운 정보가 있는지 늘 문의 하십니다. 항상 쪽잠을 주무시면서 당신의 건강은 뒷전으로 밀어놓고 하루하루 버티면서, 오직 아들이 나아지기를 소망하며 치매신약은 언제쯤 나올 수 있을지도 잊지 않고 물어보십니다.

처음 상담을 시작했을 때 강단 있던 내담자의 목소리는 점점 힘이 약해지고 더 가늘어졌지만, 아들을 향한 어머니의 크고 깊은 사랑은 상담할 때마다 매번 절절히 느껴지고 늘 마음을 숙연하게 만듭니다.

## I 영화 소개 <더 파더>

### • 주요 정보

원 제 : The Father, 2020

개 봉 : 2021.04.07.

장 르 : 드라마

국 가 : 영국

등 급 : 12세이상 관람가

러닝타임 : 97분



사진출처: 다음 영화

### • 출연/제작

감독 : 플로리안 젤러(Florian Zeller)

주연 : 안소니 홉킨스(Anthony Hopkins) / 안소니 역

올리비아 콜먼(Olivia Colman) / 앤 역

### • 영화 소개

<더 파더>는 완벽했던 삶이 무너지며 자신조차 믿지 못하게 된 한 남자의 심리 드라마를 담은 예측 불가한 내러티브와 흡인력으로 마음을 끌어당기는 영화이다.

영화는 지극히 평범한 일상을 보내고 있는 '안소니'의 평온한 모습으로 이야기가 시작되지만, '안소니'가 주변을 의심하기 시작하며 영화는 앞서 믿었던 모든 것이 전복되는 예측할 수 없는 방향으로 흘러간다.

가장 안락하고 편안해야 할 공간인 집이 때로는 차갑게 느껴지고 돌연 낯설어 지는 등 주인공을 둘러싸고 계속해서 변화하는데, 집의 변화를 감지하기 시작하면서 '안소니'는 자신의 세계가 변하는 두려움에 휩싸이게 된다.

누군가에게 의지하지 않고 홀로 살아가던 치매노인 '안소니'에게 기억에 혼란이 찾아오면서 그를 돌봐야 하는 딸 '앤'과의 관계를 비롯해 주변의 모든 것이 변화하게 된다. '안소니'는 결국 사랑하는 딸과 자신의 정신상태, 현실의 구조까지 의심하기에 이르게 된다.

하지만 '안소니'라는 캐릭터는 단순히 혼란스럽고 믿을 수 없는 화자에 그치지 않고, 스스로의 기억과 맞서야 하는 끝없이 고독한 싸움을 보여주며 관객들을 이야기 속으로 끌어들이는다.

여기에 카메라의 시선과 움직임 역시 인물의 머릿속을 옮긴 듯 몰입도를 높이는 방식으로 촬영되어, 주인공이 느끼는 혼란을 관객이 고스란히 느낄 수 있게 하며 관객으로 하여금 체험할 수 있는 기회를 제공하고 있다.

<더 파더>는 나이 들과 인생에 관한 통찰을 담은 묵직하고 힘 있는 서사로 품격 있는 울림을 전하기도 한다. 평생 믿어왔던 모든 것이 흔들리는 것에 혼란을 느끼는 아버지의 이야기이자, 나약해지는 아버지를 바라보며 가족에 대한 책임감과 자신의 삶 사이에서 선택의 기로에 놓이게 된 딸의 이야기이다. 또한 수십 년 동안 모든 순간을 물들였던 관계가 갑자기 돌이킬 수 없을 정도로 변할 때 어떤 일이 일어나는지 보여주는 가슴 아픈 이야기이기도 하다. 모든 부모와 자식의 관계에서 자식이 부모의 보호자가 되고, 부모가 자식에게 의존해야 하는 순간이 다가온다는 것, 그리고 우리의 삶에서 그것을 피할 수 없다는 보편적인 진실을 전하는 메시지로 깊은 울림을 선사하고 있다.

(출처) '다음 영화' 중에서

### • 소감

<더 파더>는 기존에 '치매'를 다루었던 다른 영화들과 달리 철저히 치매환자의 관점에서, 치매환자가 겪는 머릿속의 혼란된 상황을 관객도 고스란히 느낄 수 있도록 설정한 것이 매우 인상적인 영화이다.

치매노인 안소니와 딸 앤 그리고 주변인과의 관계가 집이란 공간에서 단순하고 지루할 정도로 반복되는 일상처럼 보이지만, 매일 미묘하게 변화되는 모습을 그려냄으로써 치매환자 안소니의 혼돈을 관객도 함께 느끼게 한다. 딸의 상황이 달라지고, 사위의 모습이 바뀌고 문을 열 때마다 현관 풍경이 달라지는 장면은 관객 입장에서 공포 영화처럼 보이지만, 그 혼돈과 두려움이 치매환자가 느끼는 감정이란 것을 표현했고, 그 느낌은 그대로 관객에게도 전달된다.

