

국내외 언론이 전한 최신 당뇨뉴스

WHO, 아시아인 건강 최대위협은 '당뇨병'

아시아인들의 건강을 위협하는 최대요인은 조류독감 보다는 당뇨병이라고 세계보건기구(WHO) 당뇨병협력센터가 경고했다. WHO 당뇨병협력센터 폴 지메트 소장은 태국 방콕에서 열린 세계당뇨병협회 서태평양지역 회의에 참석, '지구적 차원의 당뇨병 쓰나미'가 최근 200년만에 처음으로 인간 평균수명을 단축시킬 21세기의 재앙이라고 주장했다.

지메트 소장은 아시아 국가의 생활양식이 미국화 등의 영향으로 지구촌 건강위기의 중심이 되고 있으며, 현 추세로 가면 아시아는 당뇨병 환자로 인한 사회, 경제적 재앙에 직면하게 될 것이라고 지적했다. 지메트 소장은 또 에이즈(후천성면역결핍증) 치료제가 당뇨병을 야기하고 심장병 위험을 높이는 등 당뇨병과 전염병 치료를 위한 새로운 연구들도 좋은 성과를 거두지 못하고 있다고 강조했다.

WHO는 각국이 시급하게 만성적 질병 예방 및 치료를 위한 조치를 취하지 않으면 향후 10년 내에 전 세계에서 3억8800만명이 당뇨병과 심장병 등 만성질환으로 사망할 것으로 경고했다.

혼자 사는 여성, 제 2형 당뇨병의 위험 증가

노년기에 혼자 사는 여성의 경우 제 2형 당뇨병의 위험이 증가된다는 연구결과가 발표되었다. 스웨덴에서 461명의 여성을 대상으로 2년여 동안 실시된 이번 연구결과 혼자 사는 여성들의 경우 가족들과 같이 사는 여성들에 비해서 제 2

형 당뇨병의 위험이 3배 정도 증가하는 것으로 나타났다.

연구진은 이러한 결과가 혼자 사는 여성들의 라이프스타일과 연관된 것으로 보고 있는데 예를 들어서 혼자 사는 여성들의 경우 흡연을 하는 경우가 많았고 연구가 수행되는 동안에도 금연을 한 여성들이 거의 없었던 것으로 밝혀졌다. 이번 연구를 수행한 스웨덴 룬드 대학의 리드펠트 박사 연구진은 흡연을 할 경우 인슐린에 대한 저항성이 증가되어 당뇨병의 위험이 증가하는 것으로 추측하고 있다. 이번 연구에 참여한 여성들은 50~64세의 여성들로 포도당에 대한 내성이 정상적으로 작용을 하지 않는 당뇨병의 전조증상을 보였던 사람들로 연구진은 연구를 시작하면서 이들에게 식사조절, 운동 및 금연 등을 통해서 당뇨병으로 진행되는 것을 피할 수 있도록 조언하였다.

그 결과 연구를 종료할 당시 이들 중 12%에서 제 2형 당뇨병이 발병된 것으로 집계되었는데 혼자 사는 여성들의 경우 유전적요인, 혈압 및 콜레스테롤 수치 등을 포함한 신체적인 요인에 상관없이 당뇨병의 위험이 크게 증가된 것으로 밝혀졌다. 특히 이들 혼자 사는 여성의 경우 흡연습관이 당뇨병과 크게 연관된 것으로 나타났고 또한 식사 및 음주습관도 당뇨병의 위험 증가에 기여하는 것으로 밝혀졌다. 연구진은 혼자 사는 여성들의 경우 사회적으로 고립된 생활을 하는 경우가 많아서 이러한 라이프스타일이 당

뇨병의 위험증가와 연관된 것으로 보이며 혼자 사는 여성이라도 교육수준이 높고 수입이 많은 여성들의 경우는 이상적인 라이프스타일을 영위하는 경향이 있어서 이러한 당뇨병의 위험이 상대적으로 크게 증가하지는 않는 것으로 나타났다고 덧붙였다.

비타민과 미네랄, 당뇨병성 신장병에 도움을 줄 수 있어

의학잡지 '당뇨병 치료(Diabetes Care)' 지에 이란 연구자들이 보고한 바에 따르면 제 2형 당뇨병 환자들에서 비타민 C와 E 그리고 미네랄을 보충하는 것이 사구체 신기능을 개선한다고 한다. 테헤란에 있는 샤히드 베헤쉬티 의과대학의 파비드 박사와 동료 연구자들은 여러 연구들에서 항산화제가 당뇨병성 신장병에 도움이 될 수 있다는 것이 제시되었으며 또한 마그네슘 결핍이 미세알부민뇨증과 관련된다는 것이 입증된 바 있다고 언급했다.

연구진은 이를 탐구하기 위해 제 2형 당뇨병을 가진 69명의 환자들에서 비타민 C와 E 그리고 마그네슘과 아연 병합요법이 상승작용을 갖는지 여부를 평가하였다. 연구 대상자들은 무작위 선별되어 비타민 보충만 받는 집단, 미네랄 보충만 받는 집단, 비타민과 미네랄 두 가지 모두를 보충받는 집단, 혹은 위약을 투여받는 집단으로 나뉘었다.

