



## 합병증 환우의 조언

문성호 당뇨인 (제 2형 당뇨병 20년차)

# “당뇨병환자는 병원가는 것 미루면 안돼!”

당뇨병은 단순한 질병이 아니다. 당뇨병으로 인해 생긴 망막증은 실명의 가장 큰 원인이 되고 있고, 다리 절단에 있어서도 당뇨를 가장 흔한 원인으로 꼽는다. 하지만 더 무서운 것은 실명이나 절단의 지경에 이르기까지 특별한 증상으로 이를 예고하지 않으며, 발견 후 손 쓸 겨를도 없이 상당히 급속도로 진행이 된다는 것이다. 이를 호소하는 당뇨인이 있어 기자가 만나봤다.

### 작은 증상도 대수롭지 않게 생각 말아야

갑자기 눈의 핏줄이 터져 두 달 만에 실명을 하고, 발에 상처가 난 후 두 달도 채 안 되어서 절단을 하게 됐다는 문성호 당뇨인. 그는 어떤 특별한 병력이 있어서 장애인이 된 것이 아니었다. 단지 당뇨병이 있었던 것. 대수롭지 않게 생각하고 방치했던 당뇨가 그를 눈 멀게 하고, 의족에 의지하게 했다

**어느 날 갑자기 찾아온 망막증**

“아프거나 괴로운 증상이 있었으면 바로 병원에 갔었을 것인데요. 하지만 모든 것이 갑작스럽게 일어났습니다” 며 문씨는 그때의 상황을 이야기 했다. 그는 20년 전 직장의 건강검진을 통해 혈당이 높다는 이야기는 들었지만 혈당관리를 하지 않았다. 그 후 15년이 지나 종아리 부분에서 찌릿찌릿한 증상이 조금 느껴졌지만 이 또한 참을 만 해 놔두었다. 그러던 중 거제도 여행을 간 그는, 밤에 시골 동네를 걸을 때 앞이 잘 보이지 않았다. 하지만 이때에도 그저 시골의 밤이라 워낙 캄캄해서 앞이 어두운 것이라니 하고 이상하게 생각지 못했다.

잠깐 자고 일어나서 눈을 떠보니 아지랑이 같은 것이 아른아른 거리더군요. 그때에는 그냥 ‘자다가 갑자기 깨서 그런가 보다’고 생각하며 집에 왔죠. 그런데 아침에 눈을 떴을 때도 계속 보이는 것인데요.

집 근처 병원을 방문했고, 큰 병원으로 옮겨져 그곳에서 의사로부터 들은 말은 ‘당뇨병성 망막증’.

“거제도 갔다 와서 바로 병원에 갔었어야 했어요. 그 두 달 뒤에 문제가 터졌죠. 대전에서 서울 오는 기차 안이었는데 잠깐 자고 일어나서 눈을 떠보니 아지랑이 같은 것이 아른아른 거리더군요. 한쪽 눈의 핏줄이 터져있었어요. 그때에는 그냥 ‘자다가 갑자기 깨서 그런가 보다’고 생각하며 집에 왔죠. 그런데 아침에 자고 일어나 눈을 떴을 때도 그 아지랑이가 계속 보이는 것인데요. 물에 잉크를 떨어뜨리면 퍼지는 것처럼 그런 모양들이 보였습니다” 라고 말한 문성호씨는 그 증상이 있고 나서야 집 근처 병원을 방문했고, 큰 병원으로 옮겨졌다. 그곳에서 의사로부터 들은 말은 ‘당뇨병성 망막증’. 그 후 병원에 입원을 하고 여러 가지 치료를 했지만 결국 2개월 만에 핏줄이 터진 눈이 실명이 됐다. 다른 한쪽은 아직 망막증까지 오진 않았지만 망막증의 위험률이 높은 상황이라 같이 치료를 했었으나 결국 녹내장이 찾아와서 거의 동시에 양쪽 눈의 실명을 겪어야 했다.

