

BREAKING BARRIERS

everybody belongs ■ everybody serves

장애를 넘어서, 모두가 속하고 모두가 섬기는



<장애를 넘어서>는 북미주 개혁신교회 (CRC)와 미국개혁신교회 (RCA)의 장애우 사역부에서 발행하는 계간 소식지입니다. 장애를 가진 형제들이 교회에 온전히 참여하도록, 우리 앞에 놓인 모든 장애물을 함께 치워갑시다.

번역자 주: 이 계간 소식지 영문 제호 <Breaking Barriers>의 한국어 번역은 과거 <장애물 헐기>로 번역해왔지만, 이번호부터는 긍정적인 표현을 담은 <장애를 넘어서>로 변경하여 발행합니다.

2020년 겨울호 - 약물

많은 사람들은 통증, 류마티스 관절염, 발작 등의 이유로 약을 복용합니다. 이번 호에서는 필자들이 자신들의 일상에서 겪은 약물의 역할과 약 복용이 신앙에 어떤 영향을 주는지 그들이 겪은 경험을 나눕니다.

감사하며 삼키기

미셸 메킬로이
뉴욕 주 알바니, 델마 개혁신 교회

약 복용시간을 알려주는 제 핸드폰 알람은 경쾌한 아일랜드 댄스음악입니다. 몇 가지 알약을 삼키라는 알람 소리가 들릴 때마다 기분이 좋아집니다. 제가 복용하는 어떤 약은 저의 심장박동을 안정적으로 유지해 주고, 또 다른 약은 한달 중 몇일 동안은 저를 편두통에서 잠시 자유하게 해줍니다. 또 다른 약은 불안을 경감시켜 주는데, 제가 나아질 것이라고 전혀 생각지도 못했던 온몸의 통증까지도 줄여줍니다.

여러분은 제가 이러한 약의 효용을 언급할 필요가 없을 것이라고 생각할 수도 있습니다. 그러나 저에겐 약을 복용하는 것을 받아들이는 것에 어려움을 겪었습니다.

저는 농장에서 자란 믿음의 여성입니다. 저는 보수적인 기독교 대학에 다녔고, 하나님은 우리의 어떤 병이든 치료하실 수 있다고 진심으로 믿습니다. 동시에 저에겐

전신에 멍이 들거나 구토, 위험한 심장 부정맥, 불안증, 불면증, 식용부진 등 심각한 약 부작용이 있어 원래의 병보다 더 악화되는 것처럼 보이기도 했습니다.

이러한 심각한 부작용 때문에 약을 복용해야 할지 의문이 생겼습니다. 이 약 부작용은 약이 잘못되었다는 하나님의 신호였을까요, 아니면 제가 문제라는 신호였을까요? 만약 제가 믿음이 강했다면, 약이 필요했을까요? 제가 무엇을 잘못된 것일까요? 아마도 저는 간혹 잘못된 믿음에 사로잡혔던 것 같습니다. 저는 여러 번 약복용을 중단하기로 작정했고, 그 결과는 비참했습니다. 저는 7 번의 심장 절제수술 후에 부정맥 때문에 약이 필요하다는 사실을 알았고, 그것은 큰 축복보다는 실패의 여파로 남아 있습니다.

요즘 저는 제 처방에 더 익숙해졌습니다. 이러한 종류의 약물은 훨씬 더 큰 그림의 일부일 뿐이라는 것입니다. 사랑과 지지, 그리고 넘쳐나는 웃음도 또한 놀라운 효과를 가져다 줍니다. 저는 하나님이 저를 가족과 교회, 그리고 공동체와 함께하는 삶으로 보내시기 위해 약을 사용하고 계심을 믿는 것을 배워가고 있습니다. 핸드폰 알람이 울려 퍼지면, 저는 좀더 가벼운 발걸음으로, 하나님께 감사기도를 속삭이며 약을 복용합니다.

마침내, 발작 없는 6년

노엘링크
미시간 주 홀랜드, 남 올리브 북미주개혁교회

저의 남편 존은 출생시 산소 공급부족으로 평생 많은 약을 복용해왔습니다. 그의 신경과 의사는 올바른 약물과 적당한 복용량을 찾기 위해 애썼습니다. 어릴 때는 존은 약 부작용이 있다는 것을 몰랐습니다. 그러나 대학생 때, 그가 복용한 약물이 그에게 좋지 않은 영향을 미쳐 불규칙한 혈액 수치, 잇몸 부종, 언어장애, 갈숨 손실, 오른손에 있는 뼈 낭종 등 여러 부작용이 있음을 알게 되었습니다.

