[1]

□ 국민건강보험 일산병원 정신건강의학과 박재섭 교수는 '외상 후 스트레스 장애'의 증상 및 원인, 치료법 및 치료 시 주의사항에 대해 다음과 같이 설명하였다.

○ '외상 후 스트레스 장애'의 증상

- 「사고 후 침습적으로 반복되는 재경험, 사고와 관련된 자극의 회피, 사고와 관련된 인지나 기분의 부정적인 변화, 과도각성과 교감신경 항진 관련 증상 등이 있습니다. 원하지 않아도 고통스러운 기억이 떠오르거나 사건과 관련된 꿈을 꾸고, 극단적인 경우에는 외상이 지금 당장 다시 일어나고 있는 것처럼 느끼고 행동하는 플래시백(flashback)을 겪기도 합니다. 외상과 관련된 행위나 생각을 피하고자 노력하고, 사고관련 기억을 떠올리는 것이 어려워지기도 합니다. 앞으로의 미래가 없는 것처럼 느끼거나, 현실에 대해 무관심해 지거나 비현실감을 경험하기도 하고 감정 표현이 둔해지기도 합니다. 외상과 관련된 자극에 노출된 후 심리적, 생리적 스트레스 반응을 경험할 수 있습니다. 일상생활에서도 불면, 과다각성을 겪고, 작은 자극에도 과도하게 놀라거나 분노를 표출하기도 합니다.」

○ '외상 후 스트레스 장애'의 원인

- 「특정 외상 사건이 주요한 유발 인자입니다. 과거에는 외상에 대한 정신적인 반응일 뿐이라고 생각되기도 했으나, 최근 연구에 따르면 여러 신경전달물질 체계와 불안/공포와 관련된 뇌 부위의 이상이 외상 후 스트레스장애의 관련되어 있음이 알려져 있습니다. 한 부분의 이상이라기보다는 여러 신경전달물질(노르아드레날린, 도파민, 내재성 오피오이드 등)이나 편도체, 시상하부-뇌하수체-부신피질축 등의 다

OPEN 출처표시 공공누리 공공저작물 자유이용허락



나부터 지키는 우리 모두의 건강 해외감염병 NOW 1339 질병관리본부 콜센터

양한 뇌 부위의 이상이 함께 작용하는 것으로 보입니다. 자율신경계의 과활동 역시 중요한 요인으로 보고되어 있습니다. 그러나 같은 외상 사건을 경험한 모든 사람에게서 발병하지는 않은 것을 고려하면 외상 사건의 주관적 의미, 아동기의 외상 경험, 부족한 가족/사회적 지지체계, 유전적 취약성, 최근에 경험한 생활의 변화, 과도한 알콜 섭취 등의 심리 사회적 요인도 발병에 영향을 주는 것으로 보입니다.」

○ '외상 후 스트레스 장애'의 진단 · 검사

- 「진단은 정신건강의학과 전문가와의 심층적 면담을 통해 정해진 진단기준에 맞추어 이루어집니다. 이때 심리검사나 설문검사가 진단과 증상 평가에 도움이 되기도 합니다. 아직 하나의 영상검사나 혈액검사, 설문검사 등으로 확진을 하지는 못합니다. 때로는 외상적 사건으로 유발된 뇌손상과 같은 신체 질환이 외상 후 스트레스 장애와 유사한 증상을 일으킬 수 있어, 신체 질환을 구별하기 위하여 혈액 검사, 뇌 영상 검사 등을 하기도 합니다.」

○ '외상 후 스트레스 장애'의 치료방법

- 「치료의 첫 단계로 정서적 조절과 안정을 돕는 '안정화'가 중요하다고 알려져 있습니다. 우선 외상에 대한 일반적인 반응을 설명하고, 환자의 반응이 정상적이며 자연스러운 것임을 강조하고 치료 과정에 대해서 설명합니다. 증상을 유발하는 요인을 찾고 요인별로 대처 방법을 함께 찾아나갑니다. 시각적, 청각적, 신체적 감각을 이용해 외상 경험에 대한 기억에 빠지지 않도록 돕는 착지연습, 상징적인 마음의 이미지를 이용해 불편한 생각, 감정, 감각을 조절하는 봉인연습 등을 같이 하게 됩니다. 일부 환자에서는 안정화를 잘하는 것만으로도 회복된다고 알려져 있습니다. 안정화가 잘 이루어진 다음에도 증상이

