찾아가는 한의약

10년째 같은 걸음,
따뜻한 의술은 환자의 삶을 바꾼다

고양시 한의사 심희준

고령화와 만성질환의 심화로 병원을 찾기 어려운 이들이 늘어나면서 의료의 역할도 '찾아가는 돌봄'으로 확장되고 있다. 돌봄이란 신체의 치료를 넘어 삶까지 보살피는 것이다. 고양시 재택의료센터에서 활동하고 있는 심희준 한의사는 지난 10년간 방문 진료를 이어오며 환자의 곁을 지키고 있다. 그가 내딛는 걸음은 지역사회 돌봄의 기반을 다지는 여정이다.

고령화 심화와 절실한 돌봄의 손길

심희준 한의사가 활동하는 고양시는 경기도 내에서 노인 인구 비중이 유독 높다. 65세 이상 노인 인구는 2022년 이미 15%를 넘어섰다. 특히 덕양구는 구도심과 신도시가 혼재된 구조로, 거동이 불편해 의료기관 방문이 어려운 어르신들이 다수 거주하고 있다. 노후 주택과 독거노인 비중도 상대적으로 높다.

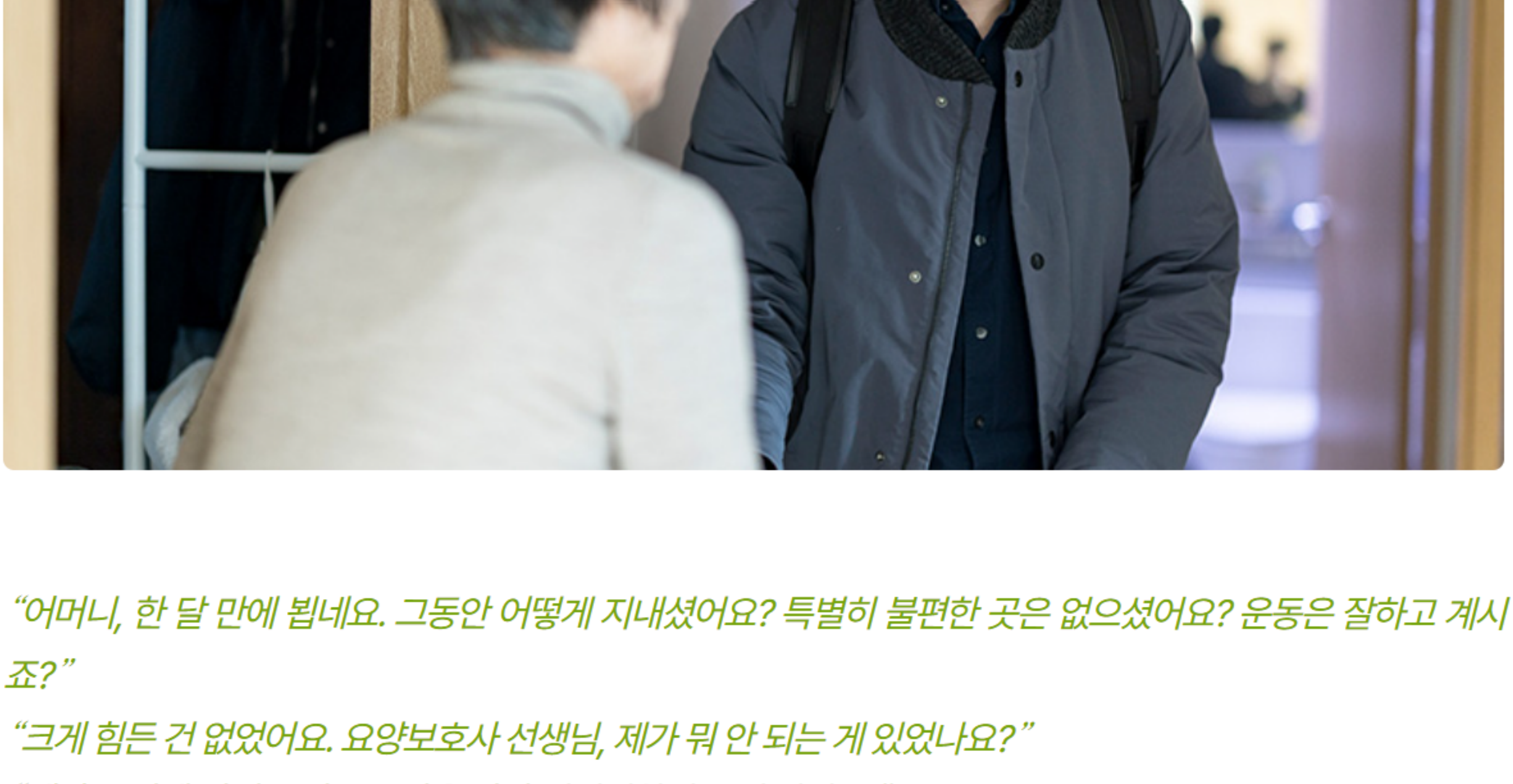
장기요양 등급 인정자가 꾸준히 늘면서 재택의료에 대한 수요도 빠르게 증가하고 있다. 고양시의 재택의료 수요는 전국 4위의 수준에 달한다. 하지만 2025년 기준 재택의료센터는 2~3곳에 불과하다. 수요를 감당하기에 턱없이 부족하다. 이러한 현실은 의료진의 어깨를 더욱 무겁게 만든다. 심희준 한의사는 이런 상황일수록 한의사 한 명 한 명의 손길이 더욱 절실하다고 말한다.