시간과 공간의 경계가 무너지면서 기억의 조각들이 흩어질 때, 치매노인 안소니는 무너지듯 "엄마가 보고 싶어"라고 흐느낀다. 관객이 치매환자의 혼돈스러움과 절망감을 그대로 느낄 수 있는 장면이다. 하지만 따뜻하게 그를 안아주는 돌봄자가 있고, 그 품에 기대어 안정감을 찾는 모습을 보면서 치매환자 돌봄자의 역할과 함께 작은 위안과 희망을 볼 수 있었다.



# 치매유관기관 연락처



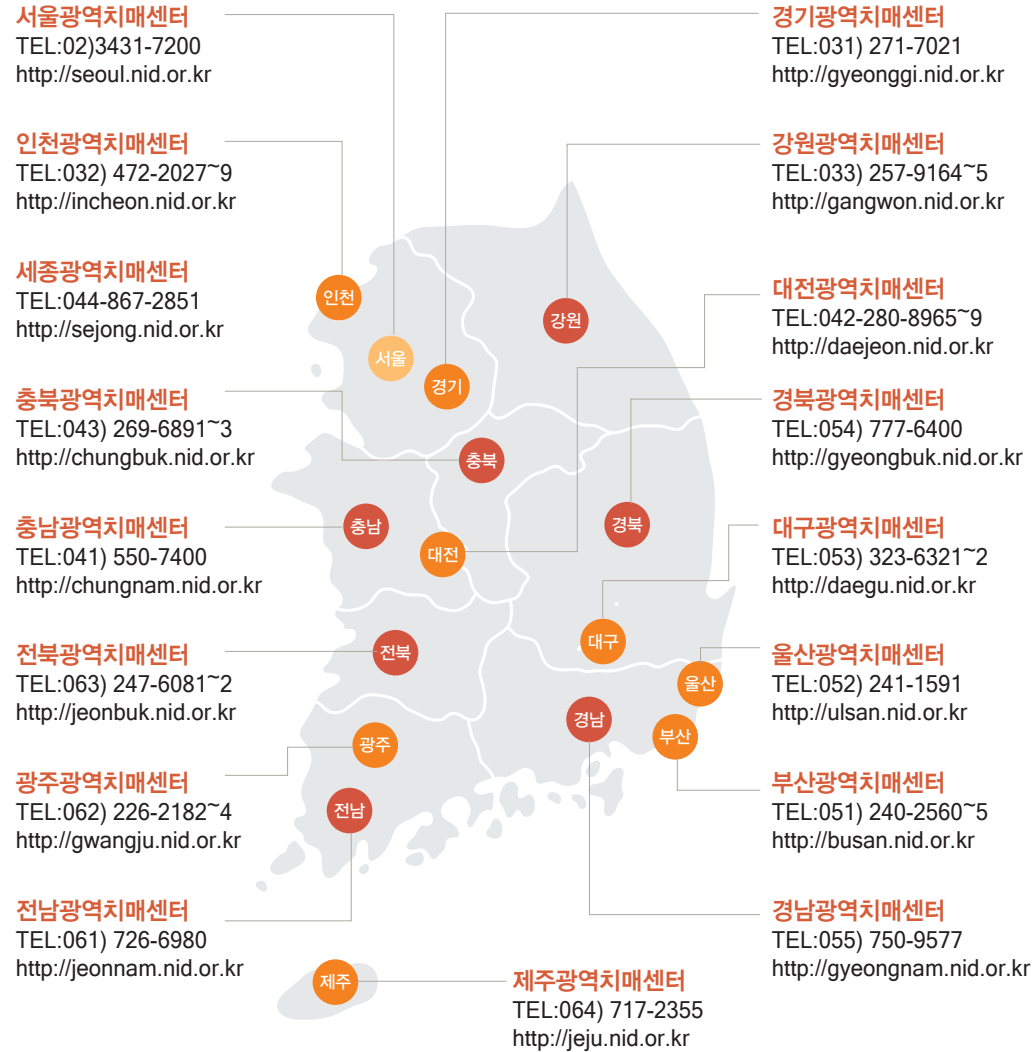
광역치매센터

전국 치매안심센터

기타 유관기관

## 광역치매센터 (17개소)

중앙  
치매센터  TEL : 1666-0921



## 전국 치매안심센터 (260개소)

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
서울	강남구 치매안심센터	02-568-4203	서울 강남구 선릉로108길 27
서울	강동구 치매안심센터	02-489-1130	서울 강동구 성내로 45 (성내동 541-2) 강동구보건소
서울	강북구 치매안심센터	02-991-9830	서울 강북구 삼양로19길 154 강북구보건소 삼각산분소 2층
서울	관악구 치매안심센터	02-879-4910	서울 관악구 관악로 145 관악구청 별관 3층
서울	광진구 치매안심센터	02-450-1381	서울 광진구 긴고량로 110 (광진구 중곡2동 125-11) 중곡종합건강센터 3층
서울	구로구 치매안심센터	02-2612-7041	서울 구로구 디지털로 243, 2층(213호)
서울	금천구 치매안심센터	02-3281-9082	서울 금천구 시흥대로123길11 독산동 주민센터 7층
서울	노원구 치매안심센터	02-911-7778	서울 노원구 노해로 437 노원구청 5층
서울	도봉구 치매안심센터	02-955-3591	서울 도봉구 마들로 650 4층 (방학1동 720-33)도봉월드상가
서울	동대문구 치매안심센터	02-957-3062	서울 동대문구 홍릉로 81 홍릉문화복지센터 2층
서울	동작구 치매안심센터	02-598-6088	서울 동작구 남부순환로 2025,1층
서울	마포구 치매안심센터	02-3272-1578	마포구 대흥로 24길 50 염리종합사회복지관 3층
서울	서대문구 치매안심센터	02-379-0183	서울 서대문구 연희로 290
서울	강서구 치매안심센터	02-3663-0943	서울 강서구 화곡로 371 경향교회선교관 3층
서울	중구 치매안심센터	02-2238-3400	서울특별시 중구 퇴계로 460 (유락종합사회복지관 내)
서울	서초구 치매안심센터	02-591-1833	서울 서초구 영곡말길9 내곡노티나무쉼터4층
서울	성동구 치매안심센터	02-499-8071	서울시 성동구 왕십리로5길 3 성수1가 제2동 공공복합청사 5층
서울	성북구 치매안심센터	02-918-2223	서울 성북구 화랑로 63 성북구보건소 5층
서울	송파구 치매안심센터	02-2147-5050	서울 송파구 충민로 184 1층
서울	양천구 치매안심센터	02-2698-8680	서울 양천구 남부순환로 407 (신월동 131-4)신월보건지소 4층

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
서울	영등포구 치매안심센터	02-831-0855	서울 영등포구 당산로 29길 9, 3층
서울	용산구 치매안심센터	02-790-1541	서울 용산구 녹사평대로 150 지하2층 치매안심센터(용산구청내)
서울	은평구 치매안심센터	02-388-8233	은평구 연서로34길 11 불광보건분소 1층
서울	종로구 치매안심센터	02-3675-9001	서울 종로구 평창문화로 50
서울	중랑구 치매안심센터	02-435-7540	서울시 중랑구 봉화산로 190 신내2동 복합청사 6층
부산	금정구 치매안심센터	051-519-5678	부산 금정구 중앙대로 1777 금정구 보건소 별관4층
