

한겨레

노원구, 파킨슨병 질환자 통합 재활 프로그램 확대 운영

입력 2024.02.13. 오후 5:04

[한겨레] 노원구가 파킨슨병 질환자 맞춤형 통합 재활 프로그램 '뇌크레이션'을 확대 운영한다. '뇌크레이션'은 파킨슨 질환을 체계적으로 관리해 악화 속도를 완화하고, 조기 발견을 통한 환자의 삶의 질 증진을 도모하기 위해 전국 지자체 최초로 시작한 사업이다.

지난해 9월부터 12월까지 총 126회 진행된 마들보건지소 뇌크레이션 프로그램의 평균 출석률은 90%로 타 프로그램에 비해 참여자들의 호응도가 높다. 또한 공릉·월계 거주자들의 문의가 지속됨에 따라 구는 상계보건지소를 활용해 프로그램의 확대하기로 했다.

나아가 구는 파킨슨병 질환자를 비롯해 신체에서 규칙적으로 떨림 증상이 나타나는 구민들도 참여 대상으로 확대한다는 방침이다. 이는 초기 증상만으로 진단이 어려운 파킨슨 질환의 특징을 고려한 것으로, 치료 시기를 놓쳐 고통받는 환자들과 가족의 발생을 방지하기 위함이다.

구가 마련한 재활 프로그램 '뇌크레이션'은 스모비, 밸런스 쿠션 등 진동을 가미한 소도구를 이용하여 근력·균형 능력 증진 및 뇌활성화를 돕는다. 또한 미몽이 라켓을 이용한 반복적 스윙 동작을 통해 신경근을 자극하여 떨림을 저하한다.

뇌크레이션에는 차별화된 집중 운동뿐만 아니라 언어 및 삼킴장애 재활, 잘못된 일상생활 습관 개선 및 심리지원 등도 포함되어 있다. 파킨슨병은 떨림, 경직 등의 운동장애뿐 아니라 야간뇨, 기억력 저하, 우울감, 불면, 의사소통 장애 등도 수반되어 환자의 전반적인 삶의 질을 떨어뜨리기 때문이다.

이에 더해 구는 악력 및 신체 각도 측정 등 참여자들의 신체 기능 및 심리 상태 등을 6개월마다 비교 평가하여 1년 이상 장기적인 관리를 진행한다. 평가 결과에 따라 일부 대상자들에게는 개인 맞춤형 운동치료가 추가된다.

구 관계자는 “앞서 장기간의 파킨슨병으로 인해 일상생활이 불가능한 재가 장애인을 대상으로 진행한 방문 재활 프로그램에서 거둔 성과와 노하우를 바탕으로 뇌크레이션 프로그램을 편성해 완성도가 높다”며 “비슷한 유형의 증상을 호소하는 동료와 함께 프로그램을 진행하여 불안감을 해소하고 재활 동기를 자극할 수 있을 것으로 기대하고 있다”고 말했다.



스모비를_이용하여_재활운동하는_어르신 모습. 노원구청 제공

한편 구는 지난 4월부터 지역 내 재가 암환자의 빠른 회복을 위한 맞춤형 재활 프로그램 ‘힐링한데이’를 운영하고 있다. 암 수술 이후 5년이 지나지 않아 항암 치료 혹은 추적 관찰 중인 구민이 대상이다. 그룹 운동과 일대일 운동상담, 자존감 및 사회적 관계회복을 위한 심리상담 및 정서지원, 여가 및 체험활동 등 다양한 활동으로 구성되어 있어 참여자의 만족도가 높다.

오승록 노원구청장은 “급격한 인구 고령화로 파킨슨병 질환자가 급증하고 있지만 사회적 인식이 낮은 상황”이라며 “초기 발견과 관리가 중요한 병인 만큼 질환에 대한 이해도를 높이고 재활 프로그램을 통해 환자와 가족의 일상을 적극 지원해 나가겠다”고 말했다.

서울& 온라인편집팀

Copyright © 한겨레. All rights reserved. 무단 전재 및 재배포 금지.

이 기사 주소 <https://n.news.naver.com/mnews/article/028/0002676697>
