

신체건강은 정신건강과 밀접한 관계가 있습니다

정신 건강 의료 서비스를 이용하고 있는 사람들을 위한 안내



**신체건강과
정신건강은
서로 관련이
있기때문에 두
가지 건강 관리는
함께 해야 합니다.**

신체건강은 정신건강과 어떤 관련이 있는가?

정신건강과 신체건강에는 밀접한 관련이 있다는 사실이 여러 연구결과를 통해 밝혀져 왔습니다. 신체적으로 건강한 사람은 보통 정신적으로도 건강하며 신체적인 질병 증상으로 인해 없었던 정신질환이 발생하기도 합니다.

따라서 정신 질환이나 장애를 겪고 있는 사람들에게 정신건강뿐 아니라 양질의 신체건강 관리를 함께 받도록 하는 것이 중요합니다. 정신건강 의료당국은 서비스를 제공함에 있어 해당 의료 서비스를 이용하는 환자들의 신체와 정신건강 양 쪽을 다 고려해야 합니다.

이처럼 정신건강과 신체건강 관리를 연관시키면 환자들에게 다음과 같이 실질적인 도움을 줄 수 있습니다.

- 환자의 신체건강 문제를 조속히 인식하여 대응함으로써 정신건강 회복도 빨라진다.
- 투약에 따른 부작용을 쉽게 파악하여 이를 최소화하기 위한 조치를 빨리 취할 수 있다.
- 환자의 일반적인 건강과 복지 문제를 개선하여 전체적인 삶의 질을 향상시킨다.
- 정신질환자로 잘못 진단 받은 신체질환 환자의 수를 줄인다.

정신건강 의료당국으로부터 어떤 신체건강 관리를 받을 수 있는가?

정신질환자들에게는 일반 국민에게 제공되는 의료 서비스에 준한 건강관리를 받을 권리가 있습니다.

정신건강 의료당국은 해당 서비스를 이용하는 사람들에게 아래와 같은 건강관리를 제공해야 합니다.

- 신체건강 검진 지원
- 정신 질환이나 장애를 야기하는 신체적 제 요인 제거
- 정신질환에 대한 치료가 환자의 신체건강에 미치는 영향을 면밀히 고려
- 건강 검사나 검진을 위해 가정의나 기타 의료 서비스 제공자와 연계
- 정신 및 신체건강을 비롯, 제 건강 문제에 대처하는 건강관리 계획 확보
- 신체 활동 프로그램 참여 지원 및 신체건강과 복지 개선을 위한 정보 제공

뉴사우스웨일즈 주 소재
지역 정신건강 의료당국은 해당
서비스를 이용하고 있는 사람들에게
정신건강뿐만 아니라 신체건강 관리도
함께 받을 수 있도록 해 주어야 합니다.

신체건강 개선을 위해 무엇을 할 수 있는가?

환자는 아래와 같은 신체건강 관리 활동에 적극적으로 참여해야 합니다.

- 주치의 지정
- 정기적인 신체건강 검진
- 신체건강 진료 약속 및 참여 지원을 정신건강 의료당국에 요청
- 신체건강 관련 문제에 대한 공조 대처를 위해 정신건강 의료당국과 주치의 및 다른 의료 제공자의 접촉 허용
- 본인의 건강 문제와 치료에 대해 이해하기 위해 본인에게 내려진 진단에 관해 질문
- 가족이나 보호자로부터 실질적이고 정신적인 지원을 얻기 위해 본인의 신체건강에 관한 정보를 그들과 공유
- 건강과 영양에 관한 정보를 읽고 식생활과 운동일정 조정
- 금연과 같이 바람직한 선택을 돕는 건전 생활 프로그램이나 활동에 참여



정신건강 의료당국이 신체 건강관리와 관련해서 실시하는 업무에 관해 보다 상세한 정보를 원하시면 NSW Health(NSW 보건국)이 발행하는 정보지, *Physical Health Care-What to Expect from your Mental Health Service* (신체건강 관리-정신건강 의료당국이 제공하는 서비스)를 참조하십시오.

