

Turn Around

하트 리듬 희망 장려상

유 재 혁

여름의 흔적이 남아있던 2019년 10월의 어느 가을 날, 난 그 날을 여전히 기억한다. 아니 평생 그 날을 잊을 수 있을까? 난, 더위를 많이 타고 다른 사람들보다 땀이 많은 편이라 생각했다. “적어도 그 사건이 있던 날까지는”

한 때 좋아하는 감정이 있었던 여동생을 만나고 평소와 같이 집으로 돌아오는 길. 건물 입구 계단을 올라서는 순간 갑자기 숨이 쉬어지지 않았다. ‘컹컹’하는 소리와 함께 계단 난간을 붙잡았다. 몇 번 심호흡을 하고 나니 조금 괜찮아지는 듯 했으나 여전히 호흡은 말썽이었고 머리에 피가 돌지 않는 느낌이었다. 평소 커피나 핫식스 등을 자주 마시면서 불면증이나 간혹 과한 심장박동 증상이 종종 있었으나 이는 금방 괜찮아졌었다. 하지만 이번은 달랐다. 타지 생활을 하고 있던 나였기에 이대로 객사하는 것인가 생각까지 들 정도였으니까.

‘어떻게든 한숨 자고나면 괜찮아지겠지’라는 생각에 타***을 먹고 잠들려고 했지만 전혀 효과가 없었고 증상을 인터넷으로 검색해보니 부정맥이 의심되었다. 그렇게 밤을 새고 아침 일찍 동네 인근 병원을 찾았다. 한 걸음 걸을 때마다 마치 마라톤을 하는 것처럼 숨이 가빠왔고, 착용하고 있던 의족을 부셔버리고 싶을 정도였으니까. 급한대로 갔었던 집 앞에 있는 개인 병원에서 예상대로 부정맥이 의심되니 큰 병원으로 가보라는 말을 듣게 되었다. 당장 다음주, 1박 2일 합숙 면접이 잡혀있어 더 미칠 노릇이었다. 급한대로 약을 처방 받고 출근을 감행하였다. 내가 자리를 비운다면 나 때문에 고생하는 사람들이 너무나 많았기에.

출근을 해서도 제 정신이 아니었다. 그나마 자리에 앉아있을 때는 괜찮았지만, 가까이 있는 화장실을 다녀오는 것조차 힘들었다. 인터넷에 우황***이 효능있다하여 병원 약과 함께 우황***도 곁들여 먹었지만 증상이 완화되는건 일시적이었다. 평생 응급실에 갈 일이 있을까 생



제1회 11·11 하트 리듬의 날 부정맥 희망 수기 공모전

각했던 나지만, 이날은 응급실을 가지 않는다면 길거리나 집에서 객사할 것 같은 느낌이 들었다. 퇴근 후 엄청난 정신력으로 버티며 병원으로 이동했던 것 같다.

그 날 밤, 응급실에는 대기 인원이 많았다. 번호표를 발급받고 기다리면서 이상하게 또 증상이 일시적으로 완화되는 듯한 느낌이었다. 기다림에 지쳐 집으로 돌아가는 사람들도 하나 둘씩 생겼고, 나도 ‘이 정도면 괜찮을거 같은데 집에 갔다가 내일 올까?’라고 고민하던 중 다행히도 내 순번이 찾아왔다. 맥박과 혈압을 재고 증상을 설명하니 갑자기 담당 간호사가 기겁을 하며 응급실 안으로 날 안내하며 비어 있는 침대에 빨리 누우라고 하였다. 왜 그러냐 물으니 심박수가 180이라는 미친 수치가 나온 것이었다. 긴급으로 심장초음파와 심전도 검사가 진행되었고 내 몸에는 심박 모니터링 장치가 부착되었다. 역시나 부정맥이었다. 정확한 병명은 두 번째로 응급실을 방문했을 때 심방세동 부정맥이라는 진단을 받게 되었다. 약 이름이 정확하게 기억이 나지 않지만 급하게 링거를 통해 심박수를 안정화하고 부정맥 증상을 잠재울 수 있는 약을 투여받을 수 있었다. 천만다행이었다.

