

# 健康管理

특 집

## 당뇨병의 자각증세와 검사



김 응 진

맨 처음에 나타나는 증세들

일반적으로 당뇨병의 시초에는 별  
반 증세가 없는 것이 보통이며, 증  
세가 있다고 하더라도 매우 가볍기  
때문에 환자 자신이 느끼지 못하는

경우가 많다. 필자가 약 1,000명의  
당뇨병환자에 대하여 조사관찰한  
초발증세는 표1에서 보는 바와 같  
이 갈증(목마름)이 단연 많아서  
57%를 차지하였고, 다음이 피로  
감(16%), 다식(많이 먹음) 5  
, 몸무게감소 4%등의 순이었으  
며, 전혀 증세가 없는 증례도 10%

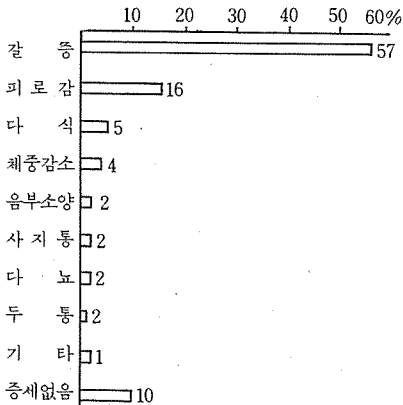
# 이렇게 하자

인생에 있어서 우리 몸의 건강만큼 중요한 것은 없다.  
건강할 때 건강관리를 잘 하는 것은 자기 자신의 건강을 유지하는 제일 좋은 방법의 하나이다.

이러한 점에서 이번 호에는 「우리 몸의 건강관리는 이렇게 하자」는 슬로건을 내어 걸고 여러가지 질병의 자가 발견과 관리를 엮어 보았다.

또한 건강할 때 자기 몸의 이상 유무를 체크하는 집단 검진은 어떻게 유의한 가를 알아 보았다.

그림 1. 당뇨병의 초발증세



나 되었다.

얼마쯤 진행된 뒤에

느끼는 증세들

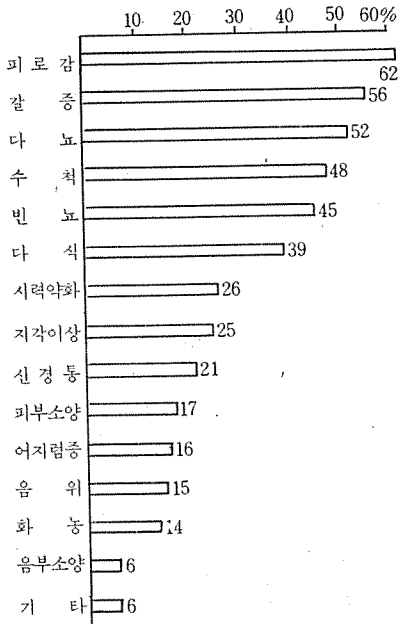
병원을 찾는 환자들의 거의 대부분

분은 당뇨병이 얼마쯤 경과진행된 뒤에 온다. 이때에 환자들이 느끼고 있는 증세들은 표2에 나타난 것과 같이 피로감 (62%)이었으며, 다음이 갈증 (56%), 다뇨 (52%) 몸무게감소 (48%), 빈뇨 (45%) 다식 (39%) 등의 순이었다.

이런 자각증세들이 왜 일어나나?

고혈당으로 오는 증세 : 당뇨병때에 인슐린작용이 부족하게 될수록 음식물에 따라서 혈중에 들어오는 당질 (포도당) 이 조적으로 나가지 못하고 혈중에 쌓이므로 혈당이 높아진다. 일정한 범위가상으로 높아지면 신 (腎) 으로부터 배설되기 마

그림 2. 당뇨병의 증세와 빈도



현이며, 이때 많은 수분을 끌고 나가므로 몸안에는 수분이 모자라게 되어 결국 갈증을 느끼게 되고 물을 많이 마시게 된다. 마신 물은 다시금 포도당을 녹이는 물이 되어 신으로부터 배설되게 되므로 오줌량이 많아진다. (다뇨) 물을 많이 마시기 때문에 오줌량이 많아지는 것이 아니라, 오줌량이 많아지기 때문에 물을 많이 마시게 되는 것이다. 당뇨병이 심해지면 심해질수록 갈증이 더욱 심해지는 것이 보통이다.

조직세포가 활동하는 데 꼭 필요한 영양분인 포도당이 혈중에만 많이 쌓여있고 정작 이것이 필요한

조직세포가 이용할 수 없기 때문에 피로감이 일어나게 되고, 당분은 오줌과 함께 잃어버리고 대신, 몸안에 저장되었던 지방이 동원소모되어서 살이 빠진다 (몸무게 감소). 한편 오줌으로 계속 영양분을 잃어버리게 되면 먹어도 배는 마냥 고프게 되어 많이 먹게 된다 (다식).

그러나 먹으면 먹을수록 혈당은 올라가므로, 오줌으로 나가는 당분도 많아지고 오줌량도 많아진다. 이것은 마치 자동차의 가솔린탱크에 구멍이 뚫어져서 가솔린이 새어나가는 것과 같다. 차를 움직이려고 할 때 몇번이고 가솔린을 보급하지 않으면 안되는 것과 마찬가지이다. 먹으면 먹을수록 당뇨병은 악화되어 살이 빠지며, 몸안에서는 영양분이 잘 이용되지 못하기 때문에 피로하기 쉽고 쇠약감을 느끼게 된다.

이러한 고혈당때문에 느끼는 자각증세들은 치료에 따라 혈당이 떨어져서 정상에 가깝게 되면 점차 사라지게 마련이다.

