



제2의 탄생

하트 리듬 희망 장려상

송 O 균

2020년 가을에 가슴이 답답하고 맥박이 급하게 뛰었다. 자주 어지럼증도 있었다.

너무 기분이 나쁘고 겁도 나서 동네 내과에서 진찰을 받았다. 의사 선생님이 하시는 말씀이 부정맥으로 판단이 되는데 큰 병원 가서 진료를 받으라고 하였다. 경비 일을 하면서 힘든 날이 계속되었다.

야간 근무를 마치고 동네에 있는 **병원 심장혈관 센터에 접수하고 정밀검사를 하였고, 딱히 발견되는 것이 없으니 2021년 4월에 예약을 잡아두었다.

경비 일을 하면서 가족의 생계를 책임지는 가장으로서 건강은 최고라고 생각하면서 살았다.

일정하게 뛰어야 할 맥박이 이상하게 불규칙적으로 뛰는 날이 자주 있었다.

일반적으로 정상적 심박수는 60에서 100회 내외라고 한다. 경비 일은 야외에서 업무를 보는 시간이 대부분이다. 편하게 휴식을 가질 수가 없다. 심박수가 정상적 수치 내에서 확인되었지만 체크할 때마다 편차가 심하다는 것을 알았다. 심장은 환경에 민감한 것 같다.

불규칙한 식사, 야간 근무를 하게 되면 라면, 치킨, 소주를 자주 섭취했다. 밀크커피와 알코올 섭취, 흡연, 과한 스트레스와 수면 부족이 원인으로 작용한 것 같다.

일상생활을 하면서 부정맥 증상은 가슴의 두근거림으로 나타나는 것 같다. 일상적인 생활을 할 때에 본인의 심장박동이 느껴지지 않는 것이 정상이지만 부정맥이 있다면 빠르게 심장이 뛰거나 어지러움이 온다는 느낌을 경험하였다. 병원에서 예약 잡아놓은 상





태라서 기다리는 수 밖에 없었다.

40대 후반부터 고혈압약을 복용하였다. 현기증이나 두근거림, 호흡곤란을 자주 느끼는데 기분이 매우 좋지 않았다.

갑자기 부정맥이 오지는 않는다. 전조증상이 있고 항상 관찰하고 바로 병원을 가는 게 최선것을 알았다. 부정맥이라는 병이 매우 무서운 병이다. 정상 인 것 같아도 치료시기를 놓치고 나면 갑자기 급사하는 경우를 자주 보았다. 부정맥을 정확히 진단받는 것도 쉬운 일이 아니다. 그러나 원인요소를 살펴보면 일상에서 주의를 기울여 충분히 실행 할 수 있는 방법들이 있다. 가벼운 유산소 운동을 꾸준히 하면서 좋은 생활습관을 바르게 만들어 나가는 것이다, 그리고 스트레스를 가능 한 받지 않는 것이 권장되는 최선의 예방이다. 하지만 경비 일은 스트레스를 받는다. 안타깝게 일이 터지고 말았다. 2020년을 아무 탈 없이 보내는 줄 알았다. 12월 중순에 결국 한밤중에 잠을 청하려고 누웠는데 잠도 오지 않고 갑자기 숨이 꼭 막혔다. 소화가 되지 않아 급체라고 생각을 하였다. 동네병원에서 준 약과 활명수를 복용 하였으나 소용이 없었다. 아내가 놀라 물어봐도 대답도 하지 못했다. **병원 응급실에 전화를 하고 이송을 하는 사태가 벌어지고 말았다.

그 때 까지도 나는 심각하게 여기지 않았다. 내 발로 걸어 차를 타고 응급실에 도착할 때까지도 그랬다. 하지만 응급실에 도착하니 상황이 급하게 바뀌었다. 맥박이 정상 범위를 벗어나도록 뛰었다. 응급실 침대에 나를 눕히자마자 전기충격을 가했다. 의사선생님이 괜찮냐고 물었을 때 괜찮다고 대답하였다.

하지만 전기충격을 해도 맥은 정상으로 돌아오지 않았고 바로 중환자실로 옮겼다. 내 나 이 쇠 돌이 되도록 입원이라는 걸 해 본 적이 없었다. 동네 의원에 다니는 것도 드물었다.





중환자실이라니, 나는 생각도 않은 일이 벌어졌다. 오른팔에 바늘을 주렁주렁 온갖 주사액이 투입되었다. 정말 이게 현실인가 싶었다.

