

# 당뇨주간행사의 의미

질병보다 관리개념으로 인식돼야



▲ 당뇨병의 식이요법에 대한 설명회

지난 11월 14일은 I.D.F(세계당뇨병연맹)가 선정한 세계 당뇨병의 날이었으며 이에 따라 대한당뇨병학회는 92년부터 전 국민의 10%에 해당하는 당뇨인들과 또한 일반 국민에게 당뇨병의 심각성을 알리기 위해 세계 당뇨병의 날이 들어있는 주간을 당뇨주간으로 설정하고 전국 대도시를 중심으로 대민공개 강좌와 캠페인, 무료혈당측정도 실시하였다.

당뇨주간이 처음 설정된 92년에는 “당뇨병을 바로 알자”라는 캐치프레이즈를 내걸고 대한당뇨병학회를 구심점으로 갖가지 행사를 실시해 소기의 목적을 달성했으며 지난해('93년)에는 “당뇨병을 조기에 발견하자”라

는 캐치프레이즈를 내걸고 행사를 치렀다. 세번째를 맞이하는 금년 당뇨주간에는 “당뇨병의 올바른 관리”라는 캐치프레이즈 아래 당뇨인을 비롯한 일반 국민 홍보에 역점을 두어 공개강좌 및 무료혈당측정이 실시되었다.

당뇨주간을 통해 당뇨병학회의 성립과정을 살펴보고 당뇨병에 대한 인식의 변화와 앞으로 21세기를 맞이하여 예견되는 당뇨병의 연구동향들을 살펴봄으로써 당뇨주간을 설정한 의미를 되새겨 보고자 한다.

우선 세계당뇨병학회의 성립과정을 살펴보면 세계적으로 국가단위의 당뇨협회가 결성된 것은 포르투갈이다. 그후 1926년 로마에서

도 결성돼 당뇨병관리에서의 교육의 중요성을 강조하는 프로그램을 개설하였다. 한편 영국당뇨병협회(British Diabetes Association)는 자신이 당뇨병환자인 로랜스(R.D. Lawrence)에 의해 1934년에 설립되었으며 이어서 미국당뇨병협회(American Diabetes Assicition)가 1940년에 의사들만의 모임으로 시작되었다. 드디어 1949년에 당뇨병에 관한 세계적 회합이 11개국 75명이 모인 가운데 브뤼셀에서 열렸다. 이 모임은 환자와 의사들이 함께 자리를 하여 환자들은 당뇨병에 관하여, 그리고 자신의 투병생활 등에 대하여 자유로이 이야기했고 의사들은 관리와 연구에 관하여 논의하였다.

첫번 모임이 좋은 결실을 맺자 1950년(9월) 가을 9개국의 각국 대표가 모여 암스테르담에서 I.D.F(International Diabetes Federation : 세계당뇨병연맹)를 결성하였다.

참고적으로 우리나라에서는 이보다 훨씬 뒤인 1968년에 김응진 박사 등이 주축이 되어 대한당뇨병학회(KDF)를 창립하였으며 또한 지난 11월 6일부터 11일까지 일본 고베에서 열린 제15차 I.D.F총회도 참석함으로써 이제는 우리나라에서도 당뇨병 연구가 활발하게 진행되고 있음을 알 수 있다.

이러한 학문적인 연구와는 별도로 대한당뇨병학회는 지난 11월16일 영남지역을 시작으로 서울지역은 물론 제주, 전북, 부산, 충남 지역으로 나누어 당뇨인과 그 가족들을 대상으로 당뇨병의 올바른 이해를 돕기 위해 대민 공개강좌를 실시했다.

한편 한양대병원 등 서울지역에 있는 7개

병원과 지방에서는 영남지역과 전북지역에서 상담과 무료혈당측정을 실시함으로써 당뇨인들의 높은 관심과 호응도를 볼 수 있었다. 더우기 올해는 대중전달매체를 이용하여 당뇨병에 대한 인식을 계몽하자는 취지아래 전문지, 일간지 및 방송매체를 통한 홍보차원의 교육을 실시, 당뇨는 질병이라기 보다는 관리라는 개념을 인식시키는데 중점을 두었다. 더우기 당뇨라는 것은 그 자체보다 합병증이 더 무섭기때문에 초기에 관리를 잘하지 못하고 소홀하게 되면 견잡을 수 없는 결과를 초래하므로 대국민 차원의 반복적인 홍보가 가장 중요하다 하겠다.

마지막으로 앞으로의 당뇨병에 대한 연구 동향을 살펴보자.

이제 머지않아 우리 모두는 21세기를 맞이하게 된다. 그때에는 지금보다 더 세분화된 산업의 발달로 현재의 의학수준으로는 도저히 불가능한 일도 가능해질 것이다. 풍요와 변혁의 시대로 기대되고 있는 21세기에는 의료분야에서도 질병의 정복과 건강의 추구라는 인류의 오랜 희망을 실현시키기 위한 수많은 변화가 일어날 것으로 예상된다.