잇몸이 치아 위를 덮을 정도로 올라와 치과의사는 존의 치아를 청소할 수 없었습니다. 어떤 수술이든 약간의 미용효과만 있을 뿐이라는 사실을 알게 되자, 의사들은 새로운 약을 찾아야 했습니다. 존이 이 신약을 복용하기 시작하면서 우리는 다시 그의 치아를 볼 수 있었습니다.

존은 아이들이 못 알아볼 정도로 다른 사람이 되었습니다. 그의 잇몸이 낫고 그의 말이 분명해지면서, 이들은 아빠가 교회나 학교 프로그램 중에 잠들었다고 불평하지 않게 되었습니다. 그러나 존은 심한 감정의 동요와 통제할 수 없는 기분이 들기 시작했고, 이러한 문제를 야기한 약물은 간질발작을 해결해 주지는 않았습니다.

그래서 존은 다른 약들을 시도하였습니다. 그 중 하나는 아주 날씬했던 나의 남편 존의 체중을 단 몇 주 만에 80 파운드 이상 증가시켰습니다. 약을 중단하자 체중이 줄어들었습니다. 다른 치료들은 성격과 기질적 문제를 가져왔습니다. 그 가운데, 발작의 횟수와 간격이 점점 늘어나고 있었습니다.

마침내, 존의 신경과 의사는 그에게 맞는 약을 찾아냈습니다. 우리는 지난 6년간 발작이 없는 것에 언제나 하나님께 찬양을 드립니다. 우리는 하나님의 신실하심과 우리 가족과 교회 가족, 그리고 이 여정 중에 우리를 도와준 다른 모든 사람들의 사랑에 깊이 감사드립니다.

마지 못한 의존과 공감에서의 성장

제스 크리스트
아이오와 주 레말스, 기쁨 커뮤니티 개혁 교회

2015년, 저는 하나님께서 중학생들을 가르치라고 부르신다는 믿음으로 학생들을 가르치기 시작했습니다. (하나님께서 그렇게 하셨고, 저는 오늘도 여전히 중학생들을 가르치고 있습니다.) 하지만 저는 순간 무엇인가 이상하다는 것을 깨달았습니다.

저는 종종 배가 아파서 잠에서 깨어났고, 고통 중에 하루를 보냈습니다. 또 저의 하루를 지탱할 만큼 충분히 자거나 먹을 수 없었습니다. 가르치는 일은 그때까지 계속 물어두었던 정신건강 문제와의 싸움을 불러일으키는 원인이 되었습니다.

의사는 저에게 불안과 우울증을 치료하는 약을 처방해 주었습니다. 저는 이를 해결하는데 이토록 장기간 약의 도움이 필요할 줄은 몰랐습니다. 때로는 약이 없어도 충분히 강하다고 생각하며 약을 소홀히 하기도 했습니다. 그러나 그럴때마다 하나님은 저에게 약이 꼭 필요하고, 궁극적으로는 하나님이 필요하다는 사실을 알게 하셨습니다.

저는 의존하는 것을 싫어합니다. 약물이나 사람, 심지어 하나님을 의지하는 것도 그렇습니다. 하나님은 이런 저의 죄악된 속성을 불안과 우울, 그리고 약물과 현명한 조언을 통해 일해오셨습니다. 하나님은 제 뇌의 화학작용을 사용하셔서 저를 더 하나님에게 의지하게 하셨습니다. 제가 무엇인가를 의존한다는 생각에 또 주춤 수도 있지만, 그것도 하나님의 방법입니다. 저는 오늘도 하나님께서 저의 불안과 우울증 약을 통해 내 삶에 안정을 주신 것에 감사합니다. 약물 치료의 필요성은 일상생활에 더 일관성 있게 하였고, 더욱이 그것은 하나님의 가족 안에서 다른 사람들에게 더 많은 은혜와 공감을 가질 수 있게 해주었습니다.

기타 온라인 포맷

bit.ly/BBwinter2020 네트워크 웹사이트의 “장애를 넘어서”로 가시면 이번 호를 다양한 역본으로 (인쇄하기 쉬운 판형, 오디오, 스페인어, 한국어 등) 만나실 수 있습니다.



관절염은 장애입니다. 범죄가 아닙니다.

아미 니랜드

뉴욕 주 테리타운, 미국 개혁신교회 뉴욕 지역 대회, 대표목사

8년 전, 저는 무릎 통증이 생겼고, 계속 악화되어 결국 무릎관절을 이식하였습니다. 또한, 저는 퇴행성 관절염과 류마티스성 관절염이 있다는 것을 알았습니다.

