

당뇨병이 의심되니 재검사를 받아야 합니다.

당뇨병 증상을
초기에 발견하여 식이요법과
규칙적인 운동으로 건강관리를 하고 있는
윤성숙씨 (38세 · 인천시 북구 십정동 441-9)



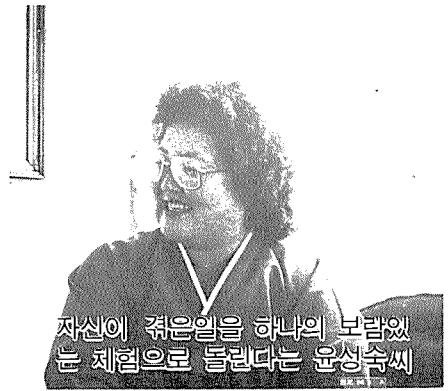
(좌) 윤성숙씨에게 재혈하는 모습



홍광선(사진우) 검사소장과 상담



천구 열성자씨(사진우)는 윤성숙
씨의 당사의 정신적인 방향을 설
명하고 있다.



자신이 겪은일을 하나의 보람있
는 체험으로 돌린다는 윤성숙씨

흔히 어떤 사실에 관한 올바른 이해를 얘기 하면서 동시에 그에 따른 실천의 중요성을 강조한다.

누구에게나 친절해야 한다. 책을 많이 읽어야 한다. 건강할 때 건강을 지켜야 한다 등등 무수히 쏟아져 내리는 좋은 말들이 그 빛을 발할 때는 노력 속에서 실천되었을 때이며 이들이 진실로 높은 가치를 갖는 것은 그만큼 실행하기 어려운 일이기 때문인지도 모른다. 문득 생각나는 말이 있다.

“병에는 잃으면 회복할 수 있고 돈은 쓰면 다시 벌 수 있지만, 건강은 잃으면 다시 찾을 수 없다……”



“●● 늘상 운동삼아 등산을 즐기고 있었고 생활에 특별한 불편을 느끼지 못했기 때문에 제 건강에는 정말 자신이 있었어요.●●”

남들보다도 건강에 자신이 있었던 윤성숙씨

우연한 기회에 건강검사를 하여 당뇨병의 초기증상을 발견한 후 건강을 지키기 위한 끝없는 노력을 계속하고 있는 윤성숙씨(38세·인천시 북구 십정동441-9)를 만난 것은 한 여름날씨를 방불케 하고도 남음이 있는 태양빛이 내리쬐이는 어느날 오후였다.

『늘상 운동삼아 등산을 즐기고 있었고 생활에 특별한 불편을 느끼지 못했기 때문에 제 건강에는 정말 자신이 있었어요.』

윤성숙씨는, 친정 식구중에 당뇨병을 앓으셨던 분이 있었지만, 자신에게 무슨 병이 있으리라는 전혀 생각지 못했다면서, 건강은 정말 마음만으로는 지킬 수 없는 것임을 알았다는 이야기로 말문을 열었다.

『작년 여름쯤이었던 것 같아요, 지금 생각해보니까, 목이 많이 마르고 물이 많이 먹히네요. 몸이 좀 걸리는 것 같기도 했구요. 전혀 그런 적이 없었는데 자주 피로를 느끼기도 했습니다.』 그녀가 맨처음 느끼기 시작했던 증상이었다. 그러나 그녀는 별 것 아니라고 생각해 버렸다는 것이다.

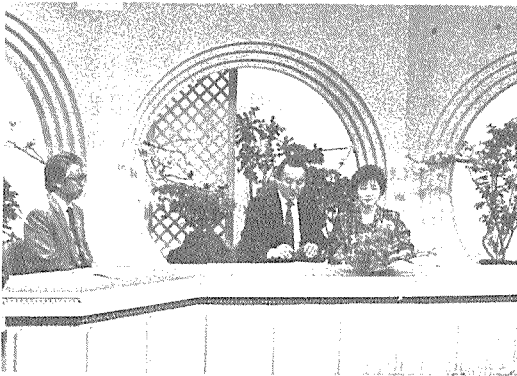
『조금 지나니까 괜찮은 것 같기도 했고, 또 무엇보다도 특별히 꼭 짊어서 아픈 곳이 없었으니까, 별 생각없이 지냈지요. 계속 등산도 즐기구요.』라고 말하는 그녀의 얼굴에서 그녀가 얼마나 건강에 자신이 있었는지를 읽을 수 있었다.