연구 3개월째에 사구체 신기능의 지표인 소변의 알부민 배설량이 비타민 투여군과 병합투여군에서 감소되어 신기능이 호전되었음을 보여주었다. 그러나 소변의 N-아세틸-베타-글루코사미니다제 활성도에는 유의한 변화가 없어서 신

장내 관의 기능에는 아무런 영향을 미치지 않았음을 확인할 수 있었다. 수축기 혈압, 이완기 혈압 그리고 평균 혈압은 병합 투여군에서 유의하게 감소하였으며 공복시 혈당치도 마찬가지로였다. 고밀도지단백 콜레스테롤 농도와 아포지단백 A1 농도도 병합 투여군에서만 유의하게 증가하였다. 연구진은 비타민 보충과 비타민과 미네랄 병합보충이 제 2형 당뇨병환자들에서 신장의 사구체 기능은 개선시키지만 관 기능은 개선시키지 않는다고 결론지었다.



엄마의 스트레스, 자식 당뇨병 관련 자가면역 야기

엄마가 정신적으로 스트레스를 주는 심각한 경험을 할 경우 그 자식에게 당뇨병을 야기할 수 있는 자가면역을 유도한다는 내용의 흥미로운 연구결과가 발표됐다. 이번 연구는 스웨덴의 과학자들이 수행했으며 연구결과는 미국당뇨병협회가 발간하는 학술지 '당뇨병 치료(Diabetes Care)'에 게재됐다.

연구결과의 요지는 엄마가 경험하는 정신적인 스트레스가 아이의 당뇨병 관련 베타세포 파괴를 야기하는 자가면역 촉발과 진행에 관여한다는 것이다. 연구진은 5,986명의 소아들을 대상으

로 엄마가 이혼이나 폭력같은 심각한 스트레스를 경험할 경우의 영향을 조사, 분석했다. 이 과정에서 그 자식들이 당뇨병과 관련된 자가면역을 25세의 나이에 경험할 위험이 약 세배 정도 높아지는 경향을 확인할 수 있었다.

이 같은 변화가 생기는 이유를 이론적인 측면에서 살펴보면 코티솔의 농도가 증가하여 인슐린 저항성이 늘어난 것으로 풀이할 수 있다. 인슐린 저항성이 발달하면 인슐린을 생산하는 베타세포가 스트레스를 받게 되고 그 결과 당뇨병을 일으킬 수 있는 자가면역 반응이 소아에게 나타나는 식이다. 다만 이 같은 기작에 의한 영향은 유전적인 소인을 갖고 있는 소아에 제한적으로 나타날 가능성이 많다. 그러나 엄마의 정신적인 스트레스와 자식의 자가면역 사이의 관계를 지금까지 제 1형 당뇨병에 대해 규명된 다른 어떤 위험인자로도 설명하기 어렵다고 연구진은 밝혔다. 참고로 제 1형 당뇨병 관련 위험인자로는 부모의 나이가 많을 경우와 소아기 감염을 경험했을 때, 체중, 제왕절개 여부, 신생아 집중치료 등이 알려져 있다. 이 같은 내용은 정신적인 스트레스 자체가 제 1형 당뇨병 위험을 높이는 위험인자로 인정되어야 한다는 것을 의미한다.

영국의 숨겨진 당뇨병

잉글랜드의 당뇨병환자 중에서 1/4이 진단되지 않은 채 방치되고 있다는 연구결과가 나왔다. 40세 이상의 당뇨병을 앓은 경험이 있는 여성 중에서 45%가 진단되지 않았다고 보건보호위원회가 보고했다.

영국의 국립의료서비스 감시단체(NHS watch-

dog)는 잉글랜드의 250,000명의 환자와 1,700명의 일반의 그리고 47개의 병원조합을 대상으로 2003~2004년에 감사를 실시했다. 잉글랜드에서 170만명 이상의 사람들이 당뇨병을 앓고 있으며 이들 중에서 75%가 비만과 연관된 제 2형 당뇨병이다. 캠페인을 벌이고 있는 사람들은 국립보건서비스가 장기적인 부작용을 일으키기 전에 미리 이 병을 진단해야 한다고 주장하고 있다. 이 연구는 일반의의 기록과 당뇨병 숫자에 대한 병리학적인 기록을 비교한 후에 77%의 당뇨병 환자가 진단되었으며 이러한 상황은 40대 이상의 여성의 경우 55%로 감소하였다. 이것은 나이가 많은 여성의 경우 심장질환을 앓고 있는 환자들만이 조직적인 당뇨병을 검사를 하고 있고 이 대상은 주로 남성이기 때문에 여성들의 경우는 진단되지 않고 있다.



감시단체는 또한 50% 미만의 당뇨병을 진단받은 사람들은 당뇨병의 장기적인 부작용 중에 하나인 눈 합병증에 대한 시력검사를 하지 않고 있다는 사실을 발견했다. 일부

55%의 당뇨병환자는 공식적인 가이드라인을 따라 혈당수치를 관리하지 않고 있는 것으로 밝혀졌다. 감시단체는 매년 포도당과 콜레스테롤 그리고 혈압수준에 대한 검사가 거의 모든 환자를 대상으로 이루어져야 한다고 밝혔다. 