부산	기장군 치매안심센터	051-709-2984	부산 기장군 정관읍 용수로 11, 정관보건지소 4층 (본소)
부산	동래구 치매안심센터	051-550-6707	부산 동래구 명륜로 187번길 56 (동래구보건소 4층)
부산	강서구 치매안심센터	051-970-2604	부산 강서구 낙동북로 102번길 76, 강동보건지소 2층
부산	남구 치매안심센터	051-607-3781	부산 남구 수영로 155
부산	동구 치매안심센터	051-440-6441	부산 동구 구청로 14(보훈회관 6층)
부산	북구 치매안심센터	051-309-5292	부산 북구 덕천로 123 행복키움센터
부산	서구 치매안심센터	051-240-4912	부산 서구 구덕로 127 가족센터 4층
부산	중구 치매안심센터	051-600-4758	부산 중구 흑교로 48 중구복합건강센터 2층
부산	진구 치매안심센터	051-605-6107	부산 부산진구 새싹로 253길
부산	사상구 치매안심센터	051-310-4853	부산 사상구 학감대로 242 (사상구보건소, 2층)
부산	사하구 치매안심센터	051-220-5971	부산 사하구 까치고개로 50-10
부산	수영구 치매안심센터	051-610-4901	부산 수영구 수영로 637-5 (수영구 보건소 별관 3층)
부산	연제구 치매안심센터	051-665-5461	부산 연제구 거제시장로 22번길 70 (보건소 외부)
부산	영도구 치매안심센터	051-419-4935	부산 영도구 태종로 423(영도구보건소 1층)

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
부산	해운대구 치매안심센터	051-749-0770	부산 해운대구 양운로37번길 59 (해운대구보건소 2관 3층)
대구	달서구 치매안심센터	053-667-5771	대구 달서구 와룡로 106
대구	달성군 치매안심센터	053-668-3841	대구 달성군 현풍읍 현풍중앙로 27, 5층
대구	남구 치매안심센터	053-664-3694	대구 남구 영선길 34 남구보건소 5층
대구	동구 치매안심센터	053-662-3218	대구 동구 동촌로 79, 동구보건소 4층
대구	북구 치매안심센터	053-665-4257	대구 북구 성북로 49(침산동), 북구보건소 5층
대구	서구 치매안심센터	053-663-3811	대구 서구 북비산로 7길 7
대구	중구 치매안심센터	053-661-3911	대구 중구 태평로45, 중구보건소 3층
대구	수성구 치매안심센터	053-666-3181	대구 수성구 수성로 213 수성구보건소 별관 3층
인천	강화군 치매안심센터	032-930-4057	인천 강화군 강화읍 총렬사로 26-1
인천	계양구 치매안심센터	032-430-7867	인천 계양구 계산새로 88 계양구보건소 1층
인천	남동구 치매안심센터	032-453-5912	인천 남동구 소래로 633 남동구보건소 3층
인천	미추홀구 치매안심센터	032-728-6520	인천 미추홀구 경인로 34번길 20 송의2동 행정복지센터 5층
인천	인천시 부평구 치매안심센터	032-509-1320	인천시 부평구 주부토로 65, 6층 부평4동 주민센터(6층)
인천	연수구 치매안심센터	032-749-8952	인천 연수구 예술로 20번길 15 2층
인천	옹진군 치매안심센터	032-899-3150	인천 미추홀구 매소홀로 120 옹진군보건소 3층
인천	동구 치매안심센터	032-772-6307	인천광역시 동구 방축로 193
인천	서구 치매안심센터	032-718-0630	인천서구 봉오재 3로 94번길 11 MK타워 5층
인천	중구 치매안심센터	032-760-6067	인천 중구 참외전로 72번길 21 중구보건소 4층
광주	광산구 치매안심센터	062-960-6930	광주 광산구 용아로 379번길 77

