

당뇨병 관리

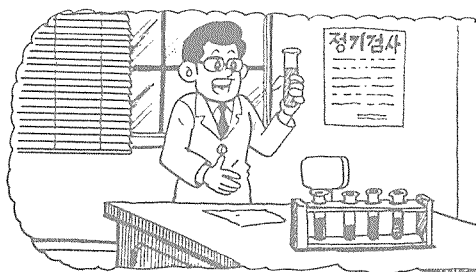
최영식

1. 당뇨병 장기 치료의 조절

* 당뇨병의 궁극적인 치료 목적 : 좋은 대사상태를 지속적으로 유지시켜 주는 것.

* 이것이 당뇨병 예후에 상당한 영향을 미친다는 보고가 나와 있다.

* 당뇨병의 직접적인 사인은 대사장애가 아니라 심근경색증이나 내장기 출혈이지만 좋은 대사 상태를 유지함으로써 이러한 합병증을 사전에 막거나 지연시킬 수 있다.



2. 당뇨병의 진단과 검사

| 검사목적 | 검 사 |
|--------------------|--|
| • prediabetes 발견 | - Glucose Tolerance Test |
| • 무증상 당뇨병의 발견 | - 공복 혈당, 식후 2시간 혈당 - Hb Alc 검사 - 뇨당 검사 |
| • 대사상태를 알아보기 위한 검사 | - 공복혈당(공복혈당, 식후 2시간 혈당) - Hb Alc 검사 - 소변 sugar정량 검사 - 소변 acetone 검사 |

3. 대사 유지에 대한 monitoring

* 탄수화물 대사에 대한 측정만으로는 부족

* 혈당 및 뇨당 검사 외에 체중, 혈압, 혈중 지방질 및 뇨산 검사 등을 같이 해야만 당뇨병에 의한 말기 손상을 일찍 알아낼 수 있다.

4. 혈당 및 뇨당

* 혈당치가 160~180mg/dl가 넘게 되면 뇨중에 당이 검출된다.

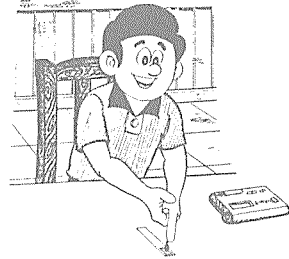
* 식전 혈당이 당뇨병 진단에 매우 유효
* 식후에 측정할 경우는 식후 90~120분 후에 측정하는 것이 대사상태 측정에 가장 좋다.

* Rapid test strip의 이용

- 환자나 의사에게 많은 도움을 준다.

-환자가 이용할 경우 : 규칙적으로 매일 자신의 대사상태를 알아볼 수 있다.

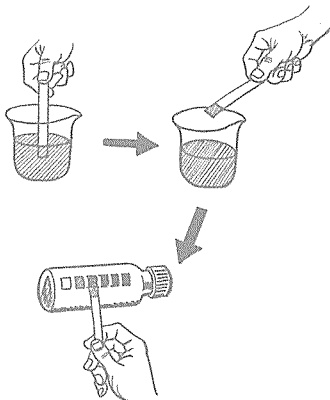
-의사가 이용할 경우 : 환자가 의식을 잃었을 때 그 원인이 저혈당에 의한 것인지 당뇨병성 혼수에 의한 것인지를 즉석에서 감별 진단할 수 있다.



〈자가혈당검사〉

| 치 료 종 류 | 혈당(mg/dl) 식전,후2시간 | 노당(g/dl) | 노ketone체 | 혈증 cholesterol mg/dl |
|-------------------------|----------------------|----------|----------|-------------------------|
| *음식조절 *경구용당뇨병제제 | | | | |
| Good | <120 <160 | 음 성 | 음 성 | <250 |
| Poor | >150 >200 | >10 | -/+ | >300 |
| *Insulin주사 | | | | |
| Good | <140 <180 | >15 | 음 성 | <250 |
| Poor | >170 >230 | >25 | -/+ | >300 |
| *Insulin *Juvenile당뇨 | | | | |
| Good | <160 <200 | <20 | 음 성 | |
| Poor | >190 >250 | >30 | -/+ | |

6. strip을 이용한 대사상태의 자가 검사방법



〈자가노당검사〉

| 체 증 | Scale |
|-----------|-------------|
| 노 당 | 정성 및 반정량 검사 |
| 노 acetone | 정성검사 |
| 혈 당 | 반정량 검사 |

* 검사 시, 용기에 묻은 세척제에 의해 위양성이 나올 수 있고 비타민C등에 의해 위음성이 나올 수 있으므로 주의해야 한다. ㉗

〈건협 서울지부 부속의원 관리의사〉