

미국인의 보완대체의학 활용 정도

| 김현 전주대학교 대체건강관리학부 교수 |

최근 미국의 보완의학 실제 활용이 어느 정도인지 통계를 통해 살펴봅니다(편집자 주).

2008년 12월 미국국립보완대체의학센터(NCCAM, the National Center for Complementary and Alternative Medicine)와 국립건강통계센터(NCHS, the National Center for Health Statistics, 질병 예방과 구제를 위한 센터의 일부)는 미국인이 보완대체의학을 활용하는 성향에 대한 새로운 조사 결과를 발표하였다. 이러한 조사 결과는 미국인 개인별 건강과 질병에 관련된 경험에 대한 연간 조사인 2007년도 전국건강면담조사(NHIS, National Health Interview Survey)를 통하여 얻어진 것이다. 이러한 보완대체의학에 관련 부분은 18세 이상의 23,393명과 17세 이하의 9,417명의 정보에서 얻어졌다. 보완대체의학의 활용에 대한 경향성을 살펴보기 위해서 2002년 전국건강면담조사의 관련 자료들을 이용하였다.

보완대체의학에 대하여

보완대체의학은 일반적으로 정통의학으로 간주되지 않은 다양한 의료와 건강관리체계, 치료법 그리고 치료제 등을 포함한다. 보완의학(complementary medicine)은 정통의학과 함께 이용되고 있는 것이며, 대체의학(alternative medicine)은 정통의학 대신에 이용되는 것이다. 통합의학(integrative medicine)은 안정성과 효능에 대한 증거가 있는 보완대체의학 치료법들과 정통의학을 함께 이용하는 것이다.

일부 보완대체의학의 치료법들에 대한 과학적인 증거가 있기는 하지만, 아직도 대부분의 치료들은 잘 설계된 과학적인 연구들을 통하여 답을 얻지 못한 중요한 의문점들, 즉 이러한 치료법들은 안전한지 혹은 이들이 이용되는 치료 목적을 달성하도록 하는 효과를 가지고 있는지 등에 대한 의문점들을 가지고 있다. 미국국립보완대체의학센터는 설득력 있는 과학적 방법들을 이용하여 보완대체의학의 시술법들에 대한 탐구를 하고 있으며, 이러한 시술법들의 안전성과 효능에 대한 증거를 확보하는데 노력을 하고 있다.

사람들은 보완대체의학을 어떻게 이용하는가?

(그림 1)에서 보는 바와 같이 미국에서는 약 38%의 성인(약 10명 중 4명)과 12%의 어린이(약 9명 중 1명)들이 보완대체의학을 이용하고 있다.

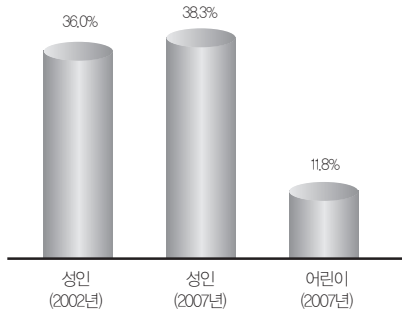


그림 1. 미국 성인들과 어린이들의 보완대체의학의 이용 현황

보완대체의학을 가장 많이 이용하는 집단은?

모든 배경의 사람들이 보완대체의학을 이용하고 있다. 그렇지만, 성인에서 보완대체의학을 이용하는 사람들은 여성이 상대적으로 많고, 보다 교육을 많이 받았으며 수입도 많은 것으로 파악되었다. (그림 2)는 연령 별로 보완대체의학을 이용하는 비율을 보여주고 있으며, (그림 3)은 인종과 민족성에 따른 이용 정도를 보여주고 있다.

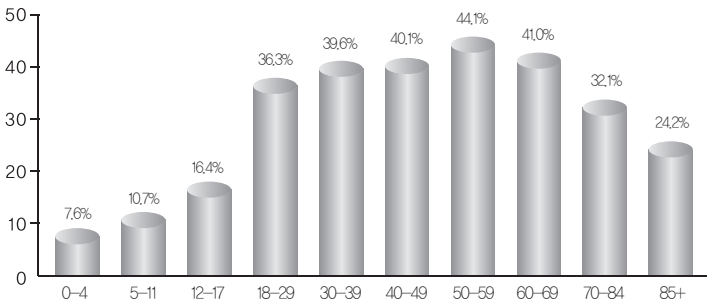


그림 2. 연령별 보완대체의학의 이용 현황(2007년)

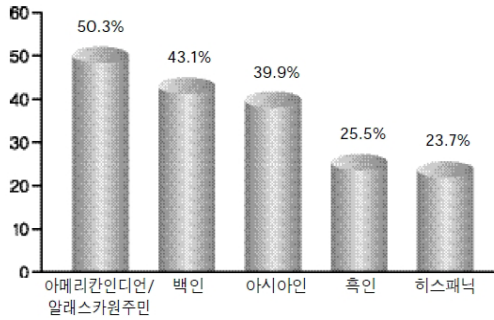


그림 3. 성인들 사이에 민족과 인종별 보완대체의학의 이용 현황(2007년)

선호하는 보완대체의학 요법은?

