

노인장기요양보험 서비스

알고 활용하면 '효자 아들' 안부럽다

고령사회를 대비한 사회 안전망인 노인장기요양보험 제도가 이달부터 본격 시행됐다.

건강보험, 국민연금, 고용보험, 산재보험에 이어 제5의 사회보험으로 불리는 노인요양보험은 우리나라 사회복지시스템을 한 단계 끌어올릴 것으로 기대된다.

그러나 첫 시행되는 제도인 만큼 서비스 내용, 대상자 선정, 보험료와 본인부담금 등에 대한 의문도 많다. 노인요양보험과 관련한 내용을 살펴본다. 더 자세한 내용은 노인요양보험 홈페이지(www.longtermcare.or.kr)에서 확인할 수 있다.

▷요양 서비스 신청 대상자=건강보험 가입자(피부양자 포함) 또는 의료급여수급권자로서 재산과 소득에 관계없이 거동불편으로 일상생활을 혼자 할 수 없는 65세 이상 노인이나 노인성 질환을 가진 65세 미만 노인이다. 65세 이상 노인의 기준은 신청서 제출일 기준으로 주민등록상 나이가 65세 미만인 경우이다.

요양서비스를 받을 수 있는 대상은 혼자서 일상생활을 하기 어려운 분으로 등급판정 절차를 거쳐 요양등급 1~3등급으로 판

에 이의신청을 하면 된다.

▷어떤 혜택 받나= 현재 장기요양급여는 크게 가정 내 요양서비스를 제공하는 재가급여와 시설에서 보살피는 시설급여가 있다. 재가급여는 장기요양요원이 가정 등을

월 한도액 초과 땀 본인 부담

방문해 신체활동 및 가사활동을 지원하는 것으로 방문목욕, 방문간호, 배설 관리, 위생 관리, 가사노동 지원, 주·야간보호, 요양기



치매나 중풍 등 노인성 질환자들의 수발을 정부가 지원하는 노인장기요양보험제도가 본격 시행됐다. 제도를 제대로 활용하기 위해서는 본인의 건강상태는 물론 서비스 내용을 꼼꼼히 점검하는 것이 중요하다. (광주일보 자료사진)

읍·면·동사무소 접수

에서 접수한다. 접수방법은 직접 방문, 우편, 팩스, 장기요양보험 홈페이지(www.longtermcare.or.kr) 등 편리한 방법을 이용하면 된다.

65세 이상 노인은 장기요양신청서와 신분증을 제출하면 된다. 하지만 65세 미만 노인

은 신청서와 노인성 질환을 앓고 있다는 것을 입증하는 의사소견서 또는 의사진단서를 반드시 함께 제출해야 한다.

부모 대신 가족이 신청할 수 있다. 부모가 현재 어디에 있던 상관없이 가까운 건강보험공단지사나 읍·면사무소, 동 주민센터에 장기요양인정신청서와 신분증을 제출하고 신청하면 된다.

/윤영기기자 penfoot@kwangju.co.kr

실버 라운지

권성욱



노인 우울증은 노인들이 겪는 가장 일반적인 정신장애로 삶의 만족도와 기대를 저하시키게 된다.

우리나라 노인 5명 중 1명 꼴로 우울증을 겪고 있으며 자살로 이어지는 경우도 높은 노인 우울증에 대한 특별관리가 필요한 것으로 지적되고 있다.

노인 우울증이 노인들의 삶의 질을 현저히 저하시키는데도 불구하고 본인이나 가족, 친구, 친척들까지도 대수롭게 여기지 않고 있는 게 현실이다. 그러나 노인 우울증은 노인 자신에게도 큰 고통을 주고 사망 가능성과 가정 파멸로까지 이어질 수 있는 심각한 질병이다.

생물학적 관점에서 노년기 우울증의 원인은 생화학적, 생리학적, 구조해부학적

에, 비정상적 성격 성향의 강화(강한 분노, 의기소침, 대인관계 회피) 등이다.

이런 우울증 치료 방법으로는 역동적 정신치료(통찰적 또는 지지적 정신치료), 인지치료, 행동 치료, 집단치료, 가족치료 등이 있다. 각종 치료를 거쳐 노인들은 다소 희망감을 갖게 되며, 자기 조절과 자기 통제방법을 배우으로써 주위 환경을 조절할 수 있다는 자신감을 갖게 된다.

