

“한마음으로 건강하게 살아갑시다”

소아당뇨병 캠프를 통해 새로운 용기와
희망을 배우는 당뇨병어린이



최근들어 관심의 대상이 되고 있는 어린이 당뇨병. 이것은 흔히 평생 짊어져야 하는 고난의 십자가이며, 활동도 제대로 하지 못하는 질병으로 생각되고 있다.

그러나 이것이 얼마나 잘못된 인식인지를 알려주는 어떤 모임이 있다.

뜻있는 의사, 간호사, 사회사업가 등이 힘을 합해, 자신들의 여름휴가를 투자해 5년째 열고 있는 어린이 당뇨 여름 캠프가 바로 그것이다.

어린이 당뇨의 올바른 관리법과 함께 즐겁게 운동하고 건강하게 사는 방법을 다양한 프로그램을 통해 가르쳐주고 있는 이 캠프는, 당뇨를 앓고 있는 아이들에게 이제껏의 슬픔, 좌절, 잘못된 생각, 소극적 생활태도로부터 벗어날 수 있는 새로운 용기와 희망을 주는 계기가 되고 있다.

• 올바른 어린이당뇨병 교육을 위해

『소아당뇨캠프는 소아당뇨병 환자들에게 레크레이션 활동의 기회를 제공하고 당뇨병에 대한 교육을 실시해서 이들이 정신적·신체적으로 건강하게 성장할 수 있도록 도와주는 것을 주요 목적으로 하고 있습니다.

우리나라에서 소아당뇨캠프가 시작된 것은 '86년의 일입니다. 뜻있는 경인지역 내과·소아과 의사들이 모여서 캠프를 시작한 것이지요.』

캠프의 운영경위를 당뇨병캠프위원회의 최상전 위원장(지방공사 강남병원 내과)은 이렇게 설명한다.

당뇨캠프 위원회가 구성된 것은 '88년의 일이다. 보다 조직적이고 원활한 캠프 운영을 위해 조직되었다고 한다. 현재 이 위원회는 10명의 운영위원을 중심으로 해서 의료분과·사회분과·간호분과·사회사업분과·요양분과·재정분과·지원분과 등에서 뜻있는 사람들이 함께 일을 하고 있다.



• 매년 7월말에서 8월 사이에 실시

『소아당뇨캠프는 매년 7월말에서 8월사이에 주로 서울근교의 캠프장에서 4박5일을 일정으로 개최됩니다. 올해는 충북 피산군 연풍면 고사리 마을의 이화여대 수련관에서 실시되었습니다.

외국의 경우 캠프의 역사도 길고, 실시기간도 꽤 길지만, 저희는 여러가지 여건상 그 수준에 미치지 못하고 있습니다.』라면서 최 위원장은 캠프가 뜻있는 몇몇 사람의 의지로 실시되는 차원에서 한걸음 더 나아가 국가적 차원에서 실시될 수 있다면 이러한 문제는 해결될 수 있을 것이라고 덧붙인다.

캠프의 주요 프로그램은 레크리에이션, 식사요법, 혈당조절 및 인슐린 주사법 훈련 등이다.

캠프를 통해 당뇨병

어린이들은 삶에
대한 자신감을
갖게 된다.

『당뇨병은 치료와 관리만 잘하면 정상인으로서의 생활을 할 수 있음에도 환자나 가족, 그리고 대부분의 사람들이 잘못된 생각을 가지고 소극적인 생활을 하고 있는 것이 안타까웠습니다.』라는 최 위원장은 올바른 교육을 통해 당뇨병 어린이들이 자신감을 갖고 살아갈 수 있도록 하는 데에 캠프를 열게 된 동기가 있다고 말한다.

• 참가자의 자발적 참여를 유도하는 프로그램이 주

캠프 프로그램은 주로 레크레이션, 식사요법 및 혈당조절 훈련 인슐린 주사법 교육, 집단생활 훈련 등으로 이루어진다.

『프로그램의 특색은 참가자 전원이 함께 생각하고 대화하고 움직이도록 구성되어 있다는 것입니다. 4박 5일간의 이런 과정을 통해 “할 수 있다, 건강할 수 있다”는 자신감을 갖도록 하고, 참가자들의 사회성을 길러주는 것이지요.』

• 소극적 자세가 적극적 자세로

이 캠프를 통해 기대되는 성과는 매우 다양하다.