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
광주	남구 치매안심센터	062-607-4360	광주 남구 효우로 80
광주	동구 치매안심센터	062-608-3490	광주 광역시 동구 서남동14 벤처빌딩 (7층)
광주	북구 치매안심센터	062-410-8124	광주 북구 분문대로 234
광주	서구 치매안심센터	062-350-4760	광주서구 상무대로 884번길 17-20
대전	대덕구 치매안심센터	042-608-4491	대전광역시 대덕구 동춘당로 187번지
대전	동구 치매안심센터	042-621-6011	대전 동구 현암로 22
대전	서구 치매안심센터	042-288-4470	대전 서구 둔산서로 100 (둔상동,서구청건물별관)
대전	중구 치매안심센터	042-288-8180	대전 중구 중앙로 100(중구청 제3별관 1층)
대전	유성구 치매안심센터	042-611-5018	대전광역시 유성구 박산로177(구암동91-6), 유성구 보건소 2층(신청사로 이전)
울산	남구 치매안심센터	052-226-2323	울산 남구 삼산중로 132
울산	동구 치매안심센터	052-209-4060	울산 동구 봉수로 155, 동구보건소 1층
울산	북구 치매안심센터	052-241-8144	울산 북구 산업로 1018, 북구보건소
울산	중구 치매안심센터	052-290-4366	울산 중구 외솔큰길 225, 중구보건소
울산	울주군 치매안심센터	052-204-2878	울산 울주군 웅촌면 은현작동로 49
경기	가평군 치매안심센터	031-580-2849	경기 가평군 가평읍 가화로 155-18 가평군보건소
경기	고양시덕양구 치매안심센터	031-8075-4800	경기 고양시 덕양구 마상로 126번길 73 보은빌딩 2층
경기	고양시 일산동구 치매안심센터	031-8075-4850	경기 고양시 일산동구 중앙로 1228, KT빌딩 1층
경기	고양시 일산서구 치매안심센터	031-8075-4872	경기 고양시 일산서구 고양대로 688 스타빌딩 3층
경기	과천시 치매안심센터	02-2150-3572	경기 과천시 관문로 69, 과천시보건소 1층
경기	광명시 치매안심센터	02-2680-6546	광명시 치매안심센터(하안) :광명시 오리로 613

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
경기	광주시 치매안심센터	031-760-2521	경기 광주시 초월읍 경충대로 1009-40, 초월보건지소 2층
경기	구리시 치매안심센터	031-550-8613	경기 구리시 건원대로 34번길 84, 보건소 4층
경기	군포시 치매안심센터	031-389-4982	경기 군포시 군포로 522(당동 776-20) 군포새마을금고 3층
경기	김포시 치매안심센터	031-5186-4170	경기 김포시 사우중로73번길 52 래미안프라자 4층
경기	남양주시 치매안심센터	031-590-8699	경기 남양주시 와부읍 덕소로 71번길 5
경기	남양주시 동부분소	031-590-8060	경기 남양주시 화도읍 비룡로 59번지 (화도읍사무소 별관1층)
경기	남양주시 별내분소	031-590-1457	경기 남양주시 별내3동 64-21 별내행정복지센터2층
경기	남양주시풍양 치매안심센터	031-590-8381	경기 남양주시 진접읍 금강로 1509-26 (진접읍사무소 복지동 2층)
경기	동두천시 치매안심센터	031-860-3395	경기 동두천시 중앙로 167 보건소 3층 치매안심센터
경기	소사구치매안심센터	032-625-9871	경기 부천시 양지로 134 (옥길동, 부천옥길엘에이치1단지) 104동
경기	오정구치매안심센터	032-625-9886	경기 부천시 성오로 172 (오정동 129)
경기	부천시 원미구 치매안심센터	032-625-9848~9856	경기 부천시 옥산로10번길 16 (중동, 원미구 보건소1층)
경기	부천시 치매안심센터	032-625-9840~3	경기 부천시 길주로 410 (춘의동, 부천시치매안심센터)
경기	성남시분당구 치매안심센터	031-729-4487	경기 성남시 분당구 내정로 94 (정자동 한솔7단지 711동 1층)
경기	성남시수정구 치매안심센터	031-729-3879	경기 성남시 수정구 수정로 218 수정구보건소 3층
경기	중원구 치매안심센터	031-739-3030	경기 성남시 중원구 금상로 137 성남시노인보건센터 4층
경기	수원시권선구 치매안심센터	031-228-6964	경기 수원시 권선구 호매실로 22-50 권선구보건소 1층
경기	영통구 치매안심센터	031-228-8447	경기 수원시 영통구 영통로 396 영통구보건소 1.5층
경기	장안구 치매안심센터	031-228-5152	경기 수원시 장안구 송원로 101(조원동 888) 장안구보건소 1층
경기	팔달구 치매안심센터	031-228-7794	경기 수원시 팔달구 팔달산로 6 팔달구보건소 2층

