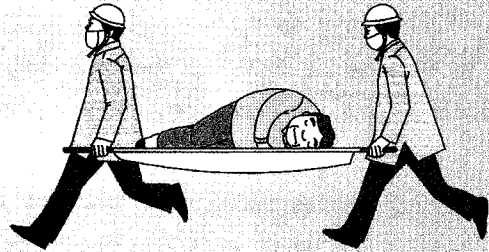




# 저혈당성 혼수로 구급차 첫 경험한 일



글쓴이/다케다 하루오·우가가쿠병원 당뇨병센터장,  
일본당뇨협회 이사


등장인물/요리다카하루끼선생(가공인물)·지하라다이중앙병원당뇨병센터장  
난또까나루(가공인물)·당뇨병 20년차,  
혈당관리에 불성실, 치료중단도 여러번,  
택시기사, 신장 170cm, 체중 63Kg의 보통체격, 58세

두 번째 입원한 후로 세 번째의 봄, 나루사가 귀가 하자마자 아들인 세이따로가 “아빠, 저 해냈어요. 합격했어요” 라고 소리 지르며 현관에 달려왔다. “그래! 잘 해냈다. 그래도 시험성적이 나쁘면 떨어질 수도 있다고 했으니깐 고등학교에서는 더 노력하여 프로를 목표로 열심히 해야 한다.” 두 사람은 서로 열싸 안은 채 기쁨을 나누었다. 15세의 세이따로는 전 일본 중학야구선수권대회에서의 활약이 인정되어 그 지방 최고의 야구명문학교로 유명한 고등학교에 입학해 해냈다.

그간 전근으로 요리다카 선생의 병원에 통원이 불편하게 된 관계로 나루사는 그로부터 근처의 병원을 소개 받아 2년 전부터 마찌노의원으로 병원을 옮겼다. 착실하게 통원치료를 계속해서인지 체중은 2년간에 73kg 까지 줄었지만, 혈당치는 높아져 당화혈색소가 8%까지 악화돼 1일 1정의 설펜요소제와 일파글루코시다제억 제제 1일 3정을 복용하였다. 그런데 얼마 전 아들이 원하는 고등학교에 입학해 축하 잔치로 정신이 없었는데, 이튿날 마찌노의원에서 진단을 받은 결과 “난또까씨 1년 전에 약을 추가하고 난 후 모처럼 좋아졌었는데, 최근에 다시 악화 되었네요. 오늘 혈당치는 공복에 160mg/dl 까지 올랐고, 지난달의 당화혈색소는 7.8% 이었습니다. 이대로라면 선배인 요리다카 선생님께 보일 면목이 없지 않습니까. 이제는 약을 증가시키지 않을 수 없게 되었습니다” 라며 설펜요소제를 1일 2정 아침과 저녁에 2회로 약물복용을 강화했다.

그러던 어느 날 나루사는 늦잠을 자버려 아침밥도 못 먹은 채 부랴부랴 출근했다. 그런데 아니나 다를까 10시 정도 되니 배가 고파 침을 수 없어서 그는 거래처를 둘러보기 위해 외출을 하고는 11시경에 외부에서 아침 약과 아침 점심 겸 식사로 배를 채웠다. 그리고 저녁 때 일을 마치고는 회식장에 도착한 다음, “오늘은

한 끼를 줄였고, 오늘 밤 성찬을 하나도 남기지 않고 먹고 싶으니까 약을 2배로 먹어두어야지”하고 나루사는 두 종류의 약을 각각 2정씩 복용해 버렸다. 그 후 지점장과 부장의 인사말이 연이어 계속된 뒤에 건배가 끝나고 식탁에는 저칼로리의 간단한 먹을거리만 놓여 있었다. 그래서 어쩔 수 없이 부주의하게 생맥주만 계속해 마셨는데, 그 결과 그는 저혈당으로 실신하고 말았다. 그가 당뇨병환자라는 것을 알고 있는 동료가 급히 사탕을 물렸는데도 회복되지 않아 결국 구급차의 신세를 지지 않을 수 없게 되었다.

나루사가 정신이 든 때는 병원의 병상에서 링거주사를 맞고 있는 중이었다. “난또가씨 정신이 드셨습니까”라는 낯익은 목소리를 듣고서야 그가 눈을 뜨고 보니 거기에는 안면이 있는 다카하시 선생의 얼굴이 있었다. 그 때 다카하시 선생은 국립신조병원 구급센터의 센터장이 되어있었다. 그로부터 “당뇨병 약을 마신 후에 탄수화물 섭취를 안 한 채 맥주만 마시면 어떻게 합니까”라고 꾸지람을 들은 나루사는 “아, 약 복용 방법도 매우 어려운 것이구나”라고 한탄을 하면서 “이제 알았으니 다음부터는 주의해야지”라고 혼잣말을 하며 자책했다. (계속) 

## 요리다까 선생의 조언

주인공과 같이 회식 시 마음껏 먹고 마시고 할 작정으로 약 복용량을 임의로 증가하면 위험하므로 절대 그렇게 하면 안 됩니다. 또 아무것도 안 먹고 알코올 만 마셔도 저혈당 위험도가 높습니다. 아래의 도표에 혈당치와 저혈당 증상의 관계를, 그리고 표에는 저혈당에 관한 주의점을 제시했으니 여러분은 구급차의 신세를 지지 않도록 주의합시다.

또한 주인공과 같이 체중이 줄었어도 혈당조절이 악화되었을 때는 당뇨병이 악화되어 취장이 약해지는 것을 나타내기 때문에 식사요법이나 운동요법을 잘 실천했는지 돌아보고 바른 식사요법과 운동요법에 힘써시다!

### 저혈당의 수치와 증상의 관계

혈당치(mg/dl)	증상
70	공복감, 허품, 구역질
60	나른한 느낌, 무기력, 사고력 저하
50	식은 땀, 두근거림, 떨림
40	의식저하, 이상행동
30	경련, 혼수상태

#### ※ 저혈당에 관한 주의점

1. 회식 시에는 약은 평상시대로 복용하고 폭음과 폭식은 삼갑시다.
2. 식사를 시작하면 알코올 외에 탄수화물도 충분히 섭취합시다.
3. 저혈당의 증상을 학습하고 가벼운 증상에는 빨리 당분을 보급합시다.
4. 알파글루코시다제억제제를 복용 중인 경우는 사탕은 효과적이지 않기 때문에 꼭 다른 당 공급 제품을 지니고 다닙니다.

출처 / 일본당뇨협회 월간지 さかえ 2009 12월호  
번역 / 이현수 회원