

가정통신 2020 제4호 자/녀/사/랑/하/기

# 정신건강의학과 치료에 대한 8가지 오해와 진실



학생정신건강지원센터  
School Mental Health Resources and research Center

정신건강 및 정신질환을 바르게 이해하는 것은  
자녀뿐만 아니라 부모님에게도 어려운 일입니다.

이번 뉴스레터에서는

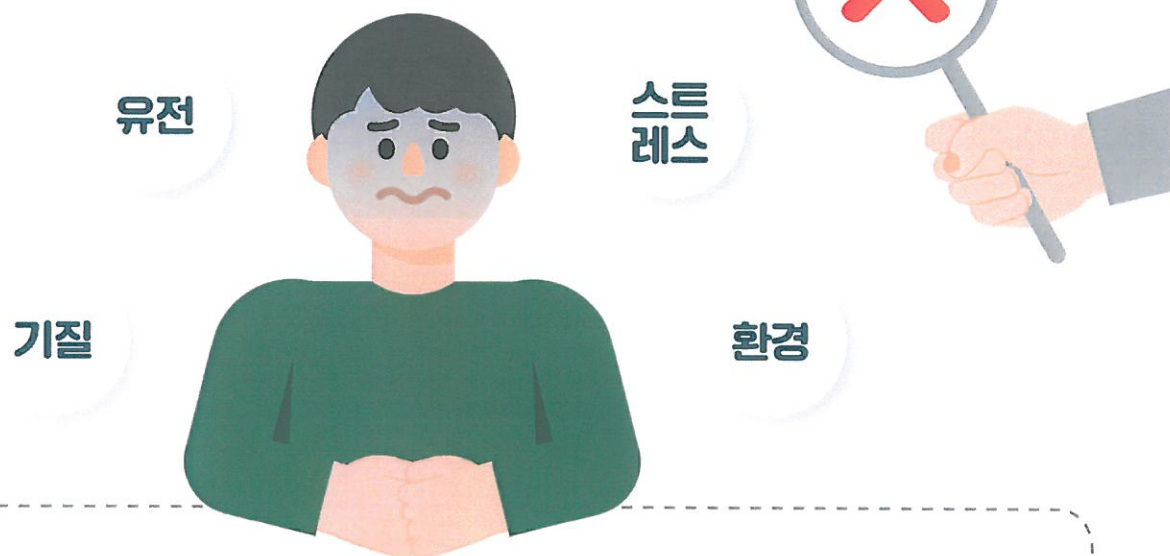
- ① **정신질환을 둘러싼 오해와**
- ② **정신질환의 원인과 치료에 대한  
올바른 정보**를 살펴보겠습니다.





오해 1.

# ‘정신질환’은 성격의 결함으로 생기는 병이다?



신체질환이 한 가지 원인으로 발생되지 않듯이  
**정신질환도** 유전적 요인과 기질적 요인, 심리적  
스트레스, 환경적 요인이 복합적으로 작용하여 나타납니다.

오해 2.

## ‘정신질환’은 성인에서 흔하다?

소아  
청소년  
약 20%



14세  
이전  
약 50%



WHO에 따르면 소아청소년의 약 20%가  
정신질환을 앓고 있고 성인 정신질환의  
약 50%가 14세 이전에 발생한다고 합니다.

오해 3.

# ‘정신질환’의 경우 병원 치료는 최대한 늦추는 것이 좋다?

빠른  
치료



무슨 병이든 **빨리 발견하여 치료**하는 것이 빠른 회복을 돕는 것처럼 자녀의 인지·정서·행동 문제가 학교나 가정생활에 어려움을 주고 있다면 **정신건강 전문가와 정확한 평가와 상담**을 거쳐 **향후의 치료 방향을 결정**하는 것이 가장 중요합니다.



#### 오해 4.

정신건강의학과 치료를 받으면 기록이  
남아서 불이익을 받는다?



부모님이나 가족이라 하더라도 성인이 된 환자의  
의료기록을 열람할 수가 없습니다.

- 의료법에 따르면 환자 본인의 동의가 없으면 절대 타인에게 환자의 의료정보를 제공할 수 없습니다.  
(만 14세 미만의 경우, 직계가족이나 법정대리인의 동의가 필요)
- 개인의 질병정보는 건강보험공단에서 5년 보관, 이후 폐기됩니다.

군 입대나 취업에도 절대 영향을 주지 않습니다.

오해 5.

# 정신건강의학과 치료를 받으면 보험에 가입할 수가 없다?

회사마다  
약관확인



개인보험의 경우 회사마다 약관이 매우 다양합니다.

치료가 완료되어 3년이 지난 후 증상이 없고 일상생활에 지장이 없다는 것이 확인되면 가입이 가능한 경우가 많으니  
회사마다 약관을 잘 살펴보세요.

오해 6.

## 정신건강의학과에 가면 약만 준다?

약물  
치료



비약물  
치료

전문의가 진료를 통해 치료의 우선순위를 파악하여  
단계적 약물치료나 비약물적 치료(놀이치료, 가족치료,  
인지행동치료 등)를 단독 혹은 병행으로 처방합니다.



오해 7.

## 정신건강의학과 약을 먹으면 몸(뇌)에 해롭다?



적절한 약물 사용은 오히려 **아이의 뇌가**  
**균형적으로 발전**할 수 있도록 도와줍니다.

정신건강의학과 약물은 여러 단계의 과학적인 연구 과정을 거쳐서  
안전성과 효과가 입증되어야만 처방할 수 있습니다.

오해 8.

## 정신건강의학과 약은 중독된다?



치료  
기간이  
길다

정신질환 치료가 다른 질환보다 비교적  
치료 기간이 길어 생긴 오해입니다.

·약물은 증상이 호전되면 감량하여 중단하면 됩니다.



아이가 **마음 건강히 성장**할 수 있도록  
정신건강의학과에 대한 오해의 문턱을 넘어  
**적절한 치료**를 받도록 도와주세요.

더 많은 정보가 필요하시면  
교육부 학생정신건강지원센터  
(02-6959-4542)에 문의해주세요.



학생정신건강지원센터  
School Mental Health Resources and research Center

본 뉴스레터는 교육부 학생정신건강지원센터가 대한신경정신의학회에 의뢰하여 제작한  
“자녀 사랑하기” 4호이며, 총 10회에 걸쳐 가정으로 보내드립니다.