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
경기	시흥시 치매안심센터	031-310-5857	경기도 시흥시 호현로 55 시흥시보건소5층
경기	단원구 치매안심센터	031-481-6557	경기 안산시 단원구 화랑로 250, 단원구보건소 3층
경기	상록구 치매안심센터	031-481-5801	경기 안산시 상록구 차돌배기로1길 5, 상록구보건소 3층
경기	안성시 치매안심센터	031-678-3003	경기 안성시 강변로 74번길 18, 안성시보건소 1층
경기	동안구 치매안심센터	031-8045-6801	경기 안양시 동안구 관악대로 375.
경기	만안구 치매안심센터	031-8045-3038	경기 안양시 만안구 문예로 48, 만안구보건소 6층
경기	양주시 치매안심센터	031-8082-7147	동부: 경기 양주시 화합로 1426번길 90, 양주체육복지센터 5층
경기	양평군 치매안심센터	031-771-5773	경기 양평군 양평읍 중앙로 111번길 34-21
경기	여주시 치매안심센터	031-887-3685	경기 여주시 여흥로 160번길 12,
경기	연천군 치매안심센터	031-839-4165	경기 연천군 전곡읍 은대성로 95, 연천군보건의료원 4층
경기	오산시 치매안심센터	031-8036-6611	경기 오산시 경기동로59, 오산시보건소 3층
경기	기흥구 치매안심센터	031-324-6928	경기 용인시 기흥구 신갈로 58번길 11 (신갈동 행정복지센터 2층)
경기	수지구 치매안심센터	031-324-8541	경기 용인시 수지구 문정로 20, 농협 3층
경기	처인구 치매안심센터	031-324-2700	경기 용인시 처인구 중부대로 1199, 처인구보건소 지하1층
경기	의왕시 치매안심센터	031-345-3862	경기 의왕시 오봉로 34, 의왕시보건소 3층
경기	의정부시 치매안심센터	031-870-6158	경기 의정부시 범골로 128 다다원빌딩 3층
경기	이천시 치매안심센터	031-645-3455	경기 이천시 증신로 153번길 13, 이천시보건소 2층
경기	파주시 치매안심센터	031-940-3740	경기 파주시 조리읍 봉천로 68 건강증진센터 내 3층
경기	평택시송탄 치매안심센터	031-8024-7300	경기 평택시 경기대로 1366, 송탄보건소 옆 건물
경기	평택시평택 치매안심센터	031-8024-4403	경기 평택시 중앙1로 56번길 25

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
경기	포천시 치매안심센터	031-538-4831	경기 포천시 삼육사로 2186번길 11-15, 선단보건지소 2층
경기	하남시 치매안심센터	031-790-6254	경기도 하남시 미사강변대로 200 (보건소와 별개), 미사보건센터 4층
경기	화성시 치매안심센터	031-5189-6649	경기 화성시 향남읍 상신초교길 52, 1층
강원	강릉시 치매안심센터	033-660-3049	강원 강릉시 남부로 17번길 38 강릉보건소 뒤 3층 별도건물
강원	고성군 치매안심센터	033-680-4020	강원 고성군 간성을 수성로 30
강원	동해시 치매안심센터	033-530-2426	강원 동해시 발한로 227 (목호건강증진센터 1층)
강원	삼척시 치매안심센터	033-570-4663	강원 삼척시 척주로 76
강원	속초시 치매안심센터	033-639-2926	강원 속초시 수복로 36 속초시 보건소
강원	양구군 치매안심센터	033-480-2823	강원 양구군 양구읍 관공서로 42
강원	양양군 치매안심센터	033-670-2937	강원 양양군 양양읍 양양로 9-5
강원	영월군 치매안심센터	033-370-2774	강원 영월군 영월읍 하송로 46-43
강원	원주시 치매안심센터	033-737-4544	강원도 원주시 지니기길 11-20
강원	인제군 치매안심센터	033-460-2523	강원 인제군 인제읍 인제로 140번길 34
강원	정선군 치매안심센터	033-560-2914	강원 정선군 정선읍 녹송로33 보건소 내 별관(지하1층)
강원	철원군 치매안심센터	033-450-5105	강원 철원군 갈말읍 군탄로 16 보건소 2층
강원	춘천시 치매안심센터	033-250-4004	강원 춘천시 스무숲길 4-46 치매안심센터 4층
강원	태백시 치매안심센터	033-550-2716	강원 태백시 태백로 905 태백시보건소 내 치매안심센터 1층
강원	평창군 치매안심센터	033-330-4900	강원 평창군 평창읍 중부로 61
강원	홍천군 치매안심센터	033-430-4033	강원 홍천군 홍천읍 홍천로1길 13-13 1층
강원	화천군 치매안심센터	033-440-2809	강원 화천군 화천읍 강변로 111 화천군보건소 1층 별도건물

