

당뇨관리에서 환자, 가족 그리고 일반인들에 대한 교육이 그 관리와 예방의 필수적 기초임은 누구나 다 알고있다. 오래전부터 세계각국에서는 당뇨교육에 대한 계획과 실시를 해오고 있고, 우리나라에서도 당뇨교육에 대한 관심의 증대로 각 지역, 각 병원마다 당뇨교육이 활발히 진행되고 있다. 현재 무려 72개소에서 실시되고 있다.

이제 국내·외의 적극적인 교육에 대한 관심을 바탕으로 앞으로의 당뇨교육의 방향

당뇨병 교육, 그 전망은



유형준

(국립의료원 · 당뇨교실장)

을 헤아려보기 위해, 당뇨교육의 과거에서부터 현재의 상황 그리고 미래에 관한 설명을 환자, 보호자, 당뇨교육자, 동료의사들과 함께 다져보기로 한다.

당뇨교육의 과거

당뇨는 기타의 다른 질병등과 마찬가지로 치료법이나 치료약제의 개발, 발전에 따라 의료인과 환자사이의 관계, 소통, 나아가서 당뇨교육에 있어서 두드러진 변화가 나타난다.

즉, 인슐린과 항생제 같은 당뇨관리의 필요불가결한 약제들이 개발되기 이전에는 당뇨환자들이 어쩔 수 없이 맞아야 하는 죽음과 고통에 대해 의료인들은 단지 **온정주의(溫情主義)에 의존**하여 「병을 진단하는 사람», 「위로해주는 사람」의 역할을 할 뿐이었다.

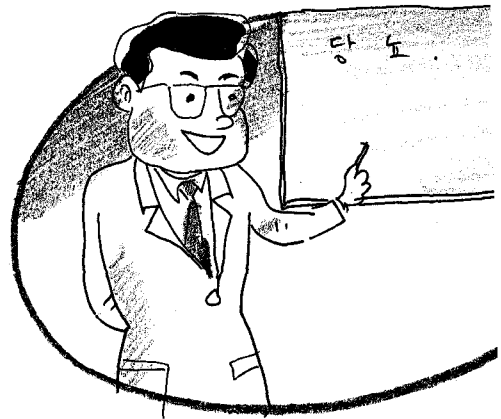
이와같은 관계는 「당뇨», 「diabetes」라는 말을 만들어낸 카파도키아의 아레데우스로 하여금 다음과 같은 기록을 남기게 한 것을 보아도 알 수 있다.

「환자의 수명은 짧고 고통스러우며 그들은 구역질과 불안, 타는듯한 갈증속에서 짧은 삶을 누리고 죽는다.」

우리나라에서 당뇨관리에 관해 처음으로 언급한 것으로 알려져있는 **동의보감에도 부관계의 금지, 안정등과 같이 막연한 「위안자」**로서의 지금으로서는 꽤 어처구니없는 조언을 실고 있다.

그 후 1922년 인슐린이 발견되면서, 당뇨병은 「치료될 수 있는 병», 「인슐린만 주사하면 살 수 있는 병」으로 인식되어 인슐린이 모자라거나 없는 것이 모든 문제의 근원이며 그 모자람의 보충으로 모든 것이 해결되는 것으로 인식되었다. 따라서 의료인과 환자는 인슐린을 처방하고 따르고, 주사를 정확히 맞고 안맞고, 당(糖)이 잘 조절되고 안되고, 인슐린의 주사부작용이 생기고 안생기고의 지극히 단순하면서도 절대적인 지시와 시행의 상호소통을 교육을 통해 성립시켰다.

즉, **당뇨관리에 관한 교육은 전적으로 처방을 올바로 실행할 수 있게 하는데에만 중**

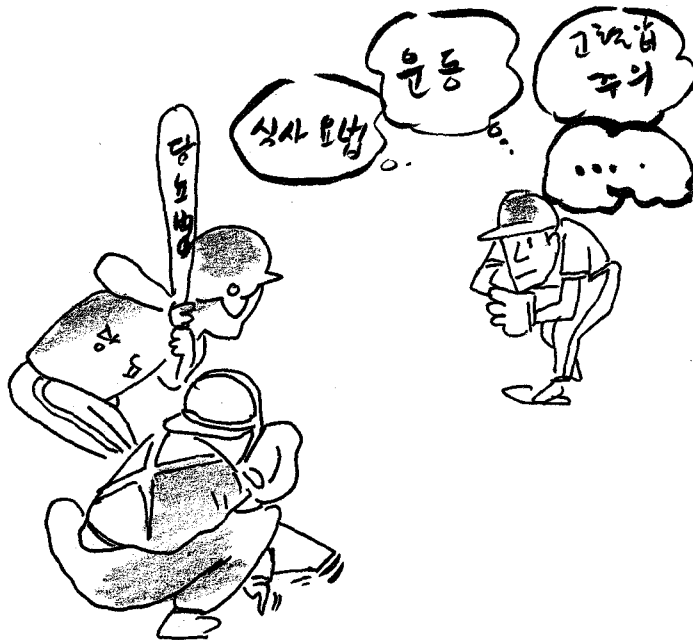


점이 주어져서 1900년대 초반 선구자적으로 당뇨교육의 중요성을 강조했던 조슬린의 책자에도 생활의 제한, 습관의 제한 등으로 가득차있다.