약이 서서히 내 몸에 들어오면서 미친듯이 뛰던 내 심장도 조금씩 안정되고 배고픔과 졸음이 몰려왔다. 꽤나 오랜 시간이 걸렸다. 응급실에서 하루 밤을 보내는가 했으나 다행이 새벽에 비상약을 받아들이고 퇴원할 수 있었다. 집에 와서 잠시 잠이 든 뒤 출근길에 올랐다. 점심시간이 되어 부서 동료들과 함께 밥을 먹으러 가면서부터 무언가 이상함을 감지했다. 평소와 같이 걸었을 뿐인데 머리 속이 하얘지면서 호흡이 가빠져왔다. 착용하고 있던 스마트워치로 맥박을 확인해보니 또 다시 맥박이 치솟기 시작했다. 분명 응급실에서 나왔을 때는 문제가 없어서 잠시 왔다가는 증상이구나 생각했다. 다행이 호흡을 조절하면서 걸으니 괜찮았으나 날씨가 추웠는데도 불구하고 땀이 장난아니게 흐르기 시작했다. 점심 식사 후 회사로 복귀해 약을 먹으니 안정을 찾을 수 있었다.

그렇게 주말이 지나 면접 당일이 되었다. 집결지로 출발하기 30분 전까지 참석을 망설였다. 힘들게 통과한 필기시험이었기에 비상약을 전부 챙겨두고 면접 참석을 위한 집결지로 향했다. 뒤늦게 후회하고 싶지는 않았으니까. 아니 어쩌면, 나의 간절한 마음이 면접관들에게 전해졌으면 하는 마음도 컸으니까.



제1회 11·11 하트 리듬의 날 부정맥 희망 수기 공모전

면접 기간 무슨 정신으로 버텼는지 생각해보면 대단하다는 생각이 들었다. 날씨가 가을로 접어들면서 꽤나 쌀쌀했지만 조금만 움직여도 땀 투성이었다. 아마, 미친듯이 치솟은 심박수 때문이었을 것으로 추정된다. 심지어 1일차 면접이 끝나고 뒷풀이 때는 맥주까지 먹었다. 내가 미쳤지. 참고로 부정맥 환자는 주류 근처에도 가면 안된다. 그만큼 심장에 타격을 줄 수 있고 부정맥 완치 판정을 받아도 재발의 요소가 되기 때문이다. 2일차가 끝나고, 함께 했던 팀원들과 단체 사진을 찍었는데 이상하게 몸이 커졌다고 생각 들었다. 부종이었다.

면접 때 과도하게 체력을 소모하는 활동을 하다보니 ‘이건 아니다’라는 생각이 들 정도의 이상 증상이 다시 찾아왔다. 혈액 순환이 제대로 되지 않아 제대로 누울 수도 없어 한참을 뒤척이다 잠이 들었고 목에 무언가 걸린 것 같은 이물감이 생겼다. 원래 다니던 병원의 담당 간호사 선생님을 통해 그 주 금요일에 외래 진료 예약을 한 후, 연차 휴가를 쓰고 다녀오게 되었다. 심장 초음파 및 심장 X-ray, 혈액 검사 등을 받고 결과를 듣기 위해 진료실로 들어간 순간 5분만에 즉시 입원이 결정되었다. 약으로 해결할 수 있는 범위를 넘어서 버린 것이다.

회사 선배들한테 연락해 즉시 입원이 결정되었다는 사실을 알린 후 수화기 너머 들려온 말은 ‘걱정하지 말고 치료 잘 받고 와라’는 따뜻한 격려의 한마디였다. 너무나 고마웠다. 오히려 입원을 한 상태라 그런지 마음이 편했다. 첫 날 저녁, 주치의 선생님이 와서 폐동맥 고혈압 소견이 보인다고 했을 때 굉장히 절망적이었다. 인터넷을 보니 치명적인 질병이라는 말을 듣고 머리속이 엄청 복잡해졌다. 그 여동생에게 말이나 한번 더 꺼내볼까 하고 입원 사실을 알렸다. 솔직히 우리의 관계가 어느 정도 괜찮다고 생각했기에 병문안 정도는 와 주지 않을까 생각했으나 병문안에 ‘병’자도 언급되지 않았다.