저는 알리브나 이부프로펜과 같은 비스테로이드성 소염진통제에 알레르기가 있기 때문에, 염증을 위한 스테로이드제와 통증을 위한 약한 인공아편제를 복용하고 있습니다. 저는 척추와 관절과 어깨의 관절염 때문에 이 약이 없이는 심지어 밤에 잠을 잘 수도 없었습니다.

마약성 진통제가 자주 남용되기 때문에, 통증 관리 전문가의 약 처방을 받아야 합니다. 관절염과 같은 만성적 상태와 비스테로이드성 소염진통제에 알레르기가 있는 사람들에게는 아편제가 유일한 선택입니다.

저는 처방전을 갱신하기 위해 매달 직접 의사에게 진찰을 받고, 약물을 남용한 적은 한 번도 없습니다. 그럼에도 불구하고 제가 처방전을 받으려고 할 때, 마치 꾀수를 부리는 마약중독자 취급을 자주 받습니다. 저는 질문을 받고, 약물 검사를 받으며, 약물을 필요보다 줄일 것이라는 말을 들었습니다. 이것은 그 자체만으로도 정말 실망스럽고 심신을 지치게 하는 과정이며, 관절염의 지속적 통증은 고려되지 않는 것 같습니다.

나는 약과 건강 보험에 감사하지만 도움을 구할 때 범죄자처럼 대우받는 것에 화가 납니다. 관절염은 장애이지 범죄가 아닙니다. 내 몸이 그 약 없이는 작동하지 않기 때문에 물리적으로 의존하고 있지만, 약물중독은 아닙니다. 약물 의존과 약물 중독은 정말 다릅니다. 저는 언젠가 약물의 남용에 의한 수치나 의심 없이, 고통스러운 장애를 가진 사람들을 치료하는 방법이 나오게 되기를 소망합니다.

다음호 주제

2020년 봄호 - 시각장애와 실명

여러분이 시각장애나 실명으로 사신다면, 어떻게 교회의 삶에 참여하시는지 여러분의 이야기 (400단어)를 2월 3일까지 보내주십시오.

2020년 여름호 - 태아 알코올 증후군

완전히 예방할 수는 있지만, 수백만 명의 사람들이 태아 알코올 증후군을 앓고 있습니다. 여러분이나 여러분이 사랑하는 분들중 태아 알코올 증후군을 앓고 계신다면, 여러분의 이야기를 (400단어)를 4월 24일까지 보내주십시오.

사역에 참여하시려면

장애인 사역부를 위한 재정적 지원 없었다면 위의 이야기들을 여러분과 나눌 수 없었을 것입니다. “모두가 속하고, 모두가 섬기는” 공동체를 만들기 위한 저희 사역을 위해 기도와 재정으로 후원해 주시지 않겠습니까? 후원은 빠르고 쉽게 하실 수 있을 뿐 아니라 여러분의 후원 그 자체가 은혜롭고 아름다운 순종의 표현입니다.

RCA 장애인 사역부를 후원하시려면:

www.rca.org/give/disabilityfund

CRC 장애인 사역부를 후원하시려면:

www.crcna.org/disability 로 가서서 “Donate”를 클릭하십시오.

시행착오: 삶의 방식

마이클 기세린크
퀘벡 주 몬트리올, 제일 복미주개혁교회

저는 제가 처음 복용했던 갑상선 기능저하증 치료제를 지금까지 복용하고 있습니다. 저는 어렸을때부터 이 약과 함께 복용한 항정신성 약물 때문에 체중이 증가하여, 어린 시절부터 과체중 문제를 겪고 있습니다. 저는 어린 시절부터 학교에서나 아버지에게 뚱뚱하다는 소리를 들었고, 이 수치심으로 인해 더욱 힘든 시간을 보냈습니다.

제가 정신질환을 위해 처음 복용한 약은 항우울제였는데, 비록 환청에는 아무런 효과가 없었지만, 저녁에 잠을 자는 데는 도움이 되었습니다. 정신과 의사들은 제가 일 년 이내에 회복되리라 예상했기 때문에, 우울증에 걸리기 시작할 때까지 주기적으로 약을 끊었다가 다시 약을 먹게 했습니다.

