

마음회복을 위한 조기개입 사업

희망을 향해 “TOSS”

* 토닥토닥 쓰담쓰담

본 사업은 강원도 정신보건 현장에서 조기개입의 확산을 위해 전문가들의 조기정신증(증신증 고위험군, 초발정신증)에 대한 이해를 도모하고 지역사회에서의 적절한 개입모델을 구축하여, 대상자에 대한 개별 및 그룹프로그램을 진행함으로써 **정신질환의 만성화를 예방**하고 이들의 삶의 질을 향상시키고자 함

I. 사업 배경 및 경과

- 정신증은 발병할 경우 그 경과가 만성적이고 개인 뿐 아니라 그 가족, 사회적인 손실이 큰 질환임. 따라서 정신증을 보다 일찍 진단하여 예후를 향상시키는 **2차적 예방과 발병 이전의 전구기 상태에서 발견하여 급성기로의 전환을 막는 1차적 예방에 대한 관심이 최근 세계적으로 높아짐.**
- 정신질환에 대한 낙인이 심하고 정신의료기관 이용률이 높지 않은 우리나라의 경우 정신과적 증상발현 이후 첫 치료 사이의 정신증 미치료 기간(DUP)이 선진국에 비해 현저히 긴 상황. 더구나 정신보건기관의 서비스 대상자 스펙트럼이 점점 넓어지면서 조기정신증 대상자와 중증만성 대상자를 구분하는 서비스의 확보가 더욱 필요한 시점임.
- 그러나 조기정신증 대상자 대부분 적합한 치료를 받기 어려우며 해당되지 않는 치료기관을 찾거나 때로는 오히려 증상을 악화시키는 선택을 하기도 함. 따라서 조기개입사업을 통해 이들이 결정적 시기에 적절한 치료적 개입을 지속적으로 받을 수 있도록 하는 것이 매우 중요함.
→ 본 사업은 조기정신증 대상자(정신증 고위험군, 초발정신증)에 대한 접근의 어려움으로 초발정신증 및 기타 초발정신질환에 대한 치료적 접근이 이루어지고 있는 대상군을 우선으로 함.
- 이에 강원도광역정신건강복지센터, 춘천시정신건강복지센터, 강원대학교병원이 공동 시범사업을 위한 협약을 맺고, 올 2월에 도내의 정신건강복지센터 종사자들과 워크숍을 진행(4회)하였고, 독일 Hamburg-Eppendorf 대학의 MCT 프로그램을 기반으로 만들어진 광주북구정신건강복지센터의 그룹인지행동치료 프로그램을 수정하여 8회기 프로그램을 구성하였음.
- 6월부터 춘천지역에서 초발정신질환 대상자 4명을 대상으로 개별인지행동치료 프로그램을 진행하면서 향후 의미 있는 긍정적 성과를 보일 것으로 예측하고 있는 바, 9월부터는 그룹인지행동치료를 위한 대상자 모집을 진행 중에 있음. 향후 연말에는 본 사업에 대한 효과성 평가, 사업보고회를 갖고 도내 정신보건기관에 전파할 예정임.

II. 대상자 모집 개요

가. 모집 대상자

- ① 정신과 문제 및 증상(ICD-10의 F20~29, F30~39 중 psychotic feature를 가진)을 가지고 있는 분→조현병, 양극성 정동장애, 정신증을 동반하는 우울증
- ② 상기 문제와 증상으로 정신의료기관을 통해 외래 및 입원치료를 포괄한 첫 치료를 받은지 5년 이내에 해당하는 분
- ③ 연령은 만 16세~39세(주치의 판단으로 변동 可)

상기 세 가지 조건을 충족하면서 그룹 프로그램 참여가 가능한 분

* 그룹은 3~5명 소 그룹으로 진행 예정

나. 프로그램 기간 : 2017년 9월 ~ 10월 (주1회 8회기)

다. 프로그램 장소 : 춘천관내 섭외 중(필요시 셔틀차량 운행예정)

라. 대상자 의뢰접수

· 첨부하는 대상자 의뢰서 작성 후 강원도광역정신건강복지센터로 발송

* Tel) 251-1971 Fax) 255-1970 Mail) gangwon0199@hanmail.net

담당: 이민재 정신건강사회복지사

· 접수기간: 2017년 8월 중(9월초 그룹시작 전까지)

마. 진행과정

개별면담, 사정
(1개월, 의뢰접수)



그룹인지행동
(2개월: 8회기)



사후관리
(지역기관 연계)

Ⅲ. 프로그램 회기 내용

주 제	회기	내 용	비 고
인지훈련 (관계사고 및 정신증상 조절)	1	오리엔테이션 & 원인 찾기	연구/프로그램 동의서 사전검사지
	2	성급한 결론 내리기	* 회기별 소요시간: 1.5시간
	3	마음추론(기억착오)	
인지왜곡 교정	4	자동사고: 감정과 생각 모니터링	
	5	곰곰이 생각하기: 인지왜곡	* 진행인력: 정신건강전문요원
	6	합리적으로 생각하기: 생각기록지 실습	
자존감 및 일상생활 개선	7	자존감 높이기(스트레스 관리)	사후검사/만족도조사지 수료증
	8	생활계획세우기 & 미래를 향하여	

Ⅳ. 기대효과

가. 대상자

- 조기정신증의 만성화 예방
- 일상생활 적응과 삶의 질 향상

나. 의뢰기관

- 대상자의 약물치료에 대한 순응도를 높임으로 외래치료 접근성 증대
- 의뢰기관 주치의에게 지속적인 경과보고
- * 2회 이상 의뢰회신서 발송(프로그램 진행 중, 종료 후)

강원도광역정신건강복지센터