糖尿病이 急增하고 있다

"4명중 1명은 發病의 素質충분히 있다"

<下>

盧永民
<成人病豫防協會 회장·盧永民內科醫院 長·醫博>

어떻게 막아야하며 그豫防과 治療對策 무엇이 좋은가

基本的인食事 運動療法 절대遵守

단순히 藥에만 依存하려는 傾向은 止揚토록
食事制限코 血糖降下劑 다량 投與는 삼가야

糖尿病은 糖尿病이 나온다고 全部마다 糖尿病이 아니다. 糖尿病患者는 糖만나오는 것이 아니고 原則的으로 血糖値가 높아야한다. 그러므로 尿糖이 나오게되면 반드시 血糖檢査를 해봐야할것이다. 반드시 血糖値가 정상인데 尿糖이나 오는경우는 糖尿病은 아니고 腎性糖尿이다. 간단히말하자면 腎臟이 血液中의 정상적인 糖分까지는 小便으로 내보내는 결과인데 害도없으니 따라서 治療의 필요도없다. 어쩌다한번 尿糖이 陽性으로 나타났다가 그후몇번 檢査해도 나오지않으며 물론 血糖値도 정상인 예도 있다. 이런것을 一過性糖尿라고 한다. 이런일은심한 「스트레스」를 받았을때 극도로 피로했을때, 밥을 過食했을때 나타나는 현상이다. 大學入試라든가 入社試驗때 尿糖이 나오는이런例가 꽤많은것이다

腎性糖尿와 一過性糖尿인 사람은 장차 糖尿病이될 素質을 가지고있을지 모르니 定期的으로 經過를 관찰할 필요가있으나 一應은 糖尿病은 아니기때문에 치료를할 필요는없다. 최근 內服血糖降下劑로 인한 事故가 문제되고 있는데 그중몇%는 이러한경우에 藥을 服用시킨 결과로온 사고일 것이다.

血糖値는 정상이아니나 糖尿病이라고할 程度가 못되는 예도있다. 이런경우를 血糖境界型이라고 한다. 이런경우 일부 명백하게糖尿病의 素質이있거나 糖尿病特有의 細小血管症을 認定하게되면 糖尿病으로 간고되지만 그렇지않으면 역시 經過만이라도 관찰을 필요로하는 그룹이라하겠다. 糖尿病환자의 血糖値는 食後상승해서 시간이 경과해도 잘내리지 않는것이 보통이다. 그런데食事직후 血糖値가 급상승하고 또 순식간에 下降하는수도 있다. 이것은 急峻高血糖이라고 불리우며 이런경우는 胃潰瘍으로 胃를 적출한사람(肝臟病 甲狀腺機能亢進症)에서 볼수있다. 역시 糖尿病은 아니지만 결국은 糖尿病으로 移行하는例와 輕症糖尿病일때도 이런형을 볼수있다.

그리고 血糖値가높아 糖尿病이라고 생각되는 중에서도 유전과 관계없이 발생하는 수도 있다. 이런것을 보통 糖尿病