이런 사이클 치료법은 의사가 마침내 정신분열증을 진단하고 할둘(Haldol)과 항우울제를 처방할 때까지 계속되었습니다. 불행히도, 저는 계속해서 환청을 듣고 망상을 갖게 되었습니다. 제 경우, 이러한 망상은 종교적인 종류였습니다. 저는 무작정 금식을 해야 한다는 생각까지 갖게 되었습니다. 그런데 이것은 정신과 약을 복용하고 있을 때는 좋지 않은 생각입니다. 또한 저는 예수님이 제자들을 선택하기 전에 밤새 기도를 하셨기 때문에 매일 밤 기도를 드리기 위해 밤을 세워야 한다고 생각했습니다.

한 번은, 말 그대로 저의 컵에 "사회복지에서 벗어나 하나님의 은총에 의지해야 한다"고 외치는 소리가 들렸습니다. 어머니가 의사에게 전화해서 저를 말려달라고 할 때까지 거의 그렇게 할 뻔했습니다. 의사가 할둘의 투약량을 늘리자, 저는 좀비같이 되어 환청엔 아무 반응도 하지 않았습니다. 환청은 하나님이 저에게 그것을 하나님께 말기라고 할 때까지 저를 계속 괴롭혔습니다. 하나님께 간구했을 때, 그 결과는 놀라웠습니다. 처음에는 귀에 대고 소리치는 것 같았지만, 그 다음엔 완전히 조용해졌습니다. 그 후에는, 만약 환청이 다시 저를 괴롭힌다면, 하나님께 요청하면 된다는 것을 알았습니다.

그것이 이 문제의 결말이었지만, 저는 또다른 문제를 가지고 있었습니다. 정신과 의사는 환각을 조절하기 위해 다른 약을 처방하였습니다. 또 다른 정신과 의사는 저에게 환청이나 환각 등의 증상과 거리가 먼 약을 처방해 주었습니다. 그러나, 약을 끊으면 구역질이 나고 밤에는 잠을 자지 못하였습니다. 이 약 때문에 저는 몸무게가 늘고 II형 당뇨병에 걸리게 되었습니다. 분명한건, 올바른 투여량과 올바른 약을 찾으려면 많은 시행착오가 필요하다는 것입니다.

편집자 주

약의 장점과 단점

저는 내과 의사가 장기적인 뼈 건강개선을 위해 매일 먹도록 처방해 준 약을 빼곤, 근 10년 동안 약을 복용하지 않았습니다. 정형외과 수술로 관련한 경우 외에는 말입니다.

그 중 마지막 골절은 3년 전, 자연적인 골절로 인해 뼈 이식과 왼쪽 대퇴골을 많은 금속 부품을 사용하여 대대적으로 재건했습니다. 처방약 중에서 통증 관리에는 훌륭하지만 제가 가장 끊고 싶은 마약성 진통제가 있었습니다.

마침 그 때 마약성 진통제의 확산의 문제점이 대중적으로 알려지고 있었습니다. 만약 잠재적 중독성이 널리 알려지지 않았다면, 저는 서둘러 복용을 중단하지 않았을 것입니다.

사실, 우리의 삶을 관리하기 위해 이물질에 의존하고 싶어하는 사람은 아무도 없습니다. 그러나 그것이 사람의 기분을 좋게 하는데 효과적이고 도움이 될 때, 그것을 결정하기란 그리 간단하지 않다. 반대로, 약물이 우리를 불쾌하게 만들지만 장기적으로 효과가 있을 때를 상상해 보세요. 이것을 재정 낭비라고 말하지 않습니다.

이것들은 일시적이든 장기적이든 장애를 가진 많은 사람들이 결정하도록 직면하고 있는 사항들입니다. 우리는 이번 호에 게재된 다양한 관점이 일상에서의 약물의 역할과 신앙인으로서 우리에게 미칠 수 있는 잠재적인 영향에 대해 감사하는 기회가 되기를 바랍니다.

—테리 드 용



복미주 개혁교회와 미국개혁교회가 함께 섬기는 장애우사역
crcna.org/disability
rca.org/disability

© 2020년 CRC/RCA 장애인 사역부
<장애를 넘어서>는 CRC 장애우사역부 (1700 28th St. SE, Grand Rapids MI 49508-1407 및 P.O. Box 5070, STN LCD 1, Burlington ON L7R 3Y8)와 RCA (4500 60th St. SE, Grand Rapids MI 49512-9670)의 CRC 장애우사역부 디렉터 마크 스티븐슨 목사 (888-463-0272; mstephenson@crcna.org)와 RCA 장애우사역부 코디네이터 테리 드영 목사(616-541-0855; tdeyoung@rca.org)가 펴내는 기간지입니다. 출처를 밝히시면 전제와 재배포가 가능합니다.