

| 당뇨병망막병증 환자 인터뷰 |

“증상 없더라도 정기검진 꼭 받으세요”

제 1형 당뇨병 15년차
박종우 (35세)

사람의 얼굴을 보려면 여러 번 이고 뺨히 쳐다봐야 겨우 볼 수 있다. 오른쪽 눈은 그나마 나은 상태다. 왼쪽 눈은 사물이 찌그러져 보이고 가운데 부분은 회색으로 보인다. 사물을 거의 분간할 수 없어 사실상 실명상태다.

오랫동안 봐온 사람들이야 금방 알아채지만, 낯선 사람을 볼 때면 몇 번이고 히긋히긋 조심스럽게 쳐다보는 습관이 생겼다. 괜시리 뺨히 쳐다봤다 오해라도 받을까 싶어서다. 그러다보니 언제 부턴가 입고 있는 옷의 색깔이나 목소리로 사람을 기억한다.

“한 번은 길을 건너려는데, 신호등이 안 보이는 거예요 신호등을 못 찾아서 한참이나 헤맸어요.”

제 1형 당뇨병 15년 차 박종우(35세) 씨 얘기다. 박 씨는 11년 전 당뇨 망막병증으로 실명위기가 지났었다.

건강하던 그의 인생을 송두리째 바꿔 놓은 것은 당뇨병 진단을 받고 나서부터이다.

고등학교 때까지만 해도 어디 아픈 곳 하나 없이 건강했었던 박 씨는 스무 살 때 당뇨병에 걸린 사실을 처음 알게 됐다.

“고등학교 때 신체검사에서 당이 있다고 하기에 병원에 가서 검사를 받았어요. 그 때만 해도 혈당이 우려할 정도로 높은 편도 아니어서 약만 잘 먹으면 자연스럽게 알아서 치료가 되는지 알았죠. 심각하게 생각하지 않았고 당뇨병을 우습게 봤던 것 같아요.”

그러다보니 나아지기보다는 건강은 더 악화되었다. 잦은 갈증과 함께 화장실은 설새 없이 들락거리고 체중은 갈수록 빠졌다.

“요즘이야 병원마다 당뇨교실이 있어 교육을 받을 수 있는 곳이 많지만 그 당시만 해도 당뇨병은 잘 알려져 있지 않아서 따로 관리하는 방법을 알지 못했어요. 갈증이 계속해서 나니깐 물 보다는 주로 콜라나 사이다, 우유를 마셨어요. 그러니 몸이 더 안 좋아질 수밖에요.”

당뇨병 증상이 심해지자 후로 인슐린 치료를 시작했지만 쉽지 않았다. 혈당관리를 하려면 꾸준하게 인슐린 치료를 해야 하지만 거르기 일 수였다.

그 후로 일을 하게 되면서 관리는 더욱 어려워졌다. 사회생활을 하면서 자연스럽게 술과 담배와 가까워졌다. 회사에도 당뇨병이 있다는 사실을 알리지 못했다. 일을 하지 못하는 불상사나 불이익을 당하지 않을까 하는 걱정이 들어서였다. 마음 놓고 편히 당뇨관리를 할 수 없었다.

“인슐린을 아침에만 맞고 어쩔 땐 화장실가서 몰래 맞은 적도 있어요. 회사에서 하는 종합검진 때 당뇨가 있다는 사실이 자연스럽게 알려지면 숨기고 있다가 그때서야 어렵사리 말을 꺼냈어요.”

힘들게 일을 하던 어느 날 걸음도 제대로 못 걸을 만큼 다리에 극심한 통증이 느껴졌다. 신경합병증으로 6개월을 입원했다. 불행은 거기서 그치지 않고 연속적으로 이어졌다.

“퇴원하고 집에서 쉬면서 만화책을 보는데, 글자와 그림이 겹쳐서 보이는 거예요. 눈도 따갑고 침침하게 보였어요. 안과를 가야겠다는 생각이 들었는데, 그 상태로 3~4개월을 방치했던 것 같아요. 그렇게 버티다보니 어느 날 아래에서 위로 검은 기운이 보이는 거예요. 마치 물에 물감을 넣으면 퍼지는 것처럼 말이죠.”

급히 병원을 찾았지만 이미 상당히 진행된 상태에서 손쓸 틈도 없이 실명을 피할 수 없다는 절망적인 말을 들었다. 하루아침에 눈이 안 보인다고 생각하니 정말이지 앞이 캄캄했다.

안과 전문병원을 찾아 곧장 레이저 치료를 받았다. 눈이 따끔하고 시려웠다. 가까스로 응급상황을 모면할 수 있었다. 다행스럽게 어렵사리 수술을 받을 수 있다는 말을 들었다.

“신생혈관이 자라나 망막을 밀어내고 있는 상태라고 하더군요. 수술을 받으면 화장실 갈 정도는 된다고 했어요. 눈 검사를 하려고 눈동자를 키우는 산동이라는 걸 했는데 반나절동안 온통 빨갛게 보였어요. 레이저 치료 후 차츰 나아졌어요. 시키렇게 보이던 형상들이 점차적으로 사라지고 나중에는 까만 점들이 보일 정도로 괜찮아졌어요.”

레이저 치료 후 몇 달 뒤 망막수술을 받았다. 담당의는 눈 안에 구멍을 뚫어서 찌그러진 망막을 피는 수술이라고 설명했다. 수술이 잘 돼 생각했던 것보다 결과가 좋아 수술 후 시력이 0.7 까지 회복되었다.

얼마 전 그는 백내장 수술을 받았다.

“망막 수술 후 10년 뒤 쯤에 백내장이 올 거라고 담당 선생님이 말했어요. 앞이 뿌옇고 안 보이기 시작해서 백내장 수술을 받았습니다.”

현재 안약과 눈을 건강하게 해주는 영양제를 복용하고 있다.

인슐린 펌프로 혈당을 조절하고 있는 박 씨는 공복혈당이 110~120mg/dl, 취침 전 혈당이 140~200mg/dl 이다.

“심해지기 전에 증상이라도 있었으면 병원에 가서 진작 치료를 받았을 거예요. 무서운 것은 아무런 증상이 없다는 거예요. 다른 분들은 저처럼 똑같이 겪지 않았으면 합니다. 증상이 없더라도 꼭 정기적으로 검사를 받아보세요. 그리고 술과 담배는 반드시 끊어야 합니다. 다른 곳이 아파도 힘들겠지만 특히 눈이 안보이면 세상 살아가는 게 정말 많이 불편합니다. ☹️

