



# 인슐린의존형 당뇨병의 관리

음식물 소모와 조화를 이루어 혈당의 심한 변동이나 저혈당증을 피하는데 도움이 된다.

인슐린 의존형 당뇨병이 있는 소아의 경우에는 정상

### 3. 인슐린 주사 요법

인슐린 주사 요법은 당뇨병 상태와 혈당의 변동양상에 따라 1일 1회 중간형 인

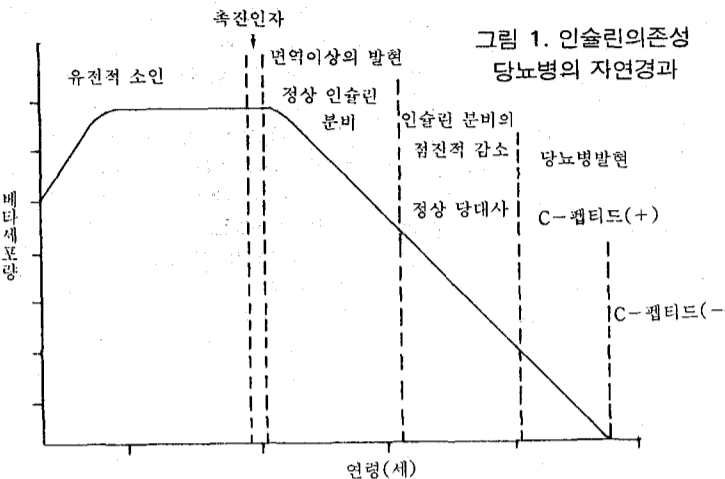


그림 1. 인슐린의존성 당뇨병의 자연경과

### 유형준 <한림의대교수>

더러 '소아 당뇨병', '약년형 당뇨병'과 같이 연령기에 따른 분류명칭을 쓰는 수가 있는데 흑간 소아 또는 약년형 당뇨병을 인슐린 의존형 당뇨병과 동일한 것으로 사용하는 모호함도 있다. 그러나 소아 또는 약년형 당뇨병이 모두 인슐린 의존형 당뇨병은 아니다.

인슐린 의존형이란 인슐린의 보충이 없으면 절박한 생존의 위협이 일어나는 것을 이르는 것이지, 인슐린 비의존형 당뇨병에서 보다 나은 혈당조절을 위해 인슐린 주사를 맞는 것을 가르키는 것이 절대 아니다.

인슐린 의존형 당뇨병의 관리를 설명, 이해하기 위해 반드시 알아두어야 할 내용은 다름아닌 자연경과에 관한 것이다. 그림 1에서 보듯이 발병의 원인은 사춘기, 외상, 감염과 같은 스트레스에 의해 인슐린 요구량이 갑자기 증가하며 급성 발현하는 특징이 있는데 이들 중 일부에서 인슐린 투여에 의한 혈당 조절 및 인슐린요구량의 증가를 가져왔던 흑간인자의 소실에 따라 인슐린의 요구량이 줄어 '밀월기' 또는 '관해기'라 불리는 시기에 들어간다. 그림 1에 '정상 당대사'로 표시된 시기이다. 이 시기는 수주내지 수개월에서 수년에 걸쳐서 지속되며, 특수한 치료없이 정상혈당이 유지된다.

### 1. 인슐린 의존형 당뇨병의 식사요법

식사의 규칙성이 보다 강조된다. 규칙적인 식사는 인슐린의 일시적 작용에 의한

적 성장과 발달을 고려하여 식사를 절대로 거르지 않고 넉넉한 간식을 섭취하도록 한다. 탄수화물, 지방, 단백질의 분배는 총 열량의 55%, 30%, 15%로 이루어지는데 각각의 기호, 사정에 따라 개별화될 수도 있다. 식사와 간식을 하루중에 분배하는 방식은 보통 다음의 표 1에 준한다.

### 2. 운동요법

그림 2에서와 같이 인슐린이 결핍된 상태에서의 운동은 간에서의 포도당생성을 증가시키고, 근육의 포도당 이용을 감소시킨다. 동시에 운동은 인슐린 길항호르몬의 증가를 유도하여 오히려 혈당을 올린다. 따라서 그림 2의 맨 위나 아래 그림의 경우와 같이 적절한 인슐린의 투여가 이루어진 상태에서 운동을 해야만 이로울 것이다.

특히 운동중에 저혈당에 대한 준비는 강조되어야 한다. 당뇨병이 있음을 나타내는 표식을 휴대하고 즉시 먹을 수 있는 당분을 갖고 운동에 임해야 한다.