OPEN 출처표시 공공누리 공공저작물 자유이용허락



나부터 지키는 우리 모두의 건강 해외감염병 NOW 1339 질병관리본부 콜센터

지속되고 있는 경우에는 노출치료, 인지처리치료를 포함한 인지행동치료나 정신역동적치료, 안구운동 민감소실 및 재처리(eye movement desensitization and reprocessign, EMDR)와 같은 치료를 해볼 수 있습니다. 세로토닌 재흡수 억제제 (SSRI, serotonin reuptake inhibitor) 계열 약물 등 다양한 약물들도 치료에 효과가 있습니다. 증상이 매우 심각한 경우나, 자살이나 폭력의 가능성이 큰 경우에는 입원이 필요할 수도 있습니다. 이러한 의학적 치료 못지않게 마음이 약해서 생기는 정신질환이라는 사회적 낙인(stigma)를 없애고 궁극적으로는 사회와 재 연결될 수 있도록 돕는 것이 중요합니다.」

OPEN 출처표시 공공누리 공공저작물 자유이용허락



나부터 지키는 우리 모두의 건강 해외감염병 NOW
1339 질병관리본부 콜센터

[2]

## 1. '외상 후 스트레스 장애(F43.1)' 성/연령대별 적용인구 10만 명 당 진료인원 현황

(단위 : 명)

| 구 분 | | 2015년 | 2016년 | 2017년 | 2018년 | 2019년 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **전체 인구 평균** | **전체** | **14** | **16** | **16** | **19** | **21** |
| | **남자** | **12** | **12** | **13** | **15** | **16** |
| | **여자** | **17** | **19** | **19** | **23** | **25** |
| 10대 이하 | 전체 | 11 | 11 | 13 | 16 | 17 |
| | 남자 | 9 | 10 | 11 | 12 | 14 |
| | 여자 | 13 | 13 | 15 | 20 | 21 |
| 20대 | 전체 | 19 | 22 | 25 | 30 | 34 |
| | 남자 | 16 | 17 | 19 | 21 | 23 |
| | 여자 | 23 | 28 | 33 | 41 | 46 |
| 30대 | 전체 | 14 | 16 | 17 | 21 | 23 |
| | 남자 | 10 | 10 | 12 | 14 | 15 |
| | 여자 | 19 | 22 | 24 | 28 | 31 |
| 40대 | 전체 | 13 | 14 | 14 | 17 | 19 |
| | 남자 | 10 | 11 | 11 | 13 | 15 |
| | 여자 | 16 | 18 | 18 | 21 | 24 |
| 50대 | 전체 | 17 | 18 | 17 | 19 | 20 |
| | 남자 | 13 | 14 | 13 | 15 | 16 |
| | 여자 | 21 | 22 | 20 | 22 | 23 |
| 60대 | 전체 | 15 | 16 | 15 | 17 | 18 |
| | 남자 | 15 | 15 | 14 | 16 | 16 |
| | 여자 | 16 | 17 | 16 | 18 | 19 |
| 70대 | 전체 | 13 | 13 | 14 | 15 | 15 |
| | 남자 | 12 | 14 | 15 | 17 | 16 |
| | 여자 | 13 | 13 | 13 | 13 | 14 |
| 80대 이상 | 전체 | 7 | 7 | 6 | 6 | 8 |
| | 남자 | 9 | 9 | 7 | 5 | 8 |
| | 여자 | 7 | 7 | 6 | 6 | 8 |

주 1) 수진기준(실제 진료 받은 일자기준), 주상병 기준(부상병 제외), 한의분류 및 약국제외
2020년 4월 청구 분까지 반영하며, 미청구분 자료 있을 수 있음.
2) 건강보험 급여실적(의료급여 제외)이며, 비급여는 제외)
3) 진단명이 확정되지 않은 상태에서의 호소, 증세 등에 따라 1차진단명을 부여하고 청구한 내역중 주진단명 기준으로 발췌한 것이므로 최종 확정 된 질병과는 다를 수 있음