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
강원	횡성군 치매안심센터	033-340-5653	강원 횡성군 횡성읍 횡성로 379
충북	괴산군 치매안심센터	043-830-2392	충북 괴산군 괴산읍 동진천길 43
충북	단양군 치매안심센터	043-420-3312	충북 단양군 단양읍 수변로83, 1층
충북	보은군 치매안심센터	043-540-5641	충북 보은군 보은읍 임업길 22
충북	영동군 치매안심센터	043-740-5946	충북 영동군 영동읍 반곡동길 7 영동군 보건소 4층
충북	옥천군 치매안심센터	043-730-2158	충북 옥천군 가화4길 18
충북	음성군 치매안심센터	043-871-2971	충북 음성군 음성읍 중앙로 49
충북	제천시 치매안심센터	043-641-3025	제천시 치매안심센터: 충북 제천시 의림대로 242, 제천보건소 4층
충북	증평군 치매안심센터	043-835-4781	충북 증평군 증평읍 보건복지로 64-1 증평군보건소(2층)
충북	진천군 치매안심센터	043-539-7781~5	충북 진천군 덕산읍 연미로 29
충북	상당구 치매안심센터	043-201-3162	충북 청주시 상당구 남일면 단재로 480
충북	서원구 치매안심센터	043-201-3720	충북 청주시 서원구 구룡산로 235. (위너스빌딩3층)
충북	청원구 치매안심센터	043-201-4360	충북 청주시 청원구 오창읍 과학산업3로 238 청원구보건소 별관(1-2층)
충북	흥덕구 치매안심센터	043-201-4320	청주시 흥덕구 대농로 88 흥덕구보건소 건물 2층
충북	충주시 치매안심센터	043-850-1791	충북 충주시 사직산21길 34 보건소 내 2층
충남	계룡시 치매안심센터	042-840-3652	충남 계룡시 장안로 54
충남	공주시 치매안심센터	041-840-8811	충남 공주시 옛군청뒷길 8
충남	금산군 치매안심센터	041-750-4171	충남 금산군 금산읍 비법1길 5
충남	논산시 치매안심센터	041-746-6921	충남 논산시 논산대로 408
충남	당진시 치매안심센터	041-360-6075	충남 당진시 서부로 56 (당진시보건소 내)

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
충남	보령시 치매안심센터	041-930-6871	충남 보령시 대천로 113
충남	부여군 치매안심센터	041-830-8740	충남 부여군 부여읍 성왕로 205 (부여군보건소 3층)
충남	서산시 치매안심센터	041-661-6598	충남 서산시 호수공원 6로 6 (서산시보건소내 1층)
충남	서천군 치매안심센터	041-950-6741	충남 서천군 서천읍 사곡길 20-2
충남	아산시 치매안심센터	041-537-3452	충남 아산시 변영로 216번길 18
충남	예산군 치매안심센터	041-339-6140	충남 예산군 예산읍 군청로 22
충남	동남구 치매안심센터	041-521-3343	충남 천안시 동남구 버들로 40 동남구보건소 별관 7층
충남	서북구 치매안심센터	041-521-5740	충남 천안시 서북구 서부8길 29
충남	청양군 치매안심센터	041-940-4551	충남 청양군 청양읍 칠갑산로 7길 54 청양군보건의료원2층
충남	태안군 치매안심센터	041-671-5228	충남 태안군 태안읍 서해로 1952-16 태안군보건의료원
충남	홍성군 치매안심센터	041-630-9076	충남 홍성군 홍성읍 문화로 106
전북	고창군 치매안심센터	063-560-8725	전북 고창군 전봉준로 90
전북	군산시 치매안심센터	063-454-5870	전북 군산시 공단대로 482
전북	김제시 치매안심센터	063-540-1327	전북 김제시 요촌동 동서 8길 52
전북	남원시 치매안심센터	063-620-5530	전북 남원시 요천로 1285
전북	무주군 치매안심센터	063-320-8601	전북 무주군 한풍루로 413 보건소내 4층
전북	부안군 치매안심센터	063-580-3066	전북 부안군 부안읍 오리정로 124
전북	순창군 치매안심센터	063-650-5247	전북 순창군 순창로 127 행복누리센터
전북	완주군 치매안심센터	063-290-4373	전북 완주군 삼봉8로 10-12
전북	익산시 치매안심센터	063-859-4086	전북 익산시 동서로 91 서부권 다목적체육관 3층