성인들 사이에 가장 널리 이용되고 있는 보완대체의학 요법은 비-비타민, 비-미네랄 천연상품들이다. 이외에 호흡법, 명상, 마사지 그리고 요가 순으로 다양한 요법들이 이용되고 있다. (그림 4)는 가장 많이 이용하는 보완대체의학 요법들을 포함하여, 2002년과 2007년 사이에 이용률의 변화를 보여 주고 있다(표 1, 2 참조).

표 1. 2007년도 전국건강면담조사에 포함된 보완대체요법

<ul style="list-style-type: none"> 침술 * 아유르베다 * 바이오피드백 * 킬레이션 요법 * 카이로프랙틱 혹은 정골 수기요법 * 호흡법 체중감량 요법 에너지 치유/레이키 * 유도심상법 동종요법 최면요법 * 	<ul style="list-style-type: none"> 마사지 * 명상 동작치료 천연상품(허브와 식물이나 효소로부터 만들어진 비-비타민과 비-미네랄 천연상품) 자연요법 * 점진적 긴장이완법 기공 태극권 전통적 치유자 * 요가
--	---

* : 시술자가 필요한 요법들

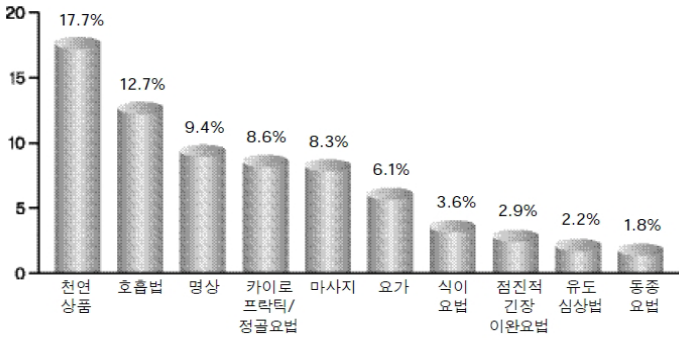


그림 4. 성인들이 이용한 10대 보완대체의학 요법

표 2. 2002년과 2007년 사이에 이용률이 상당히 증가한 요법

	2002년	2007년
호흡법	11.6%	12.7%
명상	7.6%	9.4%
마사지	5.0%	8.3%
요가	5.1%	6.1%

천연 상품의 이용

가장 많이 이용되는 천연상품은 어유/오메가(omega)3, 글루코사민(glucosamine), 에키네시아(echinacea) 그리고 아마씨(flaxseed) 등이다. (그림 5)는 2002년과 2007년에 성인들이 이용한 10대 천연상품들의 순위를 보여주고 있다(2002년 조사는 일 년 동안 이용한 내역을 조사한 것이고, 2007년 조사는 지난 30일 동안 이용 내역을 조사한 것이다).

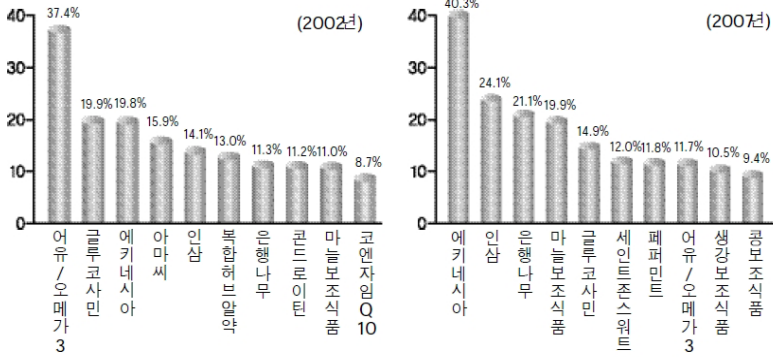


그림 5. 성인들이 이용한 10대 천연상품

보완대체의학의 이용을 선호하게 하는 건강조건들

사람들은 보완대체의학을 질병과 건강 조건들을 완화시키기 위하여 이용한다. 미국의 성인들은 요통, 경추통, 관절통 등과 같은 근골격 문제에 대부분 보완대체의학을 이용한다. 코감기와 기침감기를 위한 보완대체의학의 이용은 2002년부터 2007년까지 실질적으로 감소하고 있다. 그림 6은 2002년과 2007년 미국 성인들이 보완대체의학을 선호하게 한 건강조건들 중 상위 10개를 보여주고 있다.