예전과 달리 코로나 때문에 중환자실 면회도 금지였다. 아내가 밖에서 기다리겠다. 누워 있는 저의 심정은 하늘이 무너지는 기분이었다. 갖가지 검사를 하고 나니 기운이 빠졌다. 소변을 보고 싶었지만 나오지 않았다. 수술한다고 물도 주지 않았다. 한 모금이라도 마시고 싶었다. 소변 때문에 힘들어하니 남자 간호사가 소변 줄을 귀두에 꽂는데 죽는 줄 알았다. 생전 처음 느끼는 고통으로 순간 너무 아파 소리를 질렀다. 간호사는 조금만 참으라고 했지만 정말 너무 아팠다. 고통이라는 것이 이런 것이구나 싶었다.

뜬 눈으로 하룻밤을 지내고 나니 검사결과가 나왔다. 주치의 선생님이 엑스레이 결과를 알려주는데 심장기능 상태가 매우 좋지 않으며 콩팥의 기능도 좋지 않다고 하였다. 눈앞이 깜깜해지더니 멍한 기분이 들었다.

생전 알지도 못했던 질병이 생기다니 믿기 어려웠다. 심실성 빈맥과 수축기능부전을 동반한 울혈성 심부전이라고 했다. 수술 할 경우 주의사항을 말씀해 주시는데 아내와 아직 어린 아들의 얼굴이 떠올랐다.

심계항진을 동반한 호흡곤란과 심전도상 심실빈맥으로 인해 전기생리학 검사를 하고 고주파 전극도자 절제술을 했다. 수술을 하는 동안 기운이 없어서 그런지 졸렸다. 심장수술을 할 경우에 잠을 자면 안 된다고 옆에 계시던 간호사가 자꾸 머리를 흔들면서 자지 말라고 했다. 마취도 하지 않고 주사바늘이 사타구니 옆 살 속으로 꽂고 들어가는 기분이 매우 힘들었다. 혈관 속으로 줄로 생긴 기구가 들어갔다. 나는 아무런 생각도 들지 않았고 살아서 나가면 좋겠다는 생각 뿐이었다.

온갖 생각이 주마등처럼 스쳤다. 홀로 계시는 어머니, 아내, 이제 군대에 입대할 아들이 걱정되었다. 아낀다고 제대로 여행도 해 보지 못했다. 오랜 경비 생활로 생계를 꾸려왔는





데 앞으로 어떻게 생계를 이어나가는 게 걱정스러웠다.

수술이 끝나고 주치의 교수님께서 오시더니 잘 끝났다고 말씀을 하였다. 앞으로가 더 중요하다 말했다. 6개월가량의 휴식이 필요하다며 잘 치료하면 된다고 했다. 하루만 더 중환자실에 있다가 일반병실로 병실을 옮기라고 하였다.

하루에 한번 보호자 1인에 한해서 면회가 되었고, 아내는 힘든 내색을 하지 않으려고 애쓰는 모습을 보니 마음이 힘들었다.

주치의 선생님께서 오셔서 상태를 확인하고 이제는 안정이 최고라고 말했다. 되도록 몸은 움직이지 말라며 주의사항을 꼼꼼히 알려주었다. 중환자실에서 왼쪽팔에 맞은 주사자리가 탈이나 염증이 심해 입원 기간이 11일로 길어졌다. 다행히 염증이 호전되자 주치 선생님께서 상태 봐서 퇴원하면 좋겠다고 말했다. 다행히 가족과 함께 지낼 수 있다니 생각하니 눈물이 난다.

부정맥으로 고생을 하고 난 후, 일상의 소중함에 감사함을 느끼고 살아가고 있다. 현재는 금연, 금주, 약물복용 중단, 카페인 섭취도 하지 않는다.

전극도자 절제술은 심장에서 부정맥을 유발하는 부위를 시술하여 그나마 의학의 발전으로 살아가고 있으니 다행인 것 같다. 지금은 체중 관리도 하고 음식도 조심하고 편하게 마음을 먹고 살려고 노력하고 있다. 심장질환은 누구나 올 수 있는 무서운 병이라고 생각한다. 평소에 증상이 있다고 생각하면 바로 병원에 가면 위기에서 모면하고 좋은 인생을 살 수 있다.

건강의 소중함을 새삼 느끼는 계기가 되었습니다.