**※ 산출공식 : 인구 10만 명당 진료인원 = 진료실인원 / 연도말 적용인구 × 100,000**

OPEN 출처표시 공공누리 공공저작물 자유이용허락



나부터 지키는 우리 모두의 건강 해외감염병 NOW 1339 질병관리본부 콜센터

## 2. '외상 후 스트레스 장애(F43.1)' 건강보험 성/연령대별 진료비 현황

(단위 : 천원)

| 구 분 | | 2015년 | 2016년 | 2017년 | 2018년 | 2019년 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **계** | **전체** | **3,353,011** | **3,809,082** | **3,939,184** | **5,117,837** | **5,822,997** |
| | **남자** | **1,489,124** | **1,583,492** | **1,606,315** | **1,942,328** | **2,234,792** |
| | **여자** | **1,863,886** | **2,225,590** | **2,332,869** | **3,175,510** | **3,588,205** |
| 10대 이하 | 계 | 565,868 | 636,234 | 706,345 | 959,498 | 1,014,726 |
| | 남자 | 197,107 | 225,793 | 271,323 | 279,196 | 350,358 |
| | 여자 | 368,760 | 410,441 | 435,021 | 680,302 | 664,367 |
| 20대 | 계 | 641,713 | 850,370 | 922,196 | 1,267,933 | 1,472,557 |
| | 남자 | 330,653 | 400,238 | 401,856 | 461,768 | 486,046 |
| | 여자 | 311,060 | 450,133 | 520,340 | 806,165 | 986,510 |
| 30대 | 계 | 484,507 | 562,207 | 591,971 | 793,124 | 908,372 |
| | 남자 | 184,139 | 176,734 | 184,328 | 257,068 | 256,074 |
| | 여자 | 300,368 | 385,473 | 407,644 | 536,056 | 652,298 |
| 40대 | 계 | 514,946 | 576,156 | 531,121 | 661,549 | 796,969 |
| | 남자 | 211,660 | 235,018 | 194,162 | 251,068 | 339,530 |
| | 여자 | 303,286 | 341,138 | 336,959 | 410,481 | 457,439 |
| 50대 | 계 | 674,352 | 664,379 | 600,382 | 745,399 | 858,232 |
| | 남자 | 323,186 | 273,087 | 251,917 | 311,032 | 398,166 |
| | 여자 | 351,167 | 391,292 | 348,466 | 434,367 | 460,066 |
| 60대 | 계 | 281,981 | 310,965 | 317,643 | 386,983 | 460,355 |
| | 남자 | 150,262 | 161,948 | 166,330 | 214,392 | 229,961 |
| | 여자 | 131,719 | 149,017 | 151,313 | 172,591 | 230,394 |
| 70대 | 계 | 164,545 | 173,463 | 241,033 | 261,649 | 262,486 |
| | 남자 | 82,053 | 99,239 | 125,663 | 156,706 | 159,980 |
| | 여자 | 82,492 | 74,224 | 115,371 | 104,943 | 102,506 |
| 80대 이상 | 계 | 25,098 | 35,308 | 28,493 | 41,703 | 49,301 |
| | 남자 | 10,064 | 11,436 | 10,738 | 11,098 | 14,677 |
| | 여자 | 15,034 | 23,872 | 17,755 | 30,605 | 34,624 |

주 1) 수진기준(실제 진료 받은 일자기준), 주상병 기준(부상병 제외), 한의분류 제외, 진료비는 약국포함이며, 2020년 4월 청구 분까지 반영하며, 미청구분 자료 있을 수 있음.