첫째는 아이들에게 재미있는 오락을 경험하도록 한다. 둘째, 같은 문제를 가진 동료들 만남으로써 병에 관한 새로운 정보를 얻게 한다. 셋째, 당뇨병 조절 상태를 정밀 관찰할 수 있는 기회를 제공한다. 넷째, 당뇨조절을 위한 올바른 지식을 가르쳐 스스로 당뇨병을 조절할 수 있는 능력을 배양시킨다.

『캠프에 처음 참가했을 때는 당뇨병 어린이들 대부분이 치료에 대한 의지가 없고 심한 우울 증세를 보이는 경우도 있습니다. 또 인슐린 주사도 부모가 놓아주는 경우가 대부분이죠.

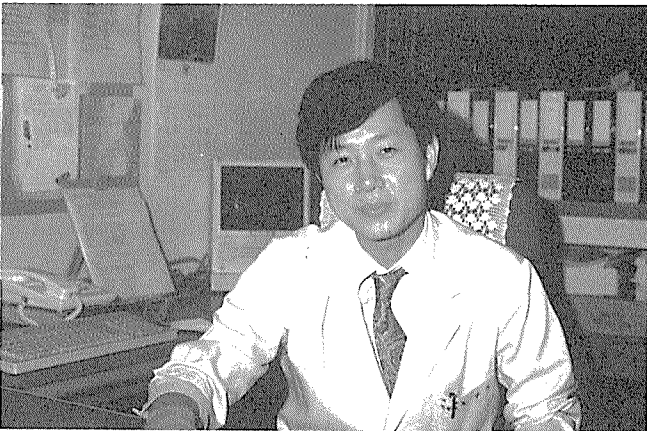
그러나 캠프를 마친 후에는 이 우울증 소극적 자세, 소외감으로부터 벗어나 삶에 대한 자신감을 갖고 스스로 치료할 수 있다는 적극적 자세를 갖게 됩니다.』

이러한 변화를 겪은 아이들은 매년 캠프에 참가하기를 바란다는 것이 관계자들의 이야기다.

• 캠프 열리기 한달 전에 공고

캠프에 대한 홍보는 1년 캠프가 열리기 한달 전에 각 일간신문에 내게 되며 신청은 당뇨캠프위원회 사무실(서울시 종로구 원남동 전화743-9482)에서 받는다.

『현재 경인지역 당뇨병 어린이를 참가대상으로 하고 있습니다만, 다른 지역에 이런 모임이 없어 크게 제한 인원을 벗어나지 않는 한 다른 지역 학생들도 참가시키고 있습니다. 앞으로 이런 캠프가 다른 지역에도 생겨, 보다 많은 당뇨병 어린이들에게 희망을 줄 수 있으면 좋겠습니다.』라며 최상전 위원장은 『현재 저희 능력으로는 40명을 넘어서는 캠프 인원을 받을 수가 없습니다. 앞으로 민간단체의 한계를 넘어서서 공식적 재정지원과 단체로서 설립될 수 있다면 이런 문제 역시 해결되리라 봅니다.』라며 소신을 밝히기도.



← 당뇨병에 대한 올바른 교육으로 당뇨병

어린이들이 건강한 삶을 살도록 하는데에 캠프의 목적이 있다고 최상전 위원장은 말한다.

• 스스로 할 수 있다는 자신감을 얻었다.

캠프를 마치기 하루 전, 모닥불 앞에 모인 당뇨병 어린이들, 스테프, 그리고 부모님들의 마음에는 이제 서로를 더 많이 이해할 수 있다는 기쁨과 보다 건강하게 살 수 있다는 희망의 모닥불이 타오르게 된다.

“내가 당뇨에 걸린지 어언 10년이다. 집에서 그렇게 혼자 하기 싫었던 인슐린주사, 혈당주사, 혈당조절, 식사요법 등 이곳에 와서 많은 것을 깨달고 느꼈다... 저학년인 2·3학년도 스스로 주사를 맞고 혈당검사를 하는 것이 아니냐! ... 마지막날 밤의 촛불의식시간은 우리들을 울음바다로 만들었다. 우리 스스로 깨달음의 울음을 터뜨리게 된 것이다. 이러한 좋은 기회를 통하여 스스로 할 수 있다는 자신감과 많은 것을 깨달을 수 있다는 것이 흐뭇하기만 하다.” (한 캠프 참가 어린이의 일기 중에서)