

당노인의 결혼에 대한 마음가짐



**당노인의 불안감은
당노병에 대한
부정확한 지식
때문이다.**

양 세 원

서울대학교 의과대학
소아과학 교실 부교수

소아 및 청소년기는 인생에서 가장 중요한 시기이다. 그 이유는 이 시기에 성장과 발달이 완성되어 하나의 성인이 되기 때문이다. 또한 그 사람의 미래 직업을 결정하는데 기반을 쌓는 중요한 시기인 것이다. 이 시기에 어떠한 질병으로 인하여 성장과 발달에 장애를 가져오면 성인기에서도 이러한 신체적 장애가 지속되며 이차적인 정신적 장애가 초래될 수 있다. 이러한 장애로 인하여 학업적인 성취도에 장애를 받을 경우 자기가 원하는 미래의 선택에 지장이 초래될 수도 있다. 따라서 이 시기에 만성적 질병을 가지고 있는 소아 및 청소년들은

이러한 문제들로 인하여 불안감을 가지고 있으며 자기 성취도가 감소될 수도 있고 또한 타인에 대한 열등의식을 가질 수도 있다. 당뇨병이 그 대표적인 예이다. 특히 당뇨병을 가지고 있는 청소년에서 미래에 대한 불안감의 심각함이 더하다. 이들은 합병증이 올 것인가, 취업에 대한 불이익은 받지 않을 것인가, 결혼은 할 수 있을 것인가, 그리고 결혼을 하면 자식을 가질 수 있고 가진다면 이 자식들에서도 당뇨병이 재발되지 않을 것인가 등의 불안감을 종종 이야기하곤 한다. 또한 당사자가 가지고 있는 당뇨병이 주위의 다른 사람들이 알면 취업



및 결혼 등에 어떠한 불이익을 얻지 않을까 하여 숨기는 경향도 있다. 실제로 숨김으로써 발생하는 여러 문제점들을 종종 보곤 한다.

나의 경험에 의하면 이들이 가지고 있는 불안감은 대개 부정확한 당뇨병에 관한 지식에서 유래된다. 당뇨병을 상식의 수준에서 알고 있는 당뇨인들이 의외로 많으며, 단순히 항간에 떠도는 근거도 없는 이야기를 이들은 쉽게 믿는 경향이 있다. 따라서 이러한 불안감은 정확한 당뇨병에 대한 지식을 교육시켜주고 상담함으로써 많은 부분 해소시킬 수 있으리라 생각된다. 결혼에 대한 불안감도 이들에게서 꼭 해결해야 하는 중요한 과제인 것이다.

결혼 적령기의 당뇨인에게 4가지 제안

어렸을 때부터 당뇨병을 가지고 있는 사람들도 언젠가는 자기 배우자를 만나게 될 것이다. 그러나 많은 당뇨인들은 결혼을 생각하는 과정에서부터 당뇨병으로 인하여 정신적으로 위축 되곤 한다. 자신에게 올 수 있는 합병증, 합병증으로 인하여 빨리 죽을 수도 있다는 불안감, 직업문제, 지식문제 및 과거부터 가지고 있는 정신적 열등감 등이 결혼에 대한 생각을 주저 하게 할 수도 있는 것이다. 앞서 지적하였듯이 대부분 이들은 당뇨병에 관한 잘못된 지식으로 인하여 주저 하게 된다고 나는 생각한다. 따라서 이들이

결혼을 생각할 경우 꼭 지적하고 싶은 것이 몇가지 있어 여기에 기술하고자 한다.

첫째, 당뇨병으로 인한 고혈당의 조절이 잘 되는 경우에는 만성 합병증으로부터 해방될 수 있다는 것이다. 이는 10년동안의 연구가 1993년 미국 당뇨병학회에서 발표되어 세계적으로 신선한 충격을 주었던 과학적인 보고를 그 토대로 한다. 즉 우수한 혈당관리는 만성합병증의 발생을 예방할 수 있었고, 최소한 만성 합병증의 발현을 지체시킬 수 있다는 보고이다. 따라서 자기 당뇨병의 관리를 게을리 하지 않았을 경우 이러한 합병증의 공포에서 해방될 수 있고 나아가서 정상적인 자기 생활을 할 수가 있다는 것이다. 자신의 혈당관리가 잘 될 수 있다면 하루에 3회 이상의 인슐린 집중치료에 대하여 주저할 필요가 없다. 경우에 따라서는 인슐린 펌프도 필요할 수가 있다. 인슐린 치료법의 장점 및 단점을 잘 알고 있으면 이러한 치료법에 대한 쓸데없는 불안도 최소화 할 수 있다. 따라서 본인이 결혼 등의 문제를 심각하게 생각하여야 할 경우 자신의 미래를 위하여 그리고 앞으로 가질 가족들을 위하여 미리 당뇨병 전문의를 방문하여 이에 대한 문제를 상의하고 어떤 고혈당 조절법을 자신이 비교적 쉽게 활용할 수 있는지에 대하여 배우도록 한다. 이 경우 영양사, 당뇨병 전문 간호사 및 사회사업가와의 상담도 필수적이다.