이러한 여러 주사방법이 있고 게다가 저혈당, 인슐린 과민성, 저항성등과 같은 인슐린 주사의 부작용을 생각하면 당뇨병 전문의의 올바른 처방과 관찰이 선행되어야 한다는 것이 더욱 강조된다. 최근 소위 인슐린 펌프를 이용한 주사법이 일부 과장 소개되고 있는데 이것은 앞에 이른 지속적피하주사법을 가르키는 것으로 신중히 적용되는 일부 인슐린 의존성 당뇨병에서만 시도되는 것이다.

### 4. 당뇨병 교육

소아당뇨병 환자의 매일매일의 관리는 가족들의 행동에 영향을 주고 통상적인 생활을 변화시키고 가족들간의

관계에 영향을 미친다. 따라서 소아당뇨병의 당뇨교육은 보호자뿐 아니라 온 가족의 참여가 필요하다. 최근 활발한 당뇨 캠프는 좋은 당뇨병 현장 교육의 예다. 아동의 사회성을 키워주는 데도 크게 도움이 된다.

### 5. 췌장 이식등

근자에 췌장을 이식하는 시도가 꾸준히 진전되고 있다. 췌장이식은 일반적으로 당뇨병성 요독증이 없을 때 시행하는데 이미 신장이식을 하고 췌장이식을 하는 경우 등으로 나뉜다. 물론, 이보다 훨씬 더 전문적인 판단과 시술이 필요한 것이 췌장이식이다.

## 인슐린 보충없으면 생존의 위협받아 외상·감염등 스트레스에 의해 발생

표 1. 인슐린 의존성 당뇨병에서의 열량끼니배분

	취학전~9세(%)	9세~성인(%)
아침	20	20
오전 간식	10	-
점심	20	25
오후 간식	10	10
저녁	30	35
밤참	10	10

인슐린의 투여로부터 인슐린 주입기를 이용한 지속적 피하 인슐린 주사법에 이르기까지 다양하다. 대충 현재 쓰이고 있는 인슐린 주사법의 명칭만을 소개하면 다음과 같다.

- 재래식 인슐린 요법  
1일 1회 주사/2회 분할 요법/혼합 분할 요법
  - 다회(多回)인슐린 주사 요법
  - 지속적 피하 인슐린 주사 요법
- 대단히 엄선된 극히 일부의 환자에서 완벽하게 환자와 의료인과의 연락체계가 설치된 조건하에서 실시한다.

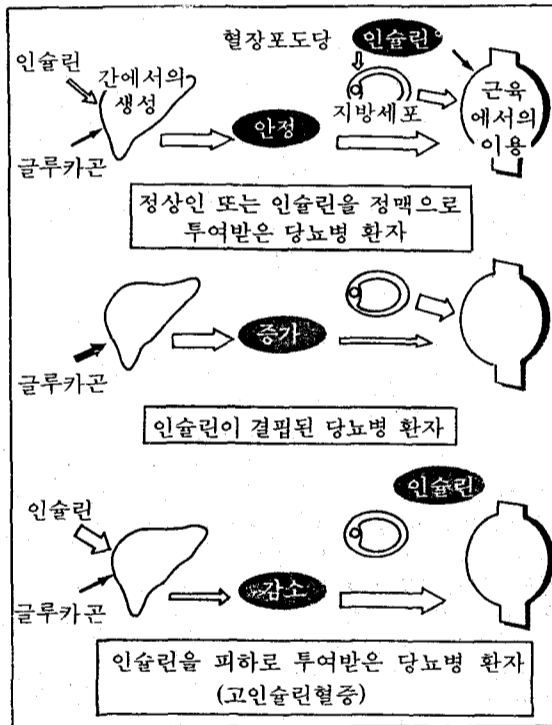


그림 2 인슐린의존성 당뇨병에서 인슐린 투여상태에 따른 인슐린의 효과.

건강사회를 추구하는 기업 '동해다시마'

- 식이조절, 체질개선의 필수건강 보조식품 -

# 다시마

## 효소精

건강보조식품 보사부허가 제3-14호

**다시마 효소精** 은 다시마특유의 영양소가 결집된 특수부분을 엄선, 채취 효소화하여 정제로 제조하였습니다. 특히 다시마 효소精은 현대인에게 가장 결핍되기 쉬운 45여종의 미네랄과 특수성분인 알긴산 섬유질 및 고알키리도를 모두 갖추고 있어 성인병 식이조절을 위한 필수 자연건강식품입니다.

**(주) 동해다시마**  
 서울·강남구 역삼동 628-7 (중원B/D2층)  
 자료청구처 및 상담실(02)558-2876~8

자료를 보내드립니다. 다시마 효소精 무료 우송해 드립니다.