

“糖尿病에 대한 社会的 認識 絶실”

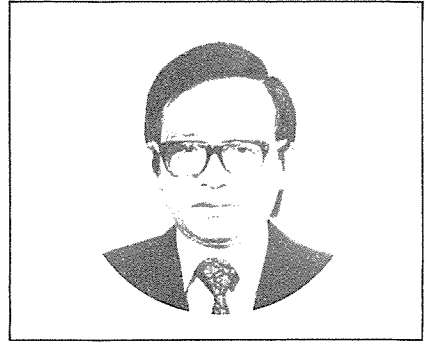
당뇨병환자의 지원·관리에도 힘쓸터

『부끄러운 얘기지만 우리나라의 糖尿病 발병빈도가 先進國 수준에 육박하고 있어 이에 대한 대책이 시급히 요청되고 있습니다』崔永吉 大韓糖尿病學會長(경희대의대내과과장 겸 주임교수)은 생활수준이 향상되고 국민 1인당 섭취량이 증가함에 따라 당뇨병의 유병율이 점차 증가추세에 있으므로 糖尿病에 대한 올바른 이해와 새로운 인식이 절실히 요구되고 있다고 강조한다.

『잘먹고 편하게 살게 되면서 생기는 병이 바로 이 병이지요 과다칼로리 섭취는 당뇨병 뿐만 아니라 모든 성인병의 원인이 되므로 음식량의 조절과 함께 적당한 운동은 현대인들에게 반드시 필요합니다』崔회장은 英國은 2차대전에는 당뇨병의 발병율이 뚝 떨어졌다가 戰後에 다시 높아졌다면서 우리나라도 6·25후에 점차 높아지기 시작하여 근래에 급격히 늘어나 당뇨병환자수가 1백만명정도로 추산되고 있어 이에 대한 근본대책이 시급하다고 강조한다.

崔회장은 당뇨병의 자각증상을 노쇠현상이나 갱년기장애 증상으로 잘못알고 있거나 또 당뇨병으로 확진되어도 증상이 나타나지 않는 초기에는 치료를 소홀히 하기 쉬워 이에 대한 社会的 認識이 새로워져야 할 것이라고 말한다.

糖尿病은 insulin이라는 호르몬이 모자라서 에너지가 되는 포도당이 세포에서 쓰이지 못하고 혈액에서 오줌으로 넘쳐나오는 병으로 尿糖과 血糖이 보통사람보다 높다. 이병



崔永吉 회장

은 遺傳的관계도 있으나 특히 췌장의 호르몬 분비가 방해됨에 따른 뇌하수체·부신등의 내분비선 장애와 관계가 있는데 일반적 증상으로는 오줌의 분량이 많고 또한 자주 누게 되며 몸이 마르고 고단해지며 식욕은 도리어 왕성해 지는 수가 있다고,

당뇨병의 관리는 ▲식사요법 ▲운동 ▲교육 ▲약물요법(경구혈당강화제 및 인슐린) ▲검사등 5가지가 함께 이루어져야하며 이와함께 스트레스 관리 또한 중요하다. 이 중 어느 하나가 변동하면 다른 요인도 같이 변동하거나 변경시켜야 할 때가 많다는 것.

崔회장은 당뇨병은 크게 인슐린 의존형을 제Ⅰ형으로, 인슐린 비의존형을 제Ⅱ형으로 분류하고 있다면서 『제Ⅰ형당뇨병은 바이러스와 자기면역성 질환이 主病因경우로 小兒에 많이 발병』하는데 점점 증가추세에 있고 『제Ⅱ형은 제Ⅰ형과는 다른 유전적요인과 환경적요인, 특히 代謝性스트레스가 관여하는

것으로 알려져 왔으며 특히 비만증환자의 유병율이 높다』고 한다. 따라서 제 I 형환자는 인슐린결핍증을 갖고 있으므로 생명연장을 위해 인슐린주사에 의존하게 되나 제 II 형환자인 경우에 비만으로 인한 당뇨는 식사요법만으로도 당뇨가 조절된다는 것이다.

