

당뇨인의 발, 예방과 관리만이 큰 위험 피할 수 있다!

발은 예로부터 중요시 되어온 신체의 일부이기도 하지만 가장 천대 받아온 것도 사실이다. 요사이 발이 신체, 모든 기관의 축소판으로 상당히 중요한 부분이라는 것을 인식하기 시작 했지만 자신의 발을 위해 투자하는 시간이 적은 것이 오늘의 현대인이기도 하다. 발에 투자하는 시간을 누구보다 더 충분히 가져야 하는 당뇨인들을 위해 을지병원 등을 비롯한 여러 병원이 족부클리닉을 운영중이다.

이번 달에는 개인병원이지만, 발에 관련된 여러 질환을 전문적으로 예방·치료·재활하고 있는 오쓰정형외과 족부클리닉을 찾아 당뇨인의 발관리를 알아보았다.

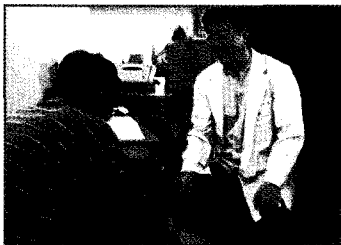
오쓰클리닉 전경

처음 들어선 오쓰정형외과 족부클리닉은 곳곳에 발관리하는 방법이나 주의해야 할 점등 여러 정보를 환자들이 보기 쉽도록 꼼꼼하게 정리한 게시물들이 전시되어 있었다. 환자들은 진료를 기다리는 시간에 여러 자료를 살펴봄과 자신에게 필요한 부분을 챙겨보기도 한다.

또 환자에게 보다 적합한 신발을 보다 정확하고 편리하게 제공하고자 부설인 오쓰신발 건강센터를 마련했다는 오상석 원장의 세심함이 보였다. 이 센터 안에는 특수맞춤 신발과 안창 등이 진열되어 있는데 진료후 환자에게 적합한 신발을 제작할 수 있다.



당뇨인이 족부클리닉을 방문하면?



진료하는 내내 환자의 발을 연신 들여다보며 묻고 대답해주는 오상석 원장은 당뇨병성 족부질환연구회 회원으로서 진료시작부터 당뇨병성 족부질환자들과 인연을 맺고 있다고 한다.

먼저 이곳을 찾는 당뇨인은 응원장의 꼼꼼한 문진 및 여러 검사를 거쳐 물리치료와 약물치료를 받는다.

당뇨인 신발이 필요한 경우 개인에게 적합한 안창을 만들기 위해 발프린트로 족압검사와 발의 모양을 석고로 뜬 후 발모양 석고를 만든다.

이렇게 안창은 발바닥 모양과 굴곡에 일치하는 기본모형을 만든 후 필요한 적절한 조작을 가하여 완성한다. 완성후 다시 응원장의 검토가 이어지게 되며, 또 다시 환자와 함께 검토가 이어진다고 하니 조금 더 꼼꼼히 할 수 있다고 한다.

당뇨병성 족부질환의 진단 방법

당뇨병성 족부질환을 진단하는 방법에 대해 설명을 부탁하자, 응상석 원장은 '당뇨병성 족부질환의 진단은 환자들이 호소하는 증상과 단순방사선 사진을 가지고 비교적 쉽게 내릴 수 있으나, 좀더 정확한 상태를 파악하고 치료 방법 및 예후를 판단하기 위해 여러 가지 검사가 필요하다'고 말했다.

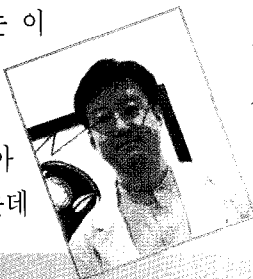


여기에는 비교적 큰 혈관의 혈액순환을 검사하는 혈관도플러, 혈관조영술이 있고 미세혈관의 혈액순환 상태는 피부체열을 측정하거나 산소분압을 측정하여 간접적으로 알 수 있고, 신경이상을 검사하는 방법도 여러 가지가 있다고 한다.

당뇨병으로 인한 족부변형은 발바닥 압력분포 변화를 가져와 궤양을 유발할 수 있는데, 이러한 압력분포에 변화가 왔는지를 확인하기 위해 전기적 족압측정기를 이용하기도 하며, 이밖에도 골주사검사, 자기공명영상, 컴퓨터단층촬영 등을 이용할 수 있다고 자세히 설명해 준다.

일 눈위가 혈당관리


당뇨병성 족부질환 치료의 진행에 대해, 응원장은 당뇨병 환자들 중에는 이상감각이나 통증으로 인해 잠을 못 이루거나 일상생활에 불편을 호소하는 증상이 아주 다양한 형태로 나타나는데



이런 증상의 치료는 초기나 중기 이전에 치료를 시작하면 가능하며, 치료제로서 여러 가지 신경보호 약물이나 혈액순환개선제, 항우울제 등을 사용해서 환자가 느끼는 불편함이나 통증을 많이 감소시킬 수 있다고 말한다. 그러나 가장 중요한 것은 역시 엄격한 혈당관리이며, 이 혈당관리가 선행되지 않은 치료는 사상누각에 불과하다고 당뇨인에게 당부한다.

응원장은 어떠한 질환이라도 최선은 예방이듯 당뇨병성 발궤양도 예방이 중요하다고 강조한다. 환자들은 당뇨병으로 인해 정상적으로 있어야 할 감각이 무디어짐으로 외부 상처로부터 발이 보호되지 않는 상태임을 인식해야 하며, 대부분의 발궤양이나 절단은 미미한 발의 상처나 사소한 부주의에서 오는 것도 반드시 염두에 두어야 한다고 강조했다.

그리고 이곳 클리닉은 그러한 관리 및 예방 그리고 재활을 함께 도와주는 역할을 수행해 나가고 있다고 말한다.

최근 들어 당뇨인의 당뇨관리에 대한 교육수준과 관심이 높아짐에 따라 당뇨병성 족부질환의 중요성을 점차 인식하고는 있다. 그러나 애석하게도 발관리에 크고 작은 일들이 생겨 문의할 곳을 찾지만, 마땅한 족부전문 치료기관이 없어 방치하거나 적절한 클리닉의 부족으로 인한 기다림에 어려움을 호소하는 당뇨인들. 호소만 하지 말고 먼저 찾아보자. 

글 김영미 기자