따라서 의료가 직면한 환경구조의 급격한 변화는 당뇨병 분야에서도 예외는 아닐 것이며 지난 세기 인슐린의 도입에 의한 케톤산혈증의 치료가 가능하게 된 업적에 견줄만한 큰 발전이 있을 전망이다. 예상되는 발전중 첫째는 미래에는 현재보다 당뇨인구수가 몇배 많을 것이다. 따라서 치료의 개념은 현재 시행되고 있는 투약과 교육의 차원에서 영양과 운동 그리고 휴양의 범위까지 포함될 것이다.



▲ 당뇨병의 예방 및 관리에 대한 대민강좌

어떻게 보면 의료와 일상생활의 구별이 불분명하게 되고 환자 자신의 역할이 강조된다 하겠다. 이러한 생활양식의 변화는 종래 안녕의 유지를 목표로 하는 건강의 개념에서 건강권의 개념으로 발전되어 갈 것이다. 이러한 현상은 의료상의 선택권이 환자에게 위임되는 환자중심의 의료로 전환되어 갈 것이다. 두번째는 다가오는 21세기의 개막에서 가장 큰 충격으로 예상되는 것은 유전자 진단과 치료시대의 도입이다. 당뇨병분야에서도 유전자 연구는 당뇨병유전자의 추구에서부터 시작되었다. 당뇨병유전자를 이용한 유전자 진단을 이용하면 혈당상승전에 진단이 가능하여 일차 예방이 가능해질 것이다. 또한 21세기에는 사회구조의 특성으로 인한 정보화와 국제화를 예상할 수 있다. 이는 의료분야에도 영향을

미쳐 병원의 행정업무상 필요성에 의해 도입된 전산조직은 병원진료기능의 확장을 가능케 할 것이고 개인의 건강관리 정보체계에서 지역보건의료체계까지 발전할 것이다. 개인의 혈당자료는 자신의 건강관리에 필요하지만 동시에 중요한 정보로 활용가치 또한 높다고 할 수 있겠다. 또한 당뇨병환자의 발생부터 시작하여 치료경과 및 혈당조절 상태 분석으로 이어지며 나아가서는 합병증으로 인한 사망분석까지 일괄적인 추적이 가능해지리라 생각된다. 이러한 분석자료는 새로운 치료기법의 도입에 즉시 이용되고 동시에 그 효과가 평가될 것이다.

결론적으로 말하자면 과거의 무지함과 무관심속에서 다뤄져왔던 당뇨라는 병을 현대를 살고 있는 우리들은 분명하고도 확실하게

알아둘 필요가 있으며 이를 위해서는 반복적이고 지속적인 홍보활동이 필요하리라 생각된다. 따라서 당뇨주간을 설정한 의미도 체계적이고 합리적인 방법으로 당뇨라는 개념을 심어줌으로써 당뇨병을 조기에 발견하고 대비할 수 있도록 하는데 있다고 볼 수 있다. 그

러는 가운데 당뇨병에 대한 관심도가 높아지고 앞으로는 완치라는 것이 가능해 지도록 환자와 의사 모두가 한마음 한뜻으로 정진해 나가야 하겠다. 무엇보다도 중요한 것은 당뇨병을 질병이라는 개념보다 관리라는 개념으로 인식하는 것이 필요하리라 본다. ▣

• 김영임 기자

## 당뇨전문 도시락업체 **닥터 · 푸드**

당뇨인에 있어서 가장 중요한 것은 식사를 얼마나, 어떻게 먹느냐 하는 문제일 것이다. 최근 당뇨인들의 이러한 고민을 덜어 주기위해 도시락을 전문으로 만들어 주는 닥터 · 푸드 택배회사(대표 : 박영달)가 문을 열었다. 엄선된 재료와 위생적인 시설로 따뜻한 식사를 약속된 장소에 정확한 시간에 배달함으로써 즐거운 식사를 할 수 있도록 최대한 배려했다. 또한 당뇨전문의와 치료식 전문영양사, 일급요리사로 구성되어 만들어진 전문치료식으로 각 개인의 건강상태에 적합한 식사가 되도록 식단을 제공하고 있어 기대되고 있다. 닥터 · 푸드의 또 다른 특징은 일상생활 칼로리 관리제도를 하고 있다는데 있다.

### 닥터 · 푸드의 일상생활 칼로리 관리제도는

- ① 고객은 상담주치의로부터 치료방향의 모든 것을 상세히 자문받을 수 있으며
  - ② 칼로리관리 전문상담원이 고객을 개별방문하여 고객의 연령, 건강상태, 기호 등을 상담한 후 상담자료를 토대로 닥터 · 푸드의 자문 당뇨전문의사가 일상생활 칼로리 관리계획을 세운다.
  - ③ 산출된 칼로리를 토대로 따뜻한 식사를 정해진 시간과 장소에 직접 배달하며
  - ④ 정기적으로 고객을 방문하여 혈당을 체크하고 혈당관리요령 및 식사관리, 운동관리, 합병증 예방관리 등을 상담지도해 주는 한편
  - ⑤ 고객의 건강상태에 따라 칼로리 관리계획을 다시 세우고 그에 따른 식단도 변경한다.
- 닥터 · 푸드는 고객에 대한 최상의 서비스 제공을 위해 정기회원 (Membership)제로 운영되고 있다.

수신자 부담 전화 : 080 - 222 - 4334