

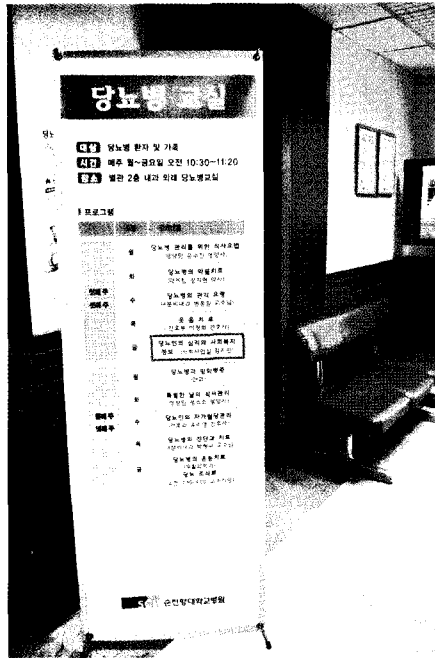
환자 맞춤 눈높이 강의 순천향대학교 서울병원 당뇨교실

당뇨병은 평생 관리해야 하는 만성질환으로 지속적인 노력과 교육이 필수적이다. 그러므로 당뇨관리를 체계적으로 하려는 모범환자라면 한 번쯤 당뇨강의를 들어보았을 것이다. 당뇨교실은 각 대학병원에서 실시하고 있는 프로그램으로 당뇨병의 올바른 지식을 습득할 수 있다. 이번 달은 순천향대학교 서울병원의 당뇨교실을 찾아 사회복지사업실 김지인 사회복지사의 '당노인의 심리와 사회복지 정보' 수업을 들어보았다.

2주간의 체계적 당뇨교육

순천향대학교 서울병원은 매주 평일 오전 10시 반부터 한 시간 가량 당뇨병환자와 가족을 대상으로 당뇨교실을 운영하고 있다. 당뇨교실은 소수의 집단을 대상으로 2주 과정의 교육을 무료로 진행하는 프로그램이다.

6월 강의 일정은 별관 2층의 내과 외래(02-709-9180)에 문의하면 자세한 사항을 알려주므로 자신이 듣고 싶은 강의를 있다면 한 번쯤 방문해서 교육을 받아보는 것이 좋겠다.



매주 월요일~금요일 당뇨병교실을 운영하고 있다.

당뇨병환자의 마음가짐이 중요

이번 강의를 맡은 사회사업실의 김지인 사회복지사는 “당뇨병을 관리하기 위해서는 정확한 정보가 필요합니다. 지피지기면 백전백승이니까요.”라며 말씀을 열었다. 이어 당뇨관리에 영향을 주는 요인으로 인슐린, 약, 스트레스, 운동 등이 있으므로 다방

면에 가족분들도 같이 교육에 참여하여 당뇨병의 정보를 얻고 환자와의 감정을 공유하는 것이 중요하다.”고 전했다. 이러한 과정이 지나고 마지막 수용의 단계에 오면 비로소 당뇨관리의 자각과 실천을 하게 되고 당뇨를 내 삶의 동반자로 인식하여

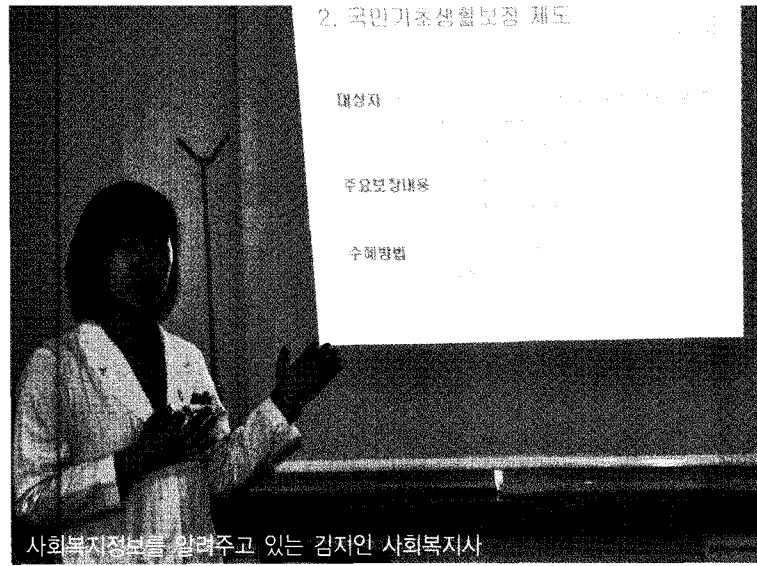
면으로 공부해야 할 것을 강조하였다. 이어 스트레스가 쌓이면 에피네프린이 분비되고 이 상태가 지속되면 코티솔이 분비되는데, 코티솔은 인슐린 작용을 방해하여 혈당을 증가시키고 합병증을 일으키므로 자신만의 스트레스 해소법을 갖는 것이 중요하다고 전했다. 이어 당뇨인의 심리 수용과정에 대한 수업이 이어졌다. 심리적 수용과정은 부정-두려움-분노-죄책감-우울-수용의 총 6단계이다. 김지인 사회복지사는 “분노의 단계에서 가족 간의 불화가 최고조에 이르기 때

