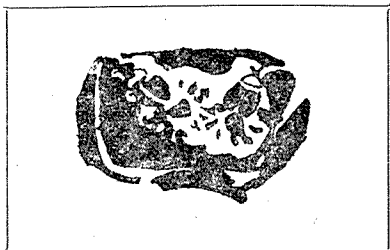


당뇨병은 문화병인가



이 상 용

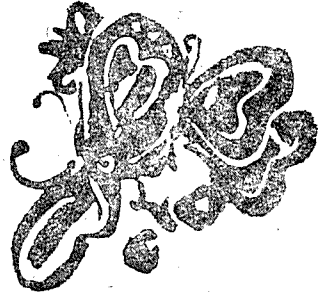
우리나라뿐만이 아니라 당뇨병의 빈도가 점차 높아가는 추세는 세계적인 것으로 생각된다. 선진국가에 비해서 비교적 적은 것으로 생각했던 것이 근자에 와서는 거의 비슷한 빈도를 보이게끔 된 감이 없지 않다.

즉 선진국의 2% 이상의 통계나 우리나라에서의 근자의 추세에 따르면 넉넉히 2%는 될 것 같다. 총인구 3,500만이라면 출잡아서 70~80만명은 되는 것으로 추산된다. 개발도상국에서 중진국으로 발돋움하고 있는 작금의 경제적 신장은 국민생

활에 많은 영향을 미치게 해서 점차 영양과다 현상인 비만증을 흔히 목격할 수 있다. 거리에서 뛰노는 어린이들 중에도 전에 못보던 뚱뚱보들을 볼 수 있다. 남보기에는 좋아보일는지 모르겠지만 이런 아동들이 여러 가지 건강상의 취약점을 갖고 있는 문제아라 아니할 수 없다. 그 중에서도 당뇨를 이르기 위한 가능성은 다분이 내포하고 있다는 점이다. 통계상으로 보아서 비만환자가 정상체중을 갖고 있는 자와의 당뇨 빈도에는 현격한 차이가 있음을 알 수 있다. 이렇게 말하고 보면 당뇨병은 역시 문화병의 범주 속에 넣어야 할 것 같다.

어떤 질병을 막론하고 그 병을 잘 파악하고 잘 관리하는 것이 중요하겠지만 특히 당뇨병 같은 질환은 그 표본적인 것이다. 왜냐하면 당뇨병은 일단 시작하면 특별한 기적이 일어나지 않는 한 거의 일생을 두고 완치되기 어려운 것이니 만치 자칫 잘못 인식을 주게 되면 일생 동안 낫지 않는 병 고질병이니 매사를 포기하고 일지감치 끝장을 내버리는 것이 상책이 아니냐 속단하고 하든 사업도 접어치우고 실망속에서 그날 그날을 공포에 싸여 지내느냐 병을 잘 이해해서 이 병은 얼른 완치는 되지 않지만 관리만 잘해서 여러 가지 합병증만 막을 수 있다면 해오든사

업 근무 연구등 모든것을 착오없이 해낼수 있을것이다. 이렇게되면 개인은 물론 국가사회적으로도 많은 도움이 될 것만은 사실이다. 또한 중요한것은 조기에 진단해서 치료의 철저를 기하는것이 무엇보다 중요한 사항이다. 즉 이병은 40대 전후에서 시작하는 병이니 만치 사회적으로 또는 직장에서도 중진인자가 일조일석에 당뇨병이라는 진단을 받고 좌절되고 모든일에 의욕을 잃고해서 일에 능력은 떨어지고 급기야는 그 직장을 물러나게 이르는 때도 적지않을 것이다. 그리고 이병이 시작되면서 흔히 볼수있는 현상으로는 특히 남자에서 급격한 정력감퇴 현상이다. 본인은 나이가이제 40고개에 접어들었으니 혹은 40고개를 넘었으니 이제정력도 떨어질때가 되었겠지하고 체념도하고 한편으로는 남에게 부끄러운 일도 되고해서 병어리 냉가슴앓듯이 하는 경우가 많다. 그러나 실인 즉 40이라 해서 정력이 하루아침에 전격적으로 떨어지는것은 정상적이 아니다. 무엇인가 이상이 생겼다는 신호일것이다. 이럴때 곧 전문의를 찾아서 혹시 당뇨병이 아닌가 확진을 받도록 해야 할것이다. 이는 각각신경장애로 오는 현상이다. 한편 부인들에 있어서는 그양상이 다르다. 계속적으로 당뇨가 나오게 되