NSW Health 정책 시행령 PD2009_027 *Physical Health Care within Mental Health Services* (정신건강 의료당국 내 신체건강 관리 지원책)에는 정신건강 의료당국이 환자의 신체건강을 위해 반드시 취해야 하는 조치들에 관한 상세한 지침이 명시되어 있습니다. 정신건강 의료당국의 의무사항에 대한 도움말과 정보는 NSW Health의 안내서, *Physical Health Care of Mental Health Consumers* (정신질환자의 신체건강 관리)에 명시되어 있습니다.

가정의(GP)는 어떤 도움을 주는가?

가정의는 환자의 신체건강 개선과 환자 관리에 있어 매우 중요한 역할을 담당합니다.

가정의는 정신질환이나 장애를 가진 사람이 도움을 받기 위해 최초로 접촉하는 사람이기 때문에 환자의 신체건강 문제를 조기에 인지하여 이에 대한 조치를 취할 수 있으며 환자와 환자 가족 및 보호자에게 (환자가 동의하는 경우에 한해) 환자의 신체건강과 이의 개선을 위한 방법들에 관한 정보와 조언을 제공할 수 있습니다.

주치의가 있는 경우, 주치의와 정신 건강 의료 당국이 협력해서 환자가 현재 겪고 있는 모든 건강문제에 적절히 대처 할 수 있도록 주치의의 연락처 정보를 정신건강 당국에 제출하여야 합니다. 정신건강 의료당국은 환자의 동의를 얻은 경우에

한하여 환자의 주치의나 치과의사 및 전문의와 같은 다른 의료 제공자들과 접촉할 것이며 환자의 신체건강에 대한 적절한 조치를 취하기 위해 지역 가정의들과 협력을 모색해 나갈 것입니다.

주치의가 없는 경우, 정신건강 의료당국과 상의해야 합니다. 의료 당국이 정신질환 치료에 관심이 있거나 경험이 있는 가정의를 소개해 줄 수도 있기 때문입니다. 소개받은 가정의와 신체건강 문제를 수월하게 상담할 수 있을 것입니다.

어떤 정보를 주치의와 정신건강 의료당국이 공유하는가?

환자의 신체건강 문제에 적절히 대처하기 위해 정신건강 의료당국은 환자의 신체건강에 대한 모든 문제를 파악하고 있어야 합니다. 그렇지 못한 경우 적절한 치료 및 조치에 어려움을 겪을 수 있습니다. 주치의가 있는 경우, 주치의가 환자의 정신건강 상태에 대해 항상 현황 파악을 하고 있는 것이 중요합니다. 그렇게 함으로써 환자의 신체 질환에 관해 올바른 진단을 내릴 수 있으며 현재 복용하고 있는 정신질환 치료제의 약효를 방해하지 않는 약을 처방하는 데도 도움이 됩니다.

그러나 환자의 주치의와 정신건강 의료당국은 환자의 진료기록과 개인정보에 대한 비밀엄수의 제약을 받습니다. 정신건강 의료당국은 *Mental Health Act 2007* (정신 건강 법령 2007) 과 *Health Records and Information Privacy Act 2002* (진료기록 및 정보 보호에 관한 법령 2002)에 의거, 환자의 정보 보호에 관한 특별 강제조항을 준수해야 합니다.

관련 법령에 의거, 환자의 개인 정보는 최우선적으로 보호되며 환자의 주치의나 정신건강 의료당국이 치료 과정에서 취득한 환자의 개인 정보는 향후 치료를 위한 목적으로만 공유가 허용됩니다.

환자 건강에 관한 정보의 공유는 여하한 경우에도 환자 본인의 동의가 있어야 합니다.

더 많은 정보가 필요하십니까?

- ✓ 지역 정신건강 의료당국과 상의하십시오.
- ✓ 주치의와 상담하십시오.
- ✓ 다른 언어로 제공되는 정신건강 관련 정보나 본 정보지의 사본이 필요하신 경우 전화 1800 64 89 11번이나 웹사이트 www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc 이용하여 Transcultural Mental Health Centre (트랜스 컬투럴 정신 건강 센터)에 요청하십시오.