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
전북	임실군 치매안심센터	063-640-3372	전북 임실군 호국로 1680 임실군보건소
전북	장수군 치매안심센터	063-350-2670	전북 장수군 장천로 255-10
전북	전주시 치매안심센터	063-281-6248	전북 전주시 완산구 전라감영로 33, 전주시보건소 3층
전북	정읍시 치매안심센터	063-539-6951	전북 정읍시 금봉1길 215
전북	진안군 치매안심센터	063-430-8582	전북 진안군 진무로 1189, 보건소 2층
전남	강진군 치매안심센터	061-430-5950	전남 강진군 강진읍 목리길 11 보건소 내 별관 1~2층
전남	고흥군 치매안심센터	061-830-6969	전남 고흥군 고흥읍 등암3길5 보건소 내 별관 1~2층
전남	곡성군 치매안심센터	061-360-8982	전남 곡성군 곡성읍 곡성로 854 보건소 옆 별관 1층
전남	광양시 치매안심센터	061-797-4059	전남 광양시 광양읍 호북길 13-3
전남	구례군 치매안심센터	061-780-2026	전남 구례군 구례읍 동편제길 30 보건소 내 보건의료원 입구 1층
전남	나주시 치매안심센터	061-339-4762	전남 나주시 풍물시장 2길 57-32 나주시보건소 옆 별관 1~4층
전남	담양군 치매안심센터	061-380-2963	전남 담양군 담양읍 완동길 10-5 담양군보건소 옆 여성회관1층
전남	목포시 치매안심센터	061-270-4271	전남 목포시 수문로 32, 목원동행정복지센터
전남	무안군 치매안심센터	061-450-5067	전남 무안군 무안읍 불무로 38-9
전남	보성군 치매안심센터	061-850-8695	전남 보성군 보성읍 갯맹골길 206, 1층
전남	순천시 치매안심센터	061-749-8888	전남 순천시 중앙로 232, 순천시보건소 내 별관 1~2층
전남	신안군 치매안심센터	061-240-8081	전남 신안군 압해읍 천사로 1004 신안군 보건소 1층
전남	여수시 치매안심센터	061-659-5440	전남 여수시 신월로 794번지
전남	영광군 치매안심센터	061-350-4806	전남 영광군 영광읍 신남로4길 17 보건소
전남	영암군 치매안심센터	061-470-6030	전남 영암군 영암읍 오리정길 39 보건소

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
전남	완도군 치매안심센터	061-550-5810	전남 완도군 완도읍 농공단지길 34 보건의료원 내 2층
전남	장성군 치매안심센터	061-390-7161	전남 장성군 장성읍 성산5길 17번지 1층
전남	장흥군 치매안심센터	061-860-6498	전남 장흥군 장흥읍 동교 1길 13.
전남	진도군 치매안심센터	061-540-6964	전남 진도군 진도읍 남동1길 40-9 보건소
전남	함평군 치매안심센터	061-320-2391	전남 함평군 함평읍 중앙길 54-8
전남	해남군 치매안심센터	061-531-3703	전남 해남군 해남읍 해남로46
전남	화순군 치매안심센터	061-379-5317	전남 화순군 화순읍 충의로 40
경북	경산시 치매안심센터	053-810-6435	경북 경산시 남매로 158
경북	경주시 치매안심센터	054-760-2950	경북 경주시 봉황로 178
경북	고령군 치매안심센터	054-950-7961	경북 고령군 대가야읍 왕릉로 56-5, 고령군 보건소 1층
경북	구미시구미 치매안심센터	054-480-4893	경북 경북 구미시 지산11길8-1
경북	구미시선산 치매안심센터	054-480-4352	경북 구미시 선산읍 선주로 121, 구미선산보건소
경북	군위군 치매안심센터	054-380-7491	경북 군위군 군위읍 군청로 70, 군위군보건소 2층
경북	김천시 치매안심센터	054-421-2882	경북 김천시 체육공원길 21
경북	문경시 치매안심센터	054-550-8084	경북 문경시 점촌1길 13, 보건소
경북	봉화군 치매안심센터	054-679-6749	경북 봉화군 봉화읍 봉화로 1203, 봉화군보건소
경북	상주시 치매안심센터	054-537-6514	경북 상주시 중앙로 111
경북	성주군 치매안심센터	054-930-8187	경북 성주군 성주읍 성밖숲길 12, 보건소 별관2층
경북	안동시 치매안심센터	054-840-5915	경북 안동시 보현로 12(용상동)
경북	영덕군 치매안심센터	054-730-7177	경북 영덕군 영덕읍 군청길 53

