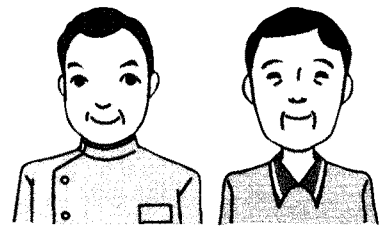


사가에 당뇨소설 연재 신발이 점점 맞지 않게 돼

글쓴이/다케다 하루오 · 우가가꾸병원 당뇨병센터장, 일본당뇨협회 이사

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



〈지난 줄거리〉 난또까시는 58세로 망막증 수술을 선고 받을 지경에 이르러 40세부터 생활 상태를 돌이켜보기로 했다. 발병 당초는 '가꾸베니'의 상사원이었으나 48세 때 택시기사로 전직했다. 그 후 가벼운 망막병증, 신경장애, 궤양, 괴저 등 합병증을 경험했으나 다행스럽게도 최악의 상태까지는 이르지 않았다.



50세의 나루사가 산뜻한 기분으로 신년을 맞이한 새해 날, 딸인 나루요가 성년식에 참여하는 나이가 되어 있었다. 그리고 성년식 당일 이른 아침부터 미용실에 간

마를 능가하는 미인이 되었구나!” 라고 그가 말하니 “당신도! 내가 옛날부터 별거 아니라는 것 같은 말 투네요!” 라고 아내가 투정했다.

“미안, 미안!” 하고 아내에게 사과하면서 “모처럼 근처 사진관에 가서 기념사진을 찍을까”하고 가족을 이끌고 나섰다.

2월에 들어서면서 아들인 나루따로가 드디어 ‘낙승 베이스’의 일원으로 봄 캠프에 참가하여 스포츠 잡지나 TV 등에 등장하게 되었다.

연습 시간이나 시험 전에 자주 안타를 쳐 개막부터 일군에서 활약여부가 화제가 되기도 했으나 결과는 아쉽게도 2군의 스타트가 되었다. 그 이유는 주전 투수급의 피처로부터 날아오는 공을 좀처럼 쳐낼 수 없어서 타율이 저조했고 수비의 미쓰가 자주 일어났기 때문이었다.

실망하는 아들에게 나루사는 “아쉽지만 괜찮다! 나

딸이 돌아 온 것을 본 나루사는 깜짝 놀랐다. “바로 얼마 전만 해도 어린 티가 가시지 않은 귀여운 여자아이였는데, 어느새 어엿한 미인이 되었구나! 젊었을 때의 엄마를 닮았다고 할까, 오히려 엄

루따로! 아직 나이가 어려 힘이 달린 것 뿐 이다. 2 군에서 착실히 단련을 받아 1~2년 지나면 1군이 될 수 있을 거야!”라고 말을 건넸다.

나루사는 이제까지 작업용으로 신은 구두가 모두 편하지 않아서 봄에 어쩔 수 없이 한 치수가 큰 것을 사신지 않으면 안 될 처지였다. 그랬는데도 2~3개월 되니 아침에는 간신히 신은 신발이 오후에는 불편하게 되어 우연히 보니까 무릎부터 아래가 팽팽하게 부어 있는 것을 발견했다.

“택시 운전으로 하루 종일 앉아만 있어서 일까?”라고 생각하며 마찌노 병원으로 가서 진찰을 받은 결과 “이거 안 되겠는데요. 발뿐만 아니라 얼굴도 부어있고 단백뇨도 2+이고 신장합병증이 매우 많이 진행된 것 같습니다. 급히 혈액 검사를 해봅시다!”며 채혈을 하고 부종을 낮게 하는 이뇨약을 처방받았다.

며칠 후 결과를 알기 위해 가니 ‘당뇨병성 신증을 동반한 네푸로제 증상’이라는 진단으로 관리 영양사로부터 신증식의 식사요법에 대한 지도를 받게 되었다.

부부가 함께 지도를 받고 돌아오는 길에 “아! 수분 제한으로 맥주는 금지, 단백질 제한으로 고기와 생선도 소량만, 한 술 더 떠 염분제한으로 소금기 없는 맛있는 맛만 먹어야 되니 어떻게 하지?”라고 탄식했다.

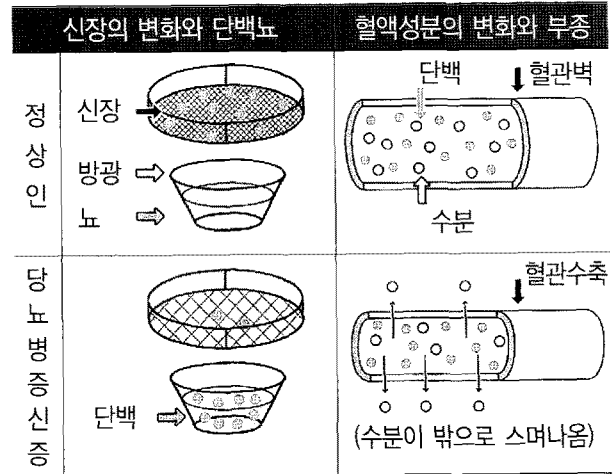
그러나 나루에로부터 “그래도 여보! 크레아틴 수치가 1.2라서 아직 신부전 초기래요. 식사 제한이라고 하지만 아주 가벼우니 노력에 따라 정상화 되는 경우도 있대네요.”라는 말을 듣고 “그래? 그러면 당분간 힘껏 노력해 볼까”라고 대답하는 나루사였다. (계속)

나리다까 선생의 조언

주인공과 같이 손과 다리에 부종이 나타난 후에도 조기에 대처해 개선될 경우도 있지만 대부분 진행하기 마련입니다. 조기 신증 발병되기 전에 예방이 중요합니다.

단백뇨와 부종이 일어나는 방법을 도표로 제시합니

다. 신장은 채로 비유되지만 정상인의 채는 눈금이 총총하여 혈중 단백뇨가 새지 않기 때문에 혈중의 단백질량은 정상입니다. 그러나 신증이 진행되면 단백질 거침없이 소변을 통해 나오게 됩니다. 그 때문에 혈중의 단백질량이 감소해져 수분이 혈관 밖으로 스며 나오면서 부종의 원인이 되는 것입니다. 당뇨병 신증의 진단, 악화방지법을 표로 제시하니 신증이 발병 및 진행이 되지 않도록 노력합시다.



[도표 : 단백뇨와 부종의 발생방법]

※당뇨병 신증의 발병, 진단, 악화 방지법

- 가장 중요한 것은 혈당조절입니다.
(당화혈색소 6.5% 미만)
- 다음 중요한 것은 혈압조절입니다.
(혈압 130/80mgHg 미만)
- 노중 알부민이 양성이라고 판정되면 주의를 요합니다. 조기 신증 악화 예방을 위한 약물을 복용해야 합니다.
- 단백뇨가 나오기 시작하면 빨리 염분제한(7g/일)과 단백질 제한식을 시작합니다.(0.8g/kg/일 예를 들면 체중 50kg 의 사람은 40g/일)
- 부종이 강해지면 수분도 삼가야 합니다.
- 신부전으로 혈청 칼륨(K)가 높다고 진단되면 칼륨을 제한해야 합니다.(과일과 생야채 제한)※

출처/일본당뇨협회 월간지 さがえ 2010년 4월호
번역/ 이현수 회원