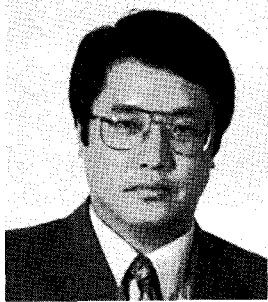


특집 I

# 당뇨병 관리에서의 가족의 역할



유 형준

〈국립의료원 · 당뇨병교실장〉

당뇨병이 있는 사람이 결혼을 하든, 함께 살아가는 중에 새로이 발병이 되든 가족중에 당뇨병을 가진 사람이 있는 경우에 당뇨병관리의 시행에 있어서 빼놓을 수 없는 부분은 가족의 몫이다. 바로 **가족 구성원의 역할**이라는 꼭 추상적이고 구조적이기 쉬운 내용을 풀어감에 있어 먼저 미국의 유명한 당뇨병교육분야의 권위자이며 우리나라에도 왔었던 에쯔와일러(Etz-wiler) 박사의 역설을 살펴본다.

에쯔와일러박사는 1981년 당뇨병환자의 가족등은 아래 다섯가지 항목에서 그 역할을 인식·담당해야한다고 강조하고 있다.

**첫째, 환자가 하는 당뇨병관리의 일부를 분할 담당해야 한다.**

**둘째, 주위에서 환자의 관리 이행여부를 관찰해야 한다.**

**셋째, 가족으로서의 공감, 사기양양, 의지고양에 관심을 가진다.**

**넷째, 생활속의 관리를 말한다.**

**다섯째, 당뇨병 환자에게 적합한 생활주거환경의 조성이다.**

위에 기술한 사항들이 다소 포괄적이기는 하나 가족의 몫을 분명히 밝혀주고 있다.

주지의 사실과 같이, 가족은 환자의 일상생활에 대해 누구보다도 잘 알고 있고, 동시에 가족들의 참여로 당뇨병조절에 뚜렷한 도움을 준다는 연구결과등이 많이 있다. 따라서, 가족의 역할에 대한 중요성은 늘 제안되고 있는 것이다.

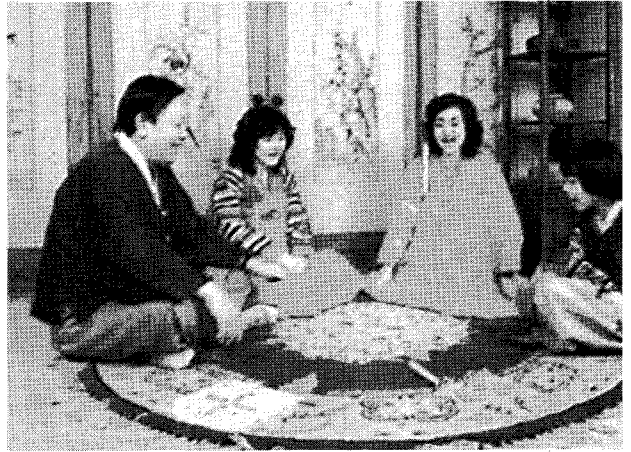
그러면, 실제로 가족들은 어떠한 준비와 어떠한 자세로 그 역할을 하여야 하는가,

가족들은 무엇보다도 당뇨병에 대한, 자기 식구의 현재 상태에 대한 올바른 파악을 해야 한다. 바꾸어 말하면 **'기초지식'을 터득**해야 한다. 이는 담당의사나 영양사, 간호사 등을 통해 또는 여러 병원에서 실시하고 있는 교육프로그램을 이용하여 달성할 수 있다.

이러한 기초지식의 터득은 가족모두에게 관심을 얻게하고 기운을 북돋게 한다. 공연한 걱정은 당뇨병을 제대로 이해하지 못한 탓에 오는 경우가 많음을 종종 보게 된다.

다음의 시행은 **환자의 행동을 이해하고 수용**하도록 가족들이 노력하는 것이다. 물론 타협이 되어서는 안된다. 예를 들면 당뇨병관리의 부실을 타박해서는 안된다. 함께 동감을 느낀다는 것을 나타내고 가능한 격려를 해주어야 한다. 동시에 표현방식을 명령이나 지시가 아닌 대화, 토의를 통하는 것이 슬기롭다. 혹시 환자가 습득하지 못한 이론이나 실기가 있다면 처음에는 알려주면서 점차 환자에게 실시와 책임을 넘겨준다.

이와 더불어 다른 식구들과의 관계를 고려하여 만일 앞에 이론 내용들을 이해못한 식구가 있다면 충분히 설명을 하여 전체가족의 이해도를 높여 함께 편안하게 관리할 수 있도록 한다. 예를 들면 가족의 식사습관에 대해 모두



모여 토의하여 점차 개선시켜나가는 것이다.

환자의 가족은 스스로의 노력뿐 아니라 당뇨병환자 가족들의 모임체 등에 참여하여 다른 가족들과의 의견교환도 시도하여야 한다. 현재는 모임체의 숫자, 순수성 등에 의해 딱이 활발한 것은 없으나, 하나 소개한다면 소아당뇨 캠프에 참석했던 부모들의 모임을 들 수 있을 것이다.

아직까지는 당뇨병환자의 가족들을 위한 전문적인 교육이 미미한 실정이지만 현재 몇몇군데에서 실시되고 있는 가족의 어려운 점을 듣고 상담해주는 초보단계에서 구해지는 여러 자료들은 보다 나은 조직적 교육을 위해 곧 실용화 되리라 본다.

서두에도 일렀지만, 환자와 더불어 생활하는 가족의 몫은 중요한 것이다. 중요한만큼 강조된다. 지금까지 언급하였던 여러가지의 사항들 중에서 비중이 두어지는 것들을 재정리함으로써 설명을 마감하고자 한다.

당뇨병환자의 가족은 **기초지식의 습득→안심→의기고양의 과정**을 거쳐 환자와 함께 당뇨병관리에 참여함으로써 좁게는 당뇨병조절에의 이익, 넓게는 즐겁고 생산적인 가정, 사회생활에도 바짝 접근할 수 있는 것이다. ☐