『지난 겨울부터 날씨도 너무 춥고해서 등산을 중지해 버렸습니다. 그런데 봄이 되면서 몸이 다시 결리고, 심한 운동을 하지도 않았는데 피로가 쉽게 쌓이고 시력에도 문제가 있는 것같이 느껴졌어요.』 윤성숙씨는 그녀에게 나타나기 시작한 증상들을 자세히 설명해 주었다.

검사를 받고저하는데 검사비 때문에……

『그렇지만 어디가 크게 아픈게 아니었으니까, 꼭 병원에 가서 진찰을 해봐야겠다는 생각은 전혀 해보지도 않았어요. 더군다나 확실히 알지도 못하면서 검사를 하려면 거기에 드는 검사비만 해도 엄청나니 누군들 엄두를 냈겠어요?』라고 말하면서, 그러나 자신의 안일했던 생각을 후회한다고 덧붙였다.

『지난 4월말쯤이었어요. 아침에 우연히 MBC-TV의 “차인태의 출발새아침”에서 건강관리협회에 관해 방송하는 걸 봤어요. 종합검사를, 받는데 드는 가격이 싸고, 또 시간도 얼마 걸리지 않는다는 얘기에 귀가 솔깃했습니다. 또 느껴지는 증상도 비슷하고 해서 한번 찾아가 봐야겠다는 생각을 했습니다.』 윤성숙씨는 건협 인천지부를 찾게 된 동기를 이렇게 설명했다.



『지난 4월말쯤이었어요. 아침에 우연히 MBC-TV의 “차인태의 출발새아침”에서 한국건강관리협회에 관해 방송하는 걸 봤어요. 또 시간도 얼마 걸리지 않는다는 얘기에 귀가 솔깃했습니다. 또 느껴지는 증상도 비슷하고 해서 한번 찾아가 봐야겠다는 생각을 했습니다.』

『대부분의 사람들이 기운이 없다거나 피로하다는 느낌을 별 것이 아닌 걸로 취급해버리고 맙니다. 그러다가 그런 증상들이 겹쳐서 심각한 병으로 나타나게 되고, 결국에는 심한 고생을 하게 되지요. 사후약방문격이라고 할 수 있지요.』 라면서 인천지부 검사소장 홍광선씨는 현대인의 건강에 대한 방관자적 입장을

『대부분의 사람들이 기운이 없거나 피로하다는 느낌을 별 것이 아닌 걸로 취급해 버리고 맙니다. 그러다가 그런 증상들이 겹쳐서 심각한 병으로 나타나게 되고, 결국에는 심한 고생을 하게 되지요.

사후약방문 격이라고 할 수 있지요.』라면서 건강에 대한 방관자적 태도를 안타까와 하는 홍광선 인천지부검사소장. 99



누구든지 몸에 이상을 느끼면 일단 상담을 해야합니다.

안타까와 했다. 덧붙여 『누구든지 갑자기 피로를 느끼거나 기운이 없는 경우, 그리고 식욕이 떨어지는 경우 등에는 일단 상담을 해보고 적당한 검사를 받을 필요가 있다고 하겠습니다. 그러다가 몰랐던 병을 알게 되는 수도 있고 설사 일시적인 현상에 불과했다고 하더라도 이상이 없다면 얼마나 다행한일이겠습니까』 홍광선 검사소장의 얘기 속에는 모든 사람들의 건강을 위해 최선을 다하리라는 굳은 의지가 담겨 있었다.

『방송을 보고 며칠 후에 건협 인천지부를 찾았습니다. 소장님과 상담을 했더니 종합검사를 받아보도록 권하시더군요. 그래서 김기성병리사님의 도움을 받으면서 채노, 채혈, 심전도 등등을 차례로 검사했습니다. 그리고는 집으로 돌아와 전처럼 생활했지요.』 윤성숙씨는 검사를 받던 과정을 재현이라도 하듯 생생하게 설명을 해주었다.

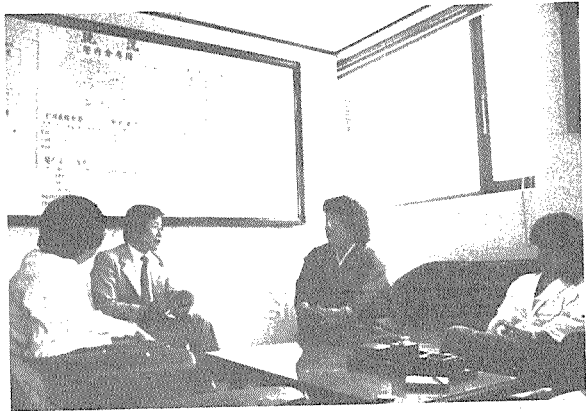
『그때까지만 해도 당뇨병이니 뭐니하는 병들엔 관심이 없었죠. 그게 사람들 마음인가 봐요. 그저 딱처야 당황하고...』 그녀는 씩씩한 미소를 지어보였다. 그런 그녀의 얼굴에서 모든 사람들의 인식의 개선에 대한 바람을 읽고도 남음이 있었다.

