



문 : 결혼을 앞둔 여성인데 당뇨병 진단을 받았습니다. 당뇨병 여성도 결혼할 수 있는지요?

답 : 당뇨병 여성은 결혼해서는 안 된다는 얘기는 이치에 맞지 않습니다. 그러나 건강한 여성과 같은 결혼 생활을 기대하기는 어렵겠지요.

일단 당뇨병 여성이 결혼을 하게 되면 당뇨의 투병생활과 임신과 출산이라는 어려운 고난을 동시에 이겨내야하기 때문입니다.

따라서 당뇨병 여성의 결혼생활에는 남편은 물론 시댁의 각별한 협조가 필요합니다.

그러나 당뇨병이 중증이거나 합병증이 진행중이라면 결혼후 임신등으로 인한 당뇨병의 악화가 우려되기 때문에 결혼을 뒤로 미루고 당뇨병부터 다스리는 것이 현명한 방법이라 생각됩니다.

만약 결혼을 예정대로 진행할 때는 결혼후의 일상생활이나 부부생활에 제약이 올 수 있기 때문에 미리 상대방에게 자기가 당뇨병이 있다는 것을 알려주고 결혼후 투병생활에 대한 협조와 이해를 얻어 두는 것이 좋습니다.

만일 결혼하고자 하는 상대의 가계에도 당뇨병이 있다면 당뇨병이 유전과도 관계가 있다고 보아 이런 결혼은 바람직하지 못하다고 하겠습니다.

양자가 모두 당뇨병 가계라면 후에 태어날 자녀에게도 당뇨병이 나타날 수 있기 때문에 심사숙고 해볼 문제라고 생각합니다.

어느정도의 당뇨병이 진행중인지는

알 수 없으나 꾸준한 인내심을 가지고 꼭 전문의와 상의하여 치료토록 하시고 속히 건강을 되찾으시기를 기원합니다.

문 : 당뇨병을 앓고 있는데 지켜야 할 점이 있다면 무엇입니까?

답 : 당뇨병이 있는 사람은 우선 다른 만성적 성인병이 있는 사람과 마찬가지로 장기간의 노력과 자기 스스로의 절제하는 생활설계가 필요합니다.

그중에서 가장 기본이라 할 수 있는 것이 자기 가정에서부터 지켜야 할 몇 가지가 있는데 몸무게 달아보기, 요당검사, 식사량 측정, 식품교환표 준수 등이 바로 그것입니다.

일정기간 간격으로 체중을 달아보아 그 변화를 알아보고 정기적인 요당검사(식사전과 식사후 검사로 요스틱을 이용한 자기검사도 가능함)를 받아 그결과를 주치의와 상의하는게 좋습니다.

또 과식은 금물이며 주치의의 권유에 따라 식품교환표 준수는 물론 식사량도 꾸준히 조절하여 생활화하므로서 효과적인 당뇨병 관리를 해야 하겠습니다.

아울러 당뇨병은 다른 질병과 달라 완치가 어려우며 당뇨검사 결과가 정상으로 돌아가더라도 일생을 통하여 관리해야 한다는 신념을 잊지말고 정기검진은 물론 의사의 지시에 따라 식생활, 치료, 운동 등을 표준화하여 일상생활화하는 것이 바람직하다 하겠습니다.

(조사연구부 자료제공)