노인 우울증을 다스리는 첩경은 격려와 칭찬이며 스스로 만족할 수 있도록 돕는 것이다.

결과적으로 성공적인 노화는 과거, 현재, 미래를 포함하며 새로운 차원에서 인생의 시작과 중간, 끝맺음을 가질 때

노인 우울증 치료제는 격려와 칭찬

중추신경계의 변화 때문으로 풀이된다.

노화 과정의 심리학적 측면도 우울증 발생과 깊은 연관을 맺고 있다. 삶의 과정에서의 급격한 변화, 상실, 갈등과 적응에 대한 욕구가 크면 클수록 노인의 신체적 또는 정신적 건강 상태가 흐트러지기 쉽다고 한다.

사회학적 관점에서 볼 때 노년기 우울증은 대인관계 단절에 따른 스트레스, 배우자 사망, 은퇴, 경제적 압박, 가족관계 소원, 노인에 대한 사회적 편견 등 다양한 원인이 있다.

그러나 노년기 우울증은 자체가 노화 과정은 아니며 다양한 요인들로 인해 나타나는 일종의 심리적인 변화상태다.

우울증상은 다양하며 가정치매 형태로도 나타나는 데 대표적인 증상은 여러 가지다.

부적절한 감정표현, 신체적 증상(가슴 답답, 두통, 식욕부진), 지나친 건강 염려증, 일시적인 기억력 감퇴, 행동장

이투어진다.

노인들은 나이가 들면서 미래에 대한 희망에 관심을 두기보다는 과거에 집착하여 고독스러워하거나 과거의 업적을 통해 위로를 받기도 한다. 하지만 노인에게 대한 편견은 사회적인 편견과 개인적인 편견이 함께 작용하면서 노인 스스로가 자신을 희망없는 존재로 여기도록 만들기도 한다.

노인들이 남은 삶을 만족스럽고 성공적으로 영위하기 위해서는 남은 시간들을 위한 희망적인 준비가 무엇보다도 중요하다. 이같은 의미에서 노인들에게 현실적인 적응을 돕고 미래에 대한 가능성과 희망을 제공하는 것이 필요하다.

즉, 개인이 가지고 있는 현실에 대한 불안정감과 예측할 수 없는 미래에 대한 불안을 줄이며, 현재에 대한 적응력과 건강하고 긍정적인 의지를 갖도록 돕는 것이다.

<충명대학교 사회복지학과 겸임교수>

노인성치매 유발 새 유전자 발견

미국 아인슈타인 의대

가 나타낸 위험이 44-77% 높아지는 것으로 밝혀졌다고 말했다.

노인성치매(알츠하이머병)를 유발하는 또 하나의 변이유전자가 발견됐다. 미국 알버트 아인슈타인 의과대학 병리학교수 필립 마랍노드 박사는 최근 뇌 세포의 특정 칼슘통로를 관장하는 칼슘 항상성조절인자-1(CALHM-1)이라고 불리는 유전자가 변이되면 노인성치매

마랍노드 박사는 치매환자 2천여명과 치매가 없는 1천400명을 대상으로 실시한 유전자검사 결과 이 유전자 두 쌍 중 하나가 변이된 사람은 치매위험이 평균 44%, 두 쌍 모두 변이된 사람은 77% 각각 높아지는 것으로 나타났다고 밝혔다.

Advertisement for '공인중개사' (Real Estate Broker) training course. Includes details about the course content, dates (July 1st), and contact information for '광주고시학원' (Gwangju City Institute).

Advertisement for '농산물품질관리사' (Agricultural Product Quality Management Specialist) training course. Includes details about the course content, dates (June 21st), and contact information for '전남고시학원' (Jeonnam City Institute).

Advertisement for '공인중개사 전문학원' (Real Estate Broker Specialist Academy). Includes details about the course content, dates, and contact information for '새롬 행정고시학원' (Saerom Administrative Exam Institute).

Advertisement for '공무원' (Civil Servant) exam preparation. Includes details about the course content, dates, and contact information for '무등고시학원' (Mudeung Exam Institute).