병원 밖의 병원, 재택의료가 지향하는 가치

재택의료센터는 거동이 불편한 장기요양 등급자, 주로 1~2등급 환자들을 위한 '병원 밖의 병원'이다. 심희준 한의사의 방문 진료팀은 한의사 월 1회, 간호사 월 2회 방문을 기본으로 운영된다. 이들은 포괄적인 의료 서비스를 제공한다. 노쇠 관리, 영양장애 개선, 보행장애 재활 등 기본적인 건강 관리부터 도뇨관(L-tube/Foley) 관리, 욕창 드레싱과 같은 전문적인 처치까지 진행하고 있다. 현재 정기적으로 방문하는 환자는 15명이지만 상황에 따라 비정기적인 방문도 이뤄지면서 더 많은 환자를 만난다.

심희준 한의사는 1년째 정기 방문 중인 환자를 찾았다. 환자를 처음 만난 것은 2025년 1월이었다. 낙상으로 인한 척추압박골절로 허리를 거의 펴지 못했다. 환자는 극심한 통증으로 대부분의 시간을 침대에서 보냈다. 회복에 대한 기대를 잃은 상태였다. 가족들 역시 걱정이 깊었다.

심 한의사는 통증 완화를 위한 침 치료와 허리 근력 강화 운동을 단계적으로 지도했다. 간호사는 인지 재활을 병행하며 요양보호사에게 환자 관리 방법을 안내했다. 그 결과 굽었던 허리가 점차 펴지고 요추 가동성이 회복돼 현재는 보행이 가능할 정도로 호전됐다.



"어머니, 한 달 만에 뵙네요. 그동안 어떻게 지내셨어요? 특별히 불편한 곳은 없으셨어요? 운동은 잘하고 계시죠?"
"크게 힘든 건 없었어요. 요양보호사 선생님, 제가 뭐 안 되는 게 있었나요?"
"제가 보기엔 어깨를 여는 동작을 가장 어려워하시는 것 같아요."

심희준 한의사는 환자와 반갑게 안부를 나누며 편안한 분위기에서 진료를 이어갔다. 진료 중에는 요양보호사가 함께 자리하며 환자의 상태와 일상의 변화를 공유했다.

이날은 침 치료가 이루어졌다. 엎드린 환자의 허리에 침을 놓고 심 한의사와 환자는 소소한 대화를 나눴다. 주로 가족 이야기였다. 환자는 남편을 일찍 여의고 어려운 환경에서도 혼자 딸 넷을 키웠다고 한다.

"어머니는 삶에 대한 의지가 참 강하세요. 어머니의 강한 의지와 적극적인 치료 덕분에 건강이 놀라울 정도로 호전된 것 같아요."

심희준 한의사는 재택의료의 가장 큰 장점으로 생활 전반을 함께 돌볼 수 있다는 점을 꼽는다. 병원에서의 진료가 이미 발생한 질환 치료에 집중한다면 재택의료는 주거 환경과 생활 습관, 가족 관계 등 건강에 영향을 미치는 요소 전반을 살피고 개선에 도움을 줄 수 있다.

침 치료 후에는 운동 처방이 추가로 이뤄졌다. 척추 측만과 통증이 상당 부분 개선된 만큼 스스로 보행이 가능할 정도로 근력을 회복하기 위해서다. 이전에 처방했던 운동이 어느 정도로 잘 수행되고 있는지를 확인하고 새로운 운동법을 자세히 설명했다.

식사 상태와 정서적 안정까지 살피다 보니 시간이 금세 지나갔다. 환자는 심희준 한의사를 배웅하기 위해 일어섰다. 무거운 걸음을 옮기는 동안 심 한의사는 환자 스스로 걸을 수 있도록 기다렸다. 다음 방문을 약속하고 집을 나서는 순간까지 건강한 식사와 꾸준한 운동을 당부했다.

사람을 살리는 의술, 인술의 씨앗을 심다

심희준 한의사는 요즘 국민건강보험공단, 지자체, 지역 요양기관들과 협력하며 환자 의뢰와 회송 체계를 구축하고 있다. 재택의료가 지역사회에 안정적으로 정착하기 위한 기반을 마련하기 위해서다. 심 한의사는 "한의 재택의료가 제대로 자리잡기 위해서는 너무 빠르게 과실을 탐하기보다 어려움이 닥쳤을 때 머리를 맞대고 해결책을 찾는 인내가 필요하다"라고 강조했다.

고양시뿐만 아니라 전국 곳곳에는 의료의 손길을 기다리는 많은 어르신들이 있다. 이들의 삶에 실질적인 도움과 따뜻한 위로를 전하기 위해 의료진과 지역사회의 지속적인 관심과 참여가 요구된다. 심희준 한의사의 발걸음은 오늘도 고양시의 골목골목을 누비며 사람을 살리기 위한 의술, 인술의 씨앗을 뿌리고 있다.