崔회장은 일단 당뇨병으로 진단이 내려졌다고 해도 겁먹을 것은 없다고 전제하면서 식이요법과 함께 적당한 운동으로 이상체중을 유지하고 약물요법등으로 자기에게 맞는 치료법을 찾아 꾸준히 노력한다면 당뇨를 조절할 수 있을 것이라고 조언한다.

그러나 당뇨병을 그대로 내버려두어 치료상태가 좋지않을 때는 급성 또는 만성의 여러가지 합병증이 발생하기 마련이라면서 병인을 정확히 파악하여 그에 따른 대책을 강구해야 할 것이라고 덧붙인다.

崔회장은 『糖尿病은 高血糖과 이에 수반되는 여러가지 代謝장애를 특징으로하는 만성적인 질환』으로 이의 올바른 관리를 위해서는 『무엇보다도 환자가 자기병에 대한 올바른 인식을 갖고 꾸준히 대처해 나가는 것이 중요하다』고 강조한다.

『당뇨병처럼 일생동안 엄격하게 자기관리를 계속하지 않으면 안되는 질병은 달리없다고 여겨집니다. 당뇨병치료의 성공여부는 환자 자신에 의한 자기관리에 달려있다고 해도 지나친말은 아닐테니까요』崔회장은 환자로 하여금 자기관리를 하게하려면 환자에대한 교육이 필요한데, 이러한 당뇨병에 대한 올바른 이해와 인식제고를 위한 교육사업이 당뇨병학회의 주요업무중의 하나라고 밝힌다. 그래서 학회는 최근 우리나라 실정에 알맞는 효과적인 교육방법을 연구하고 또 각종 교육을 주관할 糖尿病교육위원회를 상설위원회로 설치했다고 한다.

崔회장은 앞으로 이 위원회를 활성화시켜 환자뿐만 아니라 간호원, 영양사, 의사등 당뇨병과 관련있는 사람들에 대해서도 보수교육을 실시하는 한편 일반인을 대상으로한 순

회강연과 홍보책자 발간등으로 당뇨병에 대한 올바른 이해와 인식제고에 힘쓸 작정이라고 밝힌다. 이와함께 폭발적으로 늘어나고 있는 환자들에 대한 관리 및 지원에 힘쓰고 당뇨병의 예방대책마련에도 주력, 국민보건향상에 힘쓰겠다고 다짐한다.

『大韓糖尿病學會는 당뇨병의 연구관리 및 계몽과 회원상호간의 친목도모를 목적으로 1968년설립되어 그동안 4 백여명의 회원을 거느린 단체로 성장했습니다』崔회장은 그동안의 활동이 그렇게 만족할 정도는 아니지만 각종 강연회 및 세미나개최, 학회지발간, 당뇨병에 관한 교육실시등 나름대로 착실하게 사업을 전개해 왔다고 전제하면서 특히 지난 9월초 日本당뇨병학회와 공동으로 서울에서 韓·日당뇨병 심포지움을 개최한것은 국제학술교류라는 측면에서도 큰 성과가 있었다고 힘주어 말한다.

『앞으로 여건이 허락하는대로 당뇨병환자를 보다 효율적으로 관리하기 위한 당뇨병유병율에 관한 통계조사를 전국민을 대상으로 실시할 작정입니다.』崔회장은현재 실시중인 예비조사가 내년 3 - 4 월경에는 끝나므로 이를 토대로 대처방안을 마련할 수 있을것이라고 말한다.

崔회장은 끝으로 당뇨병은 완전치유가 잘 안되는 하나의 代謝질환이므로 병이 유발되지 않도록 자신에 알맞는 식단을 짜서 식사량을 조절하고 적당한 운동으로 이상체중을 유지하도록 본인 스스로가 신경써야 할것이라고 강조한다.

『앞으로 당뇨병에 관한 연구는 아직까지 정확히 알려져 있지 않은 원인규명과 함께 인슐린 수용체에 관한 연구가 활발해질 것으로 보입니다』崔박사는 얼마전 스페인의 마드리드에서 열린 세계당뇨병학회에서는 당뇨병의 발병원인 가운데서도 특히 유전적인 요소와 인슐린 수용체에 관한 논문들이 대중을 이루었다고 밝히고 이분야의 연구가 활발히 진척될 것이라고 내다본다. (权光仁記)