

당뇨교육캠프의 교육의 효과

당뇨병은 무서운 병일 수도 있고 그렇지 않을 수도 있다. 당뇨병 환자가 당뇨병에 대하여 제대로 이해하고 자기 자신에게 알맞게 관리해 나간다면 정상인보다 더 건강하게 수명대로 살 수 있다. 그렇지만 당뇨병을 제대로 이해하지 못한다면 당뇨병은 견디기 힘든 합병증을 초래하는 무서운 병으로 다가오게 된다. 즉, 당뇨병을 얼마나 잘 알고 있는가에 따라서 그 환자의 평생건강이 결정될 수 있다는 것이다. 당뇨병의 올바른 관리를 위한 교육이 여러 면에서 시행되어지고 있는데, 근래 교육의 효과가 증대되고 있는 당뇨병교육캠프에 대해 알아보았다.

당뇨교육캠프의 역사

당뇨병을 갖고 있는 소아들을 위한 캠프 프로그램은 인슐린의 발견 직후 시작되었는데, 디트로이트의 Wendt가 1925년 4명의 소아 당뇨 환자들을 대상으로 자신의 개인 별장에서 최초의 캠프를 열었다.

우리 나라에서는 1981년부터 전라남도 광주에서 전남대학교 의대 이태희(李泰熙)교수가 국내 최초

로 시작하여 현재까지 꾸준히 캠프를 주도해오고 있으며 경인 지역에서는 1986년 8월에 4박 5일간에 걸쳐 경기도 일산에서 제1회 캠프를 가진 후 현재는 당뇨캠프위원회(D.C.C, Diabetes Camp Commitee)를 상설기구로 구성하여 캠프에 대한 체계적인 실시와 연구를 하고 있다. 그후 소아당뇨캠프로는 전국적으로 5개 지역(경인, 광주, 대구, 부산, 대전)당뇨교육캠프와 함께 신촌세브란스 병원 소아당뇨교육캠프가 열리고 있다.

또, 성인당뇨교육캠프로는 지난 1998년에 사단법인 한국당뇨협회에서는 전국을 대상으로 한 성인당뇨교육캠프가 국내 처음으로 시도되어 현재는 제 4회 성인당뇨교육캠프가 2001년 5월 23일(수)~5월 26일(토)에 충청북도 제천 청풍 레이크 힐 호텔에서 열린다. 그리고 삼성서울병원에서 성인당뇨교육캠프도 열리고 있다.

올바른 당뇨병 관리를 위해, 사단법인 한국당뇨협회에서 당뇨병 환자와 가족들과 별도로 만나는 시간을 마련해 주고자 개최하고 있는 성인당뇨교육캠프는 당뇨인 100여명과 의료진 30여명이 참석해 올바른 당뇨관리를 3박 4일 동안 몸소 체험하는 시간으로 이루어져 있다.

성인당뇨교육캠프의 프로그램 구성

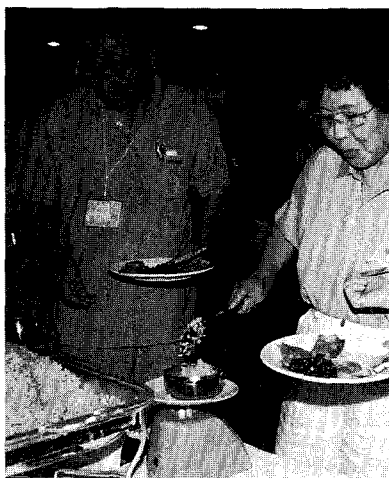
당뇨교육캠프의 목적이라고 하면 제1의 것은 1976년 미국 당뇨병학회 Committee on Camp에서 정한 바와 같이 '즐겁고 레크리에이션적인 캠프를 경험하게 하는 것'이라 말할 수 있다.

따라서 의료진들만의 힘과 지혜로는 곤란하고 반드시 사회사업가, 레크리에이션 지도자들의 적극적 참여가 있어야 한다.

여기서 사회사업 파트의 참여는 캠프들의 사회성 고양이라는 면에서 매우 필요하다. 이를 위해 사단법인 한국당뇨협회가 주최하는 성인당뇨교육캠프의 프로그램의 구성은 의사, 간호사, 영양사, 운동처방사, 사회사업사가 스텝진으로 참석해 당뇨인

의 하루하루 지켜나가야 할 식사·약물·운동요법 등 당뇨 관리법과 생활방식을 각각 교육받는 시간을 가져왔고, 당뇨취폐로 준비된 식사는 영양사의 지도로 각각 자신에 맞는 칼로리 처방대로 덜어서 먹어 자연스럽게 익힐 수 있는 시간을 가져왔으며, 한편으로, 20여명씩 4개조로 나누어서 의료분

당뇨교육캠프의 좋은 점은 개인별 및 단계별 교육, 일상생활에 근거를 둔 교육, 전문가에 의한 양질의 교육을 받을 수 있고, 당뇨조절 상태를 평가하여 새로운 치료방향을 모색할 수 있는 교육적인 면이 있다.



과, 영양분과, 간호분과, 사회분과 자원봉사 등의 스태프진이 같은 조가 되어 각기 당뇨병을 이기자라는 한마음으로 뭉쳐 진행되어졌다. 또, 하루에 네번의 혈당측정은 물론, 당뇨병 강의, 명의와의 대화, 영양사와 함께 하는 당뇨취폐, 레크리에이션, 걷기 대회 등 준비된 프로그램이 당뇨교육을 받음과 동시에 즐거움도 얻을 수 있는 3박 4일로 진행시킨다.

이로써, 동병상련의 아픔을 지닌 당뇨인과의 만남으로 긍정적 사고와 자신감을 유도하며, 레크리에이션 지도자들과 당뇨전문 의료진의 동행으로 마음껏 즐기는 휴가가 제공되는 시간이다.

성인당뇨교육캠프의 교육 효과

캠프의 본래의 의미는 야외에서 단체로 즐거운 분위기로 창조적이며 교육적인 경험을 갖는 것이다. 그러므로 당뇨교육 캠프의 주된 목적은 신체적, 심리적, 사회적 문제점을 극복하여 긍정적으로, 적극적으로 생활하게끔 도와주는 것이다. 여러 산 경험을 통해 신체적 뿐만 아니라 정신적으로 건강하게 하여 혈당조절을 적절히 하도록 하는 것도 중요하다.

‘행복한 삶이란 오래 사는 것뿐 아니라 얼마나 건강하게 사