『며칠 후 통보서를 받았을 때, 전 기절할 뻔 했습니다. 당뇨병이 의심되니 재검사를 받아야 하고 간기능도 약간 이상이 있다는 거였어요.』

『전화로, “난 인제 죽었어. 어찌면 좋아.”라고 말하는 바람에 저도 당황했었어요.』 옆에서 듣고있던 친구 엄성자씨(35세)는 그 당시 윤성숙씨의 정신적인 상황을 설명해 주었다.

『친척중에 당뇨병이 있었다는 것과, 당뇨병 때문에 돌아가셨다는 사실을 그제야 생각해 내고는 저도 죽는 줄만 알았습니다.』 이렇게 얘기하는 그녀의, 결과 통보서를 받은 그 순간과 조금도 다름이 없는 표정을 보면서 어떤 느낌을 받았는지를 충분히 알 수 있었다.

“병원에서 견협의 결과통보서와 재검사결과를 보고서 다행히 당뇨병초기니까 식이요법만으로 조절을 해보라고 하더군요. 발병 초기기 때문에 조금만 신경쓰면 정상적인 사람이나 다름이 없다고 하면서...” 말하는 윤성숙씨



처음엔 하도 당황해서, 약방, 병원등을 우왕좌왕 했었죠.

『처음엔 하도 당황해서, 친지가 경영하는 약방을 찾아간다, 병원엘 간다 우왕좌왕했었죠. 이러다간 안되겠다 싶은 생각이 겨우 들었을 때에야 무평에 있는 성모병원 내과를 찾아가 다시 검사를 받았어요. 병원에서 견협의 결과통보서와 재검사결과를 보고서 다행히 당뇨병초기니까 식이요법만으로 조절을 해보라고 하더군요. 발병초기기 때문에 조금만 신경쓰면 정상적인 사람이나 다름이 없다고 하면서...』 단숨에 이렇게 말하고 내쉬는 윤성숙씨의 한숨, 그것은 다시 살아나는 안도의 것이었다.

“그녀는 그가 겪은 일을 하나의 보람있는 체험으로 돌리면서 모든 상황에서 도움이 되어주었던 건협 인천지부의 모든 분들께 감사한다고 덧붙었다.”



큰부담만 없다면 자기건강 지키고 싶지 않은 사람이 있겠어요.

『당뇨병은 반드시 인슐린을 맞아야 한다고 들었는데 일찍 발견되기만 하면 식이요법과 규칙적인 운동만으로도 조절이 가능하다는 것도 알게 되었습니다. 어떻게 생각하면 산 공부라고도 할 수 있는 일이었지요.』 그녀는 그녀가 겪은 일을 하나의 보람있는 체험으로 돌리면서, 모든 상황에서 도움이 되어주었던 건협 인천지부의 모든 분들께 감사한다고 덧붙었다.

『사실, 누구든지 큰 부담만 없다면 자기건강 지키고 싶지 않은 사람이 있겠어요? 생각만큼 실천하기가 어려운 것이지요. 동기유발이 필요한 것 같아요. 저도 이 친구가 겪은 일을 옆에서 듣고 보고 해서 검사를 한번 받아 봐야겠다고 결심하게 되었습니다.』 친구 염성자씨의 얘기.

윤성숙씨 역시 염성자씨의 얘기에 동감을 표하면서, 『우리들의 문화생활이 향상되면서, 마스크 등을 통해 시야도 그만큼 넓어졌다고 봅니다. 서민들을 위해서라도 이런 좋은 곳은 자주 선전이 되고 많이 알려져야겠다고 생각합니다. 그리고 그만큼 만족할 만한 검사나 상담도 많이 해주셔야겠지요.』라고 말해 건협에 대한 격려와 충고도 잊지않았다.

지금은 전에 느끼던 증상도 거의 없고 건강도 좋은 것 같다면서 그렇지만 며칠있다가 다시 한번 검사를 받으러 와야겠다고 얘기하면서 돌아가는 그녀의 뒷모습에서 기자는 뭔지 가슴이 뿌듯해지는 것을 느낄 수 있었다.

오후의 더위 속에서도 아랑곳없이 열심히 일하고 있는 인천지부의 전 직원들을 보면서 또한 본인도 보다 열심히 건강관리를 위해 노력해야겠다는 생각을 떠올려 보았다.