둘째, 당뇨병을 가지고 있는 여자가 임신을 한 경우 알아두어야 할 것은 고혈당으로 기형아를 낳을 위험성이 높다는 것이다. 임신 중 고혈당에 의하여 무뇌증, 척수부전증 등의 치명적인 신경계통의 기형이 발생할 수 있다. 그러나 임신중 혈당의 관리가 양호할 경우 기형의 위험도는 당뇨병이 없는 사람에서의 기형아 출산 확률과 비슷해진다. 또한 임신 중 고혈당으로 기형아가 발생하지 않았다 하더라도 출생 체중이 4kg 이상인 거대아를 낳을 확률이 높으며 또한 출생 후 심한 저혈당의 위험이 있으므로 신생아 중환자실에서 철저한 감시를 요하는 경우도 있다. 이뿐 아니라 최근의 보고에 의하면 엄마가 당뇨병일 경우 태어난 아기는 10세 전후하여 당뇨병에 이환될 확률이 높다는 것이다. 그러나 마찬가지로 임신중 양호한 혈당관리로 이러한 거대아 출산 확률은 낮아지며 출생 후 저혈당의 위험도도 현저히 감소하게 되므로 임신 중 혈당 관리가 본인의 건강뿐 아니라 2세를 위하여 중요하다는 사실이다.

셋째, 결혼을 할 경우 자식에게 당뇨병이 재발될 확률에 대하여는 알고 있어야 한다. 아직 우리나라 자료는 없으나 외국의 자료에 의하면 아버지가 인슐린 의존성 당뇨병이 있을 경우 자식에서 재발할 확률은 5~6%이고 어머니가 인슐린 의존성 당뇨병이 있을 경우 자식에서의 재발율은 2~3

%이며 양친 모두에서 인슐린 의존성 당뇨병이 있을 경우 자식에서의 재발율은 13~15%이다. 이 재발율은 일반 인구에서의 발생을 보다 높으므로 자식을 낳을 경우 유전자 검사, 인슐린 분비능력 검사, 인슐린 및 체도 세포 항체검사를 통하여 발생유무 가능성을 검사할 수 있다. 그러나 아직 당뇨병의 예방법에 대하여는 알려진 것이 없으므로 검사의 유용성에는 한계가 있다. 현재 미국이나 유럽에서 인슐린 의존성 당뇨병의 예방법에 대한 임상적 연구가 진행되고 있으므로 조만간 어떠한 결론이 나올 것이다.

넷째, 자기가 가지고 있는 당뇨병을 숨기려고 하지 않도록 한다. 자신이 받을지도 모르는 불이익 때문에 당뇨병에 대하여 숨기는 경향이 있다. 이런 생활태도로 소아 및 청소년기를 보낸다면 세월이 갈수록 자기도 느끼지 못하는 두터운 벽을 쌓게되고 이로 말미암아 타인이 그 벽을 뚫고 들어오지 못할 수도 있으며 또한 오해의 소지를 불러일으킬 수 있기 때문이다. 결혼이라는 것은 근본적인 사랑으로 남을 전적으로 받아들여야 하는 데도 불구하고 자신이 쌓은 벽으로 인하여 받아들이지 못할 경우 생길 수 있는 불행을 충분히 예측할 수 있을 것이다. 먼저 자기 자신이 당뇨병에 대하여 마음의 정리를 하여야 한다. 그런 후 상대방에게 당뇨병을 알리도록 하여야 한다. 특

우리나라 사회 문화적 특성상 배우자 후보 뿐 아니라 친족들의 이해도 필요하다.

히 자기의 배우자 후보에게는 자신이 가지고 있는 당뇨병을 충분히 설명해주어 당뇨병을 이해시키도록 하여야 한다. 배우자는 혈당측정과 인슐린 주사도 해 줄 수 있어야 하며 당뇨병으로 인하여 발생할 수 있는 저혈당 등의 응급상황에 대한 처치도 해 줄 수 있어야 한다. 이렇기 위하여는 당뇨병에 대한 올바른 지식을 먼저 본인이 가지고 있어야 한다. 흔히 당뇨병이 있는 것을 알림으로써 배우자 후보로부터 배척을 받지 않을까 하여 두려워 숨길 경우 후에 생길 수 있는 문제는 견잡을 수 없을 것이다. 우리나라 사회 문화적 특성상 배우자 후보 뿐 아니라 친족들에게도 이해시킬 수 있어야 한다. 만일 상대방이나 친족들이 이해 못할 경우에는 그 결혼에 대한 재고가 필요하다고 개인적으로 생각한다. 결혼을 위해서 상대방에 대한 모든 것의 이해가 있어야 한다고 생각하기 때문이다.

이러한 사실을 마음에만 두어서는 안된다. 자기가 알고 있는 당뇨병 지식을 충분히 활용하고 적극적인 당뇨인의 생활을 하여야 한다. 비록 당뇨병이 있지만 항상 능동적이며 긍정적인 생활태도로 당뇨병이 없는 사람과의 선의의 경쟁에서 이겨나갈 수 있는 삶의 자세가 필요하다. 이렇기 위해서는 많은 고뇌와 시련이 필요할 것이다. 그러나 당뇨병이 있던 없던 모든 사람들에게는 괴뇌와 시련이 있게 마련이고 또 많은 사람들이 훌륭히 이겨낸 것도 사실이다. 당뇨병으로 인하여 무엇을 못하였다라는 핑계적인 삶은 그 사람의 인생모든 것이 핑계로 점철된다는 사실을 알아야 하고 당뇨병이 내 인생에서 문제될 것이 없다는 능동적 자세가 나의 행복과 비례한다고 생각하고 적극적으로 생활하길 바란다. DAK

능동적이고 적극적인 생활을

당뇨병을 가지고 있는 사람이 결혼을 생각하게 될 때 최소한 위에 기술한 네가지 사실은 반드시 염두에 두어야 한다. 그러나