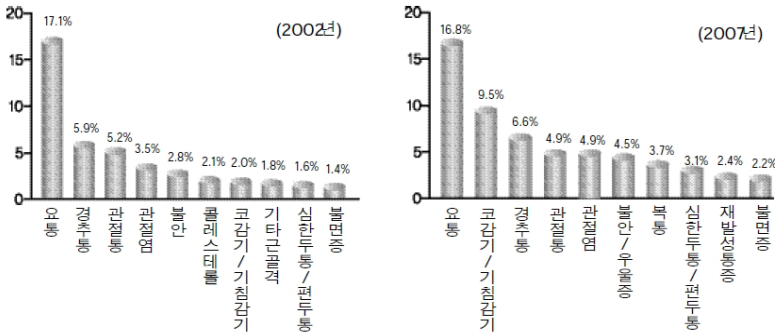


그림 6. 보완대체의학 치료법을 많이 활용하게 하는 성인들의 질병과 건강조건

어린이들의 보완대체의학 이용

2007년도 전국건강면담조사에서는 성인 대리인을 통해 그들의 가정에서 어린이에 의해 이용되는 보완대체의학에 대해 조사하였다. 전체적으로 보아, 약 12%의 어린이가 보완대체의학의 일부 형태를 이용한다.

많이 이용되는 사례를 보면 :

- 부모가 보완대체의학을 이용하는 어린이(23.9%)
- 어린이들에 비하여 12-17세의 청소년(16.4%)
- 흑인 어린이(5.9%)와 히스패닉계 어린이(7.9%) 보다는 백인 어린이(12.8%)
- 부모의 교육수준이 보다 높은 어린이(고등학교 이상 14.7%)
- 6가지 혹은 그 이상의 건강조건들을 가진 어린이(23.8%)
- 비용문제로 정통의학의 관리가 지연된 가정의 어린이(16.9%)

그림 7~9는 어린이에 의해서 이용된 보완대체의학 중 상위 치료법, 천연상품 그리고 질병/조건들에 대한 조사결과를 보여 주고 있다.

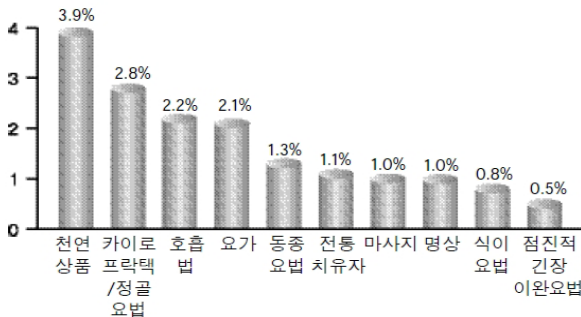


그림 7. 어린이들이 이용한 10대 보완대체의학 요법

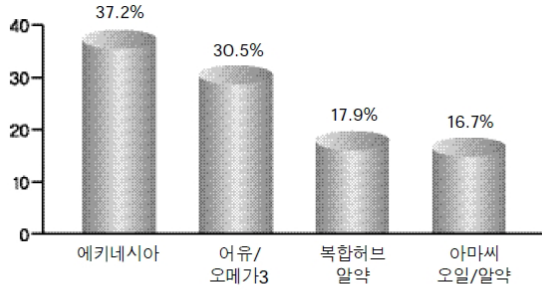


그림 8. 어린이들이 이용한 가장 일반적인 천연상품

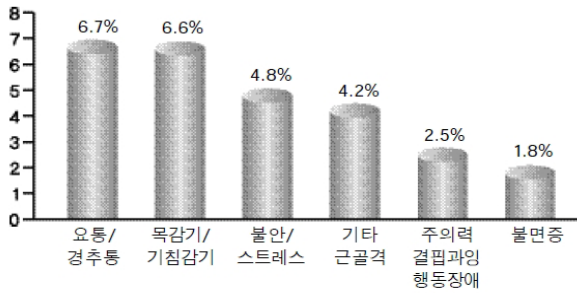


그림 9. 보완대체의학 치료법을 많이 활용하게 하는 어린이들의 질병과 건강조건

(끝)

• 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 배포를 할 수 없습니다.

저자 | **김현** | 서울대 대학원 이학박사. (현)전주대학교 대체의학대학 대체건강관리학부 교수. 학회 <한국정신과학학회 창립회원>, <International Society of Ethnobiology 회원> 등. 저서 <민족생물학>, <체질에 따른 어린이 능력개발법>, <민족전통식물학> 등. 논문 <한민족 생물이용 원리인 음양 오행론의 기원에 대한 고찰>, <한민족의 민족생물학적 생물이용원리: 삼태극 육기론> 등

* 블로그 및 카페 : 보완대체의학의 세계 <http://blog.daum.net/acmworld>,

<http://cafe.daum.net/acmworld>