어 노도개구부 주위에 곰팡이가 자라는데 좋은 조건이 되어서 소위국부소양증을 이르켜서 몹시 국부가 가렵게되며 창피 무릅쓰고 긁는 경우가 많다. 이런 사소한것이 단서가 되어 당뇨가 발견되는 경우가 많다. 물론 까닭없이 피로하다든가 전에없이 물을 많이 마신다든가 허기증이 심하다든가 하는 당뇨병 본래의 증상이 있을시는 비교적 진단이 용이할 것이다.

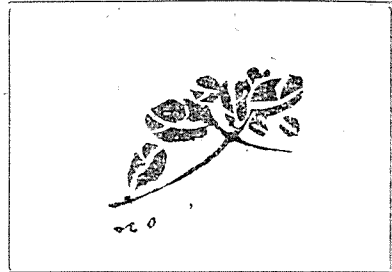
당뇨를 수년씩 앓는 동안에 여러 가지 합병증이 오게된다. 즉눈에는 안저혈관의 변화와 백내장등 시력을 악화시키는 경우가 많고 콩팥에도 신장염같은 증세가 나타나게 되여 말초신경에는 신경통이나 하퇴의 무력감등 견디기 어려운 증세를 보이는때가 많다. 혈관에 혈류장애가 오면 발가락이나 발끝에 피가 돌지않아서 썩고 심지어는 발가락

을 절단해야하는 비참한 지경에까지 이르는 때가있다. 이런합병증이 일단 생기면 회복되기는 어려운 경우가 많다. 항시 합병증의 여부를 주시할 필요가 있다.

당뇨병의 치료는 우선 식이요법을 철저히함으로써 혈당치를 내리고 췌장의 기능의 낭비를 억제하고 필요이상의 췌장세포가 피로해지는 것을 억제할 필요가 있다. 전술한 바와같이 비만증이 있는사람은 체중조절만으로도 나오는 당뇨가 안 나오게되고 혈당이 조절되는 때가 허다하므로 적당한 식이요법을 단행할 필요가있다. 이런방법으로 치료를 해도 조절이 잘 안될때에는 경찰때는 내복용 당뇨제 즉 설펀닐 유리아등을 내복할 것이며 혈장치가 높고 변동이 심하고 쉽게 당뇨혼수에 또는 감염증등이 합병되었을때는 인슐린주사를 꼭맞아야한다. 또 한가지 지켜야 할점은 약간의 호전을 보았다고 해서 치료를 중단해서는 안된다는 점이다. 전술한 바와같이 당뇨병은 일단 발병해서 진성당뇨라는 진단이 붙으면 근치는 어려우니 만큼 호전되었다 하더라도 항시 용의주도하게 관찰을 할것이며 최소한도 식이조절만은 계속 해야 할것이다.

〈필자=연세의대 내과교수·의박〉

동맥경화증과 고혈압을 조심하자



손 의 석

암과 더불어 국민의 사망원인의 상위를 차지하고 있는 동맥경화증과 고혈압은 특히 중년기 이후의 사람의 일생중 가장 활약이 기대되는 중요한 시기에 많이 발생하는 무서운 질병임으로 이에 대한 예비 지식과 주의는 누구에게나 항상 요망되고 있다.

동맥경화증

동맥경화증이라함은 보통 축상동맥경화증을 말하며 동맥벽이 점차 두꺼워지고 굳어져 가며 지질이 내막에 축적되어 내경이 더욱 좁아져