

당뇨병치료를 위한 약들

장은진 (약사)

■ 8월호에 이어

인슐린 혈당상태에 따라 조절해야

약에 의한 저혈당 뿐만 아니라 격심한 운동, 식사를 거르거나, 식사량을 줄이거나, 식사량이 너무 적을 때, 소화불량, 설사, 구토 등의 원인으로 일어나기도 한다. 그러므로 복합적인 요소가 혈당관리에 영향을 미치므로 당뇨인 혼자서 약의 용량을 결정하는 것은 위험이 따르는 일이다.

어떤 약제를 복용, 주사하던 약물 하나하나의 개개인에 따라 혈당강하 작용이 다르기 때문에 우선 본인에게 적절한 식사량과 운동량을 결정하여 실천하고 더불어 약물요법의 병용으로 조화롭게 혈당관리를 하는 것이 당뇨관리의 최선책이다.

혈당관리를 할 때 항상 몸의 상태를 잘 관찰하여 합병증의 악화상태로 가지 않게 주의해야 한다.

인슐린을 사용함에 있어서 환자들이 제일 궁금해 하는 것은 인슐린 보관법이다.

보통은 4도 정도의 냉장고에 보관하나 겨울에는 실온이라도 상관없다. 또 순도가 높은 인슐린은 출장시에도 23도 이하의 실온에 방치하여도 2~3주간 인슐린이 변하지

않고 유지될 수 있다. 만약 인슐린이 변했다면 그것은 폐기하여야 한다. 출장기간이 짧다면 인슐린이 주사기에 미리 들어가 있는 인슐린 펜을 이용해도 된다.

최근에는 환자 자신이 주치의가 되어 담당 주치의와 함께 당뇨관리를 해 나가는 것이 가장 좋은 방법이다.

당뇨인이나 보호자가 당뇨에 관해 풍부한 지식을 갖고 실천을 하면 다른 건강인 보다 더 건강한 삶을 영위할 수 있을 것이다.

● 위 원고는 지난 6월 16일 당뇨정보센터가 개최한 제2회 당뇨병 무료공개강좌 내용을 발췌, 요약한 것입니다.