당뇨병성 망막증	녹내장
<p>망막의 모세혈관이 막히거나 미세 부위가 터져서 출혈이 생기며, 전혀 증상이 없다. 혈관 손상이 계속 진행되고 손상 부위가 확대되면 혈관에서 영양분을 공급받던 시신경이 손상을 받게 되어 시력이 감소되다 실명을 하게 된다.</p>	<p>공기가 너무 많이 들어가 축구공처럼 눈 안의 압력, 즉 안압이 높아지는 상태를 말한다. 증가된 안압이 지속되면 시신경이 손상되고 시력이 감소, 실명하게 된다. 당뇨병성 망막증이 지속되거나 유리체 절제술, 백내장 수술 후에 야기 되는 경우도 있다.</p>

**아주 작은 발 상처의 비극**

문성호씨의 다리 절단도 너무나 뜻밖에 일어났다. 전부터 종아리에 찌릿찌릿하게 전기가 오는 정도의 증상은 있었지만 일시적인 현상일 뿐 그것이 당뇨

때문에 나타나는 증상이라고는 생각을 못해 역시 병원치료를 받지 않았다. 그런데 어느 날 문씨는 실명 된지 2년 후 앞이 전혀 보이지 않는 상태에서 집 안에서 걸다가 작은 유리조각을 밟았다. 엄지발가락 쪽의 아주 작은 상처라 '곧 없어지겠지' 하며 10일 정도 방치했다.

“제가 그때 안 보이는 상태라 내 발이 어떤지 알 수 없었어요. 그런데 가족들이 발이 까맣게 색이 변한다고 하더라고요. 그래서 바로 집 근처의 병원에 갔습니다. 그런데 그때에도 큰 병원에 옮겨졌어요. 망막증 발견했을 때와 비슷한 상황이었죠. 입원을 하고 한 달 반 정도 약물치료, 시술 등 발을 살리려고 온갖 노력을 했지만 결국엔 무릎 밑 10cm 정도까지 절단을 하게 됐습니다.” 정말 순식간이었다고 한다. 살짝 굵힌 정도의 상처였는데 발 전체가 새까맣게 썩는 데는 두 달도 채 걸리지 않았다.

### “건강 체질 너무 믿지 마세요!”

문성호씨는 30대 초반 건강검진에서 당뇨병의 위험이 있다는 말을 들었지만 반응하지 않았다. 평소 감기 한 번 걸리지 않는 건강 체질을 자신하고 있었기 때문.

“그때에는 정말 건강했어요. 당뇨병이란 것이 어떤 질병인지도 몰랐고, 아무런 불편증상이 없었기 때문에 대수롭게 생각하지 않았죠. 10년, 15년이 지나서도 어떠한 이상증상도 인지하지 못했습니다.”

이렇게 오랫동안 당뇨병 관리를 하지 않은 문씨에게 당뇨병 위험 진단 16년 후 목마름과 체중감소, 종아리 저림 증상 등이 나타났다. “망막증으로 입원을 하기 전까지는 혈당관리라는 것을 전혀 하지 않았습니다. 직장을 다니는 터라 운동도 못했죠. 처음부터 당뇨병의 무서움을 알았다면 이렇게 까지 되지는 않았을 텐데, 이제 손주 얼굴도 못 보는 것이 제일 안타까워요”라며 문씨는 후회를 했다.

이런 문성호씨가 당뇨인들에게 하고 싶은 말이 있다며 기자에게 당부했다.

“자신에게 당뇨가 있다는 것을 안다면 건강에 대해 스스로 판단하지 마세요. 그리고 병원에 가는 것을 절대 미루어서는 안 됩니다. 아주 작은 증상이나 상처라도 가볍게 보지 말고 바로 병원에 가서 조치 받으세요. 내가 장애인이 되고 나서 알게 된 것이 있는데, 우리 사회에는 선천적인 장애인보다 후천적인 장애인이 훨씬 더 많습니다. 건강할 때 조심하는 것이 중요합니다. 하지만 장애나 당뇨병이 있다고 너무 움츠러들지는 마세요. 그 자체를 인정하고 지금부터 잘 관리합시다!”



집안에서 걸다가 작은 유리조각을 밟았다. 엄지발가락 쪽의 아주 작은 상처라 '곧 없어지겠지' 하며 10일 정도 방치했다. 살짝 굵힌 정도의 상처였는데 발 전체가 새까맣게 썩는 데는 두 달도 채 걸리지 않았다.

글 / 광정은 기자