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
경북	영양군 치매안심센터	054-680-5126	경북 영양군 영양읍 동서대로 82, 영양군보건소 3층
경북	영주시 치매안심센터	054-639-3880	경북 영주시 영주로 159번길 73
경북	영천시 치매안심센터	054-339-7845	경북 영천시 옛군청길 31
경북	예천군 치매안심센터	054-650-8100	경북 예천군 예천읍 군청길 33, 예천군보건소
경북	울릉군 치매안심센터	054-790-6827	경북 울릉군 울릉읍 울릉순환로 396-18, 울릉군보건의료원
경북	울진군 치매안심센터	054-789-5025	경북 울진군 울진읍 읍내8길 61-8, 울진군보건소
경북	의성군 치매안심센터	054-830-6685	경북 의성군 의성읍 북부길 150, 의성군보건소 4층
경북	청도군 치매안심센터	054-370-2672	경북 청도군 화양읍 산성강변길 472
경북	청송군 치매안심센터	054-870-7330	경북 청송군 청송읍 의료원길 19
경북	칠곡군 치매안심센터	054-979-8234	경북 칠곡군 왜관읍 관문로 1길 30, (칠곡군보건소)
경북	포항시남구 치매안심센터	054-270-8901	경북 포항시 남구 오천읍 원리 896
경북	포항시북구 치매안심센터	054-270-8951	경북 포항시 북구 삼흥로 96
경남	거제시 치매안심센터	055-639-7434	경남 거제시 거제 중앙로 13길 25
경남	거창군 치매안심센터	055-940-7919	경남 거창군 거창읍 거함대로 3079 보건소 별관
경남	고성군 치매안심센터	055-670-4851	경남 고성군 고성읍 중앙로35 2층
경남	김해시 치매안심센터	055-320-5961	경남 김해시 분성로 727번길8-35
경남	남해군 치매안심센터	055-860-8791	경남 남해군 남해읍 선소로 6 (보건소 별관)
경남	밀양시 치매안심센터	055-359-7086	경남 밀양시 삼문중앙로 41 (시보건소 별관 3층)
경남	사천시 치매안심센터	055-831-5860	경남 사천시 벌리동 104-1번지
경남	산청군 치매안심센터	055-970-7572	경남 산청군 중앙로 97 (보건의료원 내 보건소)

시도명	치매안심센터명	전화번호	주소
경남	양산시 치매안심센터	055-392-5175	경남 양산시 중앙로 7-32 (양산시보건복지센터 3층)
경남	의령군 치매안심센터	055-570-4080	경남 의령군 의령읍 의병로 8길 16-1
경남	진주시 치매안심센터	055-749-5778	경남 진주시 문산읍 월아산로 983
경남	창녕군 치매안심센터	055-530-7503	경남 창녕군 창녕읍 우포2로 1189-35
경남	창원시마산 치매안심센터	055-225-5993	경남 창원시 마산합포구 월영동 북로 15 마산보건소
경남	창원시진해 치매안심센터	055-225-6692	경남 창원시 진해구 중원동로 62 서부보건지소
경남	창원시창원 치매안심센터	055-225-5748	경남 창원시 성산구 마디미로 73번길 10
경남	통영시 치매안심센터	055-650-6100	경남 통영시 안개4길 102, 통영보건소 옆
경남	하동군 치매안심센터	055-880-6850	경남 하동군 황천면 경서대로 1189
경남	함안군 치매안심센터	055-580-3244	경남 함안군 가야읍 중앙남4길 10, 함안군 보건소
경남	함양군 치매안심센터	055-960-8070	경남 함양군 한들로 141 함양군보건소
경남	합천군 치매안심센터	055-930-3861	경남 합천군 동서로 39 합천군 (합천리, 종합사회복지관 2층)
제주	서귀포시 치매안심센터	064-760-6573	제주특별자치도 서귀포시 천제연로 277 (중문동)
제주	서귀포시동부 치매안심센터	064-760-6125	제주 서귀포시 남원읍 태위로 527 서귀포 동부보건소
제주	서귀포시서부 치매안심센터	064-760-6242	제주 서귀포시 대정읍 최남단 해안로15번길 12 서귀포시 서부보건소
제주	제주시제주 치매안심센터	064-728-8500	제주 연삼로 264, 제주보건소
제주	제주시동부 치매안심센터	064-728-7551	제주 구좌읍 김녕로 14길 6 제주동부보건소
제주	제주시서부 치매안심센터	064-728-8661	제주 한림읍 강구로5 제주서부보건소
세종	세종시 조치원 치매안심센터	044-301-2311	세종시 조치원읍 건강길 16 세종시보건소 2층
세종	세종시 어진동 치매안심센터	044-301-2321	세종특별자치시 다습로 31(어진동, 어진동복합커뮤니티센터, 새만금개발청)

## 기타 유관기관

기관명		대표번호	홈페이지
중앙치매센터		1666-0921	www.nid.or.kr
보건복지부	보건복지부콜센터	129	www.129.go.kr
국가건강정보포털		02-2030-6612	https://health.kdca.go.kr
공공보건포털	보건복지정보개발원	1566-7129	www.g-health.kr
국민건강보험공단 노인장기요양보험	고객센터	1577-1000	www.longtermcare.or.kr
건강보험심사평가원	고객센터	1644-2000	www.hira.or.kr
경찰청(실종노인)	안전Dream	182	www.safet182.go.kr
중앙자살예방센터		02-2203-0053	www.spckorea.or.kr
중앙 노인보호전문기관(노인학대)		1577-1389	www.noinboho.or.kr
독거노인종합지원센터		1661-2129	www.1661-2129.or.kr
대한법률구조공단		132	www.klac.or.kr
고령자 치매후견센터(한국치매협회)		02-761-0710	www.silverweb.or.kr
한국치매가족협회		02-431-9963	www.alzza.or.kr
국민연금공단		1355	www.nps.or.kr
국세청		126	www.nts.go.kr
119 상황실 (응급의료상담 및 응급처치·응급실 이송기관 정보)		119	www.119.go.kr