당뇨때문에 일어나는 증세 : 소변 중의 포도당이 여자의 음부에 늘 묻어있으면 곰팡이균의 감염을 일으켜서 질염이 생긴다. 이른바 음부소양증 (陰部搔痒症) 이라 부르며, 이것 때문에 부인과진찰중에 당뇨병이 발견되는 수가 많다.

합병증으로 오는 증세 : 당뇨병의 경과중 가장 먼저 일어나는 것이 신

경합병증으로 저림증, 신경통, 지각 이상(차갑다, 뜨겁다, 감각이 둔하다, 반대로 예민하다 등) 등이 팔과 다리에 잘 생긴다. 내장신경(內臟神經)의 장애가 일어나면 변비, 설사 또는 배뇨곤란(排尿困難)을 하소연하는 수가 있다. 이밖에도 음위(陰萎), 기립성현훈(起立性眩暈), 이명(耳鳴) 등을 느끼는 수가 있다.

혈관합병증으로 일어나는 증세: 당뇨병을 치료하지 않고 그대로 내버려두면 반드시 혈관장애가 일어난다. 작고 가는 혈관장애의 대표적인 것이 시력감퇴(視力減退)를 일으키는 망막증(網膜症), 전신부종(全身浮腫)을 초래하는 신증(腎症) 등이고, 크고 굵은 혈관장애의 대표적인 것은 심장병(心筋硬塞), 중풍(胸血栓症), 괴조(壞疽) 등이다.

## 당뇨병 발견을 위한 검사

### 당뇨병의 집단검사(集團檢査)

옛날에는 “갈증이 심하다”, “오줌을 많이 누다”, “먹어도 먹어도 살이 빠진다” 등의 당뇨병의 전형적 증세를 하소연하면서 병원을 찾는 환자가 많았다. 그러나 요즘에는 “회사에서 집단검진으로 오줌에 당이 나오는 것을 발견하였다”

또는 “혈당검사에서 당뇨병이란 말을 들었다” 혹은 “당뇨가 있다는 주의를 받은 일이 있었으나 별반 증세가 없어서 내버려 두었더니 몸무게가 줄기 시작하였다” 등등의 집단검진을 중심으로 한 하소연이 늘어나고 있다.

그러나 이러한 집단검진이나 건강진단으로 자각증세가 없는 시기에 발견되는 당뇨병의 거의 대부분은 아직 걱정없는 당뇨병이라고 말할 수 있다. 당뇨병이 무서운 것은 당뇨병에 따라오는 특유한 합병증 때문이다. 당뇨병이란 진단을 받고도 그냥 내버려두면 실명(失明)이 되거나 요독증(尿毒症)으로 사망하는 일도 생기는 것이다.

집단검진이나 그밖의 진찰로 당뇨병이 있는 줄 알면서도 당뇨병이란 진단을 받는 것 자체가 무서워서 혹은 당뇨병이라고 진단을 받으면 치료가 귀찮아서 등의 이유로서 몇해고 내버려두는 사람이 적지 않다. 당뇨병은 완치가 잘 안되는 난치의 병이기 때문에 무서운 것이 아니라 내버려두면 반드시 합병증을 일으키기 때문에 무서운 병이다.

당뇨병의 조기발견의 뜻은 조기치료로서 합병증을 예방하는 데 있는 것이다.

### 오당(尿糖)과

### 혈당(血糖)의 검사

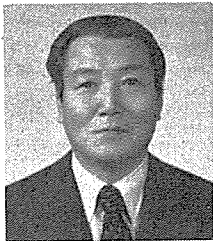
당뇨병의 조기발견중 가장 많은 것이 집단검진으로 요당을 먼저 발견하는 일이다. 당뇨병때에는 요당이 양성(陽性)으로 나타나는 것이나 요당이 양성이라고 전부가 당뇨병인 것은 아니다. 당뇨병이 아니면서도 임신(妊娠), 내분비질환, 간병(肝病) 등 때에 요당이 발견되는 경우가 있다.

이러한 경우에는 “포도당부하시험(負荷試驗)”이란 검사를 시행

하여 혈액중의 포도당량을 측정할 필요가 있다. 요당 뿐만 아니라 이 혈당값(血糖值)에 따라서 당뇨병이냐 아니냐를 진단하게 되는 것이다. 혈당량이 정상보다 많으면서 요당이 양성으로 나타날 때에 비로소 당뇨병이라는 진단이 확실히 내려진다.

〈필자=을지병원 당뇨병클리닉  
내과부장·의박〉

## 부인암의 조기 발견



### — 암의 특이성 —

생명있는 모든 존재는 한번왔다 한번 가는것은 정리(定理)라하겠으나 사람의 경우 사망의 원인은 노쇠로 자연사하는것 보다는 종말에는 병들어 병사하는 것이 오늘의 현실입니다. 인간의 천수는 100여년이 된다고 하며 최근의 이웃 일

### 홍 성 봉

본의 국제조사의 보고는 100세가 넘는 사람이 여자는 5,000여명 남자는 1,000여명이 된다고 합니다.

오늘날과 같이 인지의 발달이 가속화한 결과 의학의 발전, 생활환경의 향상과 개선은 인간의 수명의 연장이란 복음을 안겨다 주었습니다. 우리나라도 멀지 않아 평균수명은 70을 초과할것이 분명합니다. 이는 단적으로 2차세계대전후의 사망률의 감소에 연유되는 것이며 구체적으로는 많은 질병들을 박멸하였거나, 예방, 치료가 가능하게 된 까닭이라고 보는 것입니다. 이