당뇨관리가 삶의 일부가 된 상태에 이르게 된다.

당뇨병 이제 즐기자

이에 김지인 사회복지사는 “수용의 단계에 오면 당뇨를 즐기게 됩니다. 당뇨를 병으로 인식하지 말고 즐기는 것이 중요합니다.”고 전했다. 같이 수업을 듣는 대부분의 환자 역시 수용의 단계로 “처음 당뇨병을 진단받았을 때는 부부싸움도 많이 하고, 가족 간의 불화가 깊었지만 지금은 식이요법을 철저히 지키고 운동도 열심히 하고 있다. 이제는 당뇨관리를 즐겁게 하고 있다.”며 당뇨관리에 마음가짐이 중요하다는 것에 동의하였다. 마지막으로 김지인 사회복지사는 “당뇨관리는 건강하고 오래 살기 위한 방법과 같기 때문에 내 삶의 또 하나의 기회일 수 있으니 혈당관리를 열심히 하여 건강히 삽시다.”라는 말을 전하며 강의를 끝마쳤다.

당뇨 19년 차인 유순주(69세)씨는 “당뇨병 발병 이후 처음으로 당뇨교육을 들었는데, 유익한 정보가 많아서 이번 주 내내 강의를 듣고 있다.”며 당뇨 강의를 한 번도 들은 적이 없다면 꼭 한번 와서 교육을 받아보라고 적극 추천하였다.



사회복지정보를 알려주고 있는 김지인 사회복지사

말 못할 고민이 있다면

순천향대학교 서울병원의 사회사업팀은 환자와 환자 가족이 갖는 가족 간의 문제, 사회적·경제적 어려움의 해결을 돕고 있다. 특히나 심리·사회적 문제(만성질환이나 장애로 인한 심리적 어려움), 사회 복귀 및 재활문제, 지역사회 지원연결문제, 경제적 문제, 집단 상담 및 치료 등의 상담서비스를 하고 있으니 관심이 있으신 분들은 한번 상담을 받아 보는 것이 좋겠다. ☎

글/ 김선주 기자

당뇨병환자의 사회복지 정보

1. 국민기초생활보장 제도

- 대상자 : 부양의무자가 없거나, 있어도 능력이 없어 부양을 받을 수 없는 자
소득과 재산기준이 최저생계비 미만인 자
- 주요보장내용 : 현금급여 : 최저생계비 기준에 적용하여 지원
의료급여 : 급여 1종, 2종
- 수혜방법 : 거주지 동사무소 사회복지 담당자와 상담 후 신청 / 구비서류 제출 후 약 3~4주 소요

2. 의료비지원단체(사립재단, 협회 등)

- 대상자 : 국민기초생활 수급자 또는 저소득으로 치료비 마련에 어려움이 있는 환자(소득, 재산, 가정상황 등의 기준은 단체별로 상이)
- 주요지원단체 : 사회복지공동모금회, 한국실명예방재단, 한국심장재단, 사랑과행복나눔재단 등
- 신청방법 : 사회사업팀 상담 후 지원기준에 해당할 경우 신청 / 단체에 따라 사회사업팀 또는 동사무소를 통해 신청
구비서류 제출 후 2~3주 소요(지원결정 후 퇴원 원칙)

3. 순천향나눔회

- 재원 : 순천향대학교 서울병원 교직원들이 치료비마련에 어려움이 있어 치료를 받지 못하는 환자들을 위해 매월 월급의 일부를 기부
- 대상자 : 국민기초생활 수급자 또는 저소득으로 치료비 마련에 어려움이 있는 환자(소득, 재산, 가정상황 근거 점수 기준)
- 지원금액 : 20만원~최대 200만원
- 신청방법 : 사회사업팀 상담 후 지원기준에 해당할 경우 신청 / 구비서류 제출 후 2~3일 소요(지원결정 후 퇴원 원칙)