뒤이어, 인슐린에 의해 당뇨환자들의 수명이 연장되면서 생과 사의 선택을 눈앞에 두고 강행되었던 「생존(生存)교육」만이 아닌 장기간의 관리에 따른 의료상의 문제들 [합병증의 출현, 병록기록의 관리, 혈당관리의 조절, 경제적 여건의 고려 등등]과 더불어 보다 나은 삶의 질을 구하기 위한 방향으로 교육은 변화, 발전되었다.

당뇨교육의 재인식으로 치료효과 높혀

실제로 1969년 밀러박사는 적극적인 교육의 시행으로 합병증, 입원비등이 현저하게 줄어든 것을 보고한 바가 있다. 이는 바



로 보다 장기적이고 보다 폭넓은 교육의 필요성을 강조하고 있는데 이때부터 당뇨병 교육은 인슐린주사뿐 아니라 식사요법, 심리요법, 경제사회적 고려도 서서히 포함시켜 성장되어가고 발전되는 객관적인 지표들이 되었다.

다시 말하면 인슐린발견 이후 1980년대 초반까지의 당뇨병 교육은 처음의 지시, 명령, 위안의 개념에서 육체적, 사회적, 경제적 측면을 모두 고려하며 함께 참여하는 개념과 실체가 시도되는 시기였다.

우리나라에서도 약 20년전 김응진박사의 노력으로 시작된 당뇨병 교육은 꾸준히 커왔다. 그러나, 대개의 교육이 집단교육으로 일방적인 당뇨병에 대한 소개, 지식전달에 그쳤다. 한가지 특기할 것은 **당뇨교육은 일반의 속설, 거짓광고들에 대항하여 올바른 지식을 전달**하는데에 거의 대부분의 시간을 쏟을 수밖에 없었다는 것이다.

짧은기간 뜻있는 의료인들의 헌신적인 노

력으로 우리나라의 당뇨병 교육은 쉬임없이 성장해왔다.

당뇨교육의 현재

당뇨에 관한 방대한 최신 지견들은 당뇨병 교육의 양을 늘려놓았고, 이에 더하여 급속도로 변화해가는 사회, 문화, 경제, 전자공학, 유전공학 등의 발전은 더더욱 당뇨병 교육을 크고 깊게 만들고 있다. 따라서 당뇨병 교육의 현재를 한마디로 다독이는 것은 여간 어려운 일이 아니다. 이해를 돕기위해 몇가지로 나누어 살펴본다.

1) 교육자의 측면에서

현재의 당뇨병 교육은 날로 변해가는 최신 지견의 획득, 섭렵, 얻은 지식들의 보존, 유지, 그리고 피교육자에게의 전달이라는 최소한 세가지의 과정을 거쳐서 이루어진다. 따라서 버터필드박사가 이르고 있듯이 교육

자는 현재 단독으로는 존재할 수 없고 당뇨와 관련되는 국가, 세계의 모든 분야의 전문가들과 상호소통함으로써만 존재한다고 여겨진다.

즉, **팀으로 구성된 접근만이 가능한 좋은 길**이라는 것이다. 그리고 교육자는 그 팀의 한 구성원으로서의 역할과 기능을 수행하는 능력이 있어야 한다는 것이다.

2) 환자의 측면에서

당뇨학의 발전, 새로운 진단법의 개발, 치료제의 다양화 및 사회적 직업들의 특수화 등은 그저 피상적이고 건조한 지식의 전달만으로는 당뇨교육의 효과를 전연 기대할 수 없다는 인식을 낳았고, 자연스럽게 **각 분야에 종사하는 특성에 따라 분반교육이 강조**되고 있다. 즉, 합병증이 있는 환자들만의 교육, 임신당뇨의 교육, 소아당뇨캠프 등등이 그러한 것이다.

이러한 환자들의 특성이 적극 고려되면서 교육의 도구, 방법도 개선되어, 그림을 통한 교육[만화], 맹인용 점자의 이용, 비디오, 컴퓨터 교육, 전화나 서신을 통한 원거리교육 등이 시도되고 있다.

3) 우리나라의 현황

우리의 실정도 앞에 언급한 것들이 부분적이거나 활발히 시도되고 있다. 예로서, 소아당뇨캠프, 전문홍보매체의 발간, 비디오제작, 만화제작 등등이 있다.

당뇨교육의 미래

당뇨에 관한 최신정보는 급속도로 늘어날

“

환자들의 특성이 적극 고려되면서 교육의 도구, 방법도 개선되어, 그림을 통한 교육[만화], 맹인용 점자의 이용, 비디오, 컴퓨터 교육, 전화나 서신을 통한 원거리교육 등이 시도되고 있다.

”

것이다. 따라서, 그룹별 교육이 활성화되고, 컴퓨터교육이 일반화되고, 영상전화기를 이용한 교육이 널리 활성화될 것이다.

이와 같은 미래의 진전에 있어서 강조될 것은 **교육자의 자격화와 교육자의 면허제도가 실시될 것**이라는 점이다. 동시에 다양한 모임체들이 제대로 만들어져서 훨씬더 나은 교육수준, 환경이 마련될 것으로 여겨진다.

그러나, 전문화·개발화에 따라 강조될 것은 다름아닌 **더욱 강하게 다져지는 교육에 반드시 필요한 상호 신뢰, 상호간의 따스한 정감**이다. 당뇨교육이 비록 극히 전문화된다고 할지라도 그간의 **변천을 되돌아볼 때에 미래의 교육은 더 많은 부분을 서로간의 이해와 사랑에 쏟을 것**이라고 굳게 믿는다. ☺