2) 건강보험 급여실적(의료급여 제외)이며, 비급여는 제외)

3) 진단명이 확정되지 않은 상태에서의 호소, 증세 등에 따라 1차진단명을 부여하고 청구한 내역중 주진단명 기준으로 발췌한 것이므로 최종 확정 된 질병과는 다를 수 있음

4) 반올림 관계로 총합과 내용의 합이 다를 수 있음

OPEN 출처표시 공공누리 공공저작물 자유이용허락



나부터 지키는 우리 모두의 건강 해외감염병 NOW 1339 질병관리본부 콜센터

## 3. '외상 후 스트레스 장애(F43.1)' 건강보험 성/연령대별 환자 1인당 진료비 현황

(단위 : 원)

| 구 분 | | 2014년 | 2015년 | 2016년 | 2017년 | 2018년 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **전체** | **전체** | **461,339** | **482,101** | **475,632** | **530,456** | **550,898** |
| | **남자** | **502,065** | **499,682** | **480,789** | **512,352** | **535,921** |
| | **여자** | **433,260** | **470,328** | **472,145** | **542,173** | **560,657** |
| 10대 이하 | 전체 | 510,711 | 569,592 | 557,054 | 663,553 | 659,770 |
| | 남자 | 406,406 | 466,514 | 487,991 | 491,542 | 552,615 |
| | 여자 | 591,910 | 648,406 | 610,985 | 774,831 | 734,919 |
| 20대 | 전체 | 501,338 | 566,913 | 531,525 | 602,343 | 626,887 |
| | 남자 | 590,452 | 650,793 | 590,097 | 589,742 | 567,811 |
| | 여자 | 432,028 | 508,625 | 493,681 | 609,807 | 660,757 |
| 30대 | 전체 | 440,862 | 458,944 | 450,511 | 517,367 | 541,665 |
| | 남자 | 478,283 | 446,298 | 408,710 | 491,526 | 441,507 |
| | 여자 | 420,683 | 464,986 | 472,357 | 530,749 | 594,620 |
| 40대 | 전체 | 443,537 | 460,188 | 432,509 | 463,270 | 497,795 |
| | 남자 | 460,130 | 494,775 | 406,197 | 454,833 | 543,248 |
| | 여자 | 432,648 | 439,045 | 449,279 | 468,586 | 468,688 |
| 50대 | 전체 | 478,943 | 448,905 | 432,552 | 468,215 | 507,830 |
| | 남자 | 597,386 | 462,859 | 463,083 | 479,248 | 567,188 |
| | 여자 | 405,037 | 439,654 | 412,874 | 460,622 | 465,654 |
| 60대 | 전체 | 376,980 | 373,756 | 385,957 | 396,499 | 426,650 |
| | 남자 | 434,283 | 416,319 | 430,907 | 482,865 | 476,110 |
| | 여자 | 327,659 | 336,381 | 346,254 | 324,419 | 386,567 |
| 70대 | 전체 | 439,960 | 438,038 | 554,099 | 546,240 | 516,705 |
| | 남자 | 529,374 | 542,290 | 589,967 | 639,616 | 652,980 |
| | 여자 | 376,676 | 348,469 | 519,689 | 448,474 | 389,757 |
| 80대 이상 | 전체 | 278,867 | 356,646 | 313,110 | 468,573 | 385,164 |
| | 남자 | 296,000 | 309,081 | 335,563 | 411,037 | 326,156 |
| | 여자 | 268,464 | 385,032 | 300,932 | 493,629 | 417,157 |

주 1) 수진기준(실제 진료 받은 일자기준), 주상병 기준(부상병 제외), 한의분류 제외, 약국포함
2020년 4월 청구 분까지 반영하며, 미청구분 자료 있을 수 있음.
2) 건강보험 급여실적(의료급여 제외)이며, 비급여는 제외)
3) 진단명이 확정되지 않은 상태에서의 호소, 증세 등에 따라 1차진단명을 부여하고 청구한 내역중 주진단명 기준으로 발췌한 것이므로 최종 확정 된 질병과는 다를 수 있음

**※ 산출공식 : 진료 1인당 진료비 = 진료비 / 진료실인원**

OPEN 출처표시 공공누리 공공저작물 자유이용허락



나부터 지키는 우리 모두의 건강 해외감염병 NOW 1339 질병관리본부 콜센터