다음 날 아침, 원래 나를 담당하던 선생님이 회진을 오실 때는 살짝 겁이 났다. 30년 살면서 중환자실을 내 집처럼 들락날락했기 때문에 또 중환자실을 가야 될 생각을 하니 PTSD가 온 것만 같았다. 다행히 전날 저녁에 언급된 ‘폐동맥 고혈압’은 오진이었고, 면접 때 무리한 것 때문에 부정맥 증상이 좀 심해졌다는 말을 듣고 나니 안심이 되었다.



제1회 11·11 하트 리듬의 날 부정맥 희망 수기 공모전

하지만 확실하게 부정맥을 잡기 위해 전기적 심율동전환술을 받아야 된다고 하셨다. 영화나 드라마에서 호흡 곤란이 온 사람들에게 하는 것과 비슷한 형태라고 했다. 쿨하게 내일 바로 진행하자고 하셨다. 선생님은 수면 마취 상태에서 하면 된다고 크게 걱정 말라고 하셨지만 수면 마취를 해본 적도 없고 전신 마취의 나쁜 기억만 있는지라 무서움이 몰려왔다. 긴급하게 혼자 입원했기 때문에 지방에 계신 부모님을 급히 호출했다. 하지만, 그건 나 혼자만의 호들갑이었다. 마취약이 들어가고 5분 간 정신을 잃었는데 모든 것이 끝나 있었고 중환자실이 아닌 일반 병실로 바로 복귀해 다음 날 퇴원할 수 있었다.

입원 기간 동안에는 저염식을 주로 먹었는데 인터넷 후기를 보면 저염식은 못 먹겠다는 평이 대부분이었으나 나는 되게 맛있게 잘 먹었다. 하지만 퇴원 수속 때 경고하던 저염식을 꾸준히 지켜야 했었다. 퇴원 기념으로 상당히 자극적인 치킨을 먹었고 그동안 제대로 못 먹었던 음식을 실컷 먹었다. 여파로 심부전과 함께 부종이 심하게 찾아와 올해 설 연휴는 병원에서 보내게 되었다. 살면서 처음으로 본가에서 친척들의 시달림을 받으며 보냈던 명절도 아니었고 코로나 19 사태가 본격적으로 심해지던 시기라 어쩌면 부정맥이 오히려 날 살렸나 생각도 들었다. 심할 때 체중이 거의 100kg까지 붙어났었지만 퇴원할 때는 27kg를 감량하여 굉장히 슬림해진 상태로 집에 올 수 있었다. 몸이 가벼워진게 너무 좋았다.

부정맥이 나에게 왔다가 사라진지 어느 덧 1년이 다 되어간다. 지금은 계속해서 체중도 유지하고 있고 식습관이 많이 개선하였다. 특히 난 여름만 되면 땀을 다른 사람들보다 미친 듯이 흘려 핸드 선풍기를 늘 손에 쥐고 살았으며 사람들이 ‘왜 그렇게 땀을 많이 흘리냐’라고 질문하면 ‘어렸을 때 보약을 잘못 먹었습니다’라는 말이 일상이었다. 그러나, 이번 여름은 달랐다. 물론 이번 여름이 덥지 않았던 것도 있었지만 그렇게 심할 정도로 땀을 흘리진 않았다. 아마 그동안 내가 땀이 많았던 건 29살의 내가 부정맥 때문에 고생할 것이라고 미래에서 알려주는 무언의 징조가 아니었을까는 생각도 든다.

아참, 그 여동생하고는 결국 연락이 끊겼다. 내가 먼저 번호를 바꾸고 연락을 그만두었다고 하는게 맞는 것 같다. 2번째 퇴원을 했을 때 귀신 같이 연락이 끊겼다. 아마 그 친구에게 나는



제1회 11·11 하트 리듬의 날 부정맥 희망 수기 공모전

이제 쓸만큼 다 쓴 소모품 같은 존재였을 것이라는 생각이 든다.

또한, 현재 20대를 살고 있는 친구들에게도 미리 충고해주고 싶다. 조금이라도 어릴 때부터 건강 관리를 하지 않고 불규칙한 식습관과 과도한 음주를 계속해서 한다면 먼 훗날 아홉 수의 자신은 자칫 잘못하면 모든 것을 놓치고 힘들어질지도 모른다고.

