

당뇨로 인한 합병증을 막는 길(1)



이 한 태
충북 동중학교

본 원고는 의료보험관리공단이 지난 6월에 실시한 건강생활 실천수기 현상 공모에서 은상을 수상한 작품으로, 독자여러분의 건강생활 실천에 많은 도움이 되기를 바라는 마음으로 게재한다(편집자 주).

90년도부터라고 생각이 든다. 어느 날 갑자기 몸이 나른해지고, 피로가 엄습해왔다. 갈아지는 기본이었다. 의자에 잠시 앉아 있기만 하면, 졸음이 살살 찾아오곤 하는 것이다. 한 달포 가량 그런 상태였다. 병원에 가서 진찰을 받아 보았다. 검사 결과는 당뇨가 있다는 것이다.

“당뇨 자체는 병이 아닙니다. 그러나 방치해 두면 합병증을 유발하게 되지요. 시력장애, 망막증, 신경염, 지각이상, 동맥경화, 고혈압 등의 병을 앓게 되지요.”

의사의 말이다. 아내는, 그놈의 술 때문이라고 법석을 떤다. 담배도 원인이 되었다는 것이다. 그러나 술, 담배를 어떻게 끊는단 말인가. 오십 평생 동안 같이 해 온 것들인데.

당뇨 진단이 나왔다 하더라도 술은 여전했다. 일주일에 한두 번 정도는 폭주였다. 담배도 끊지를 못했다. 아내의 등쌀에 못이겨 밖에서 피워댔다.

병원에서 준 경구용 혈당 강하제를 하루에 한 알씩 복용했다. 일주일치밖에 주지않기 때문에, 약이 떨어지면 병원으로 달려가곤 했다.

이때, 나는 식이요법도 하지 않았다. 당뇨에 대한 상식도 전혀 없었다. 고칠 수 있는 병인지, 불치의 병인지 알 수가 없었다.

병이 점점 더 깊어지는지 오른쪽 발바닥에, 꼭 띄약별에 달구어진 자갈발을

걸어가는 것처럼 가벼운 통증이 오고 있었다. 발바닥에 의식이 가지 않으면 그런대로 생활할 수는 있었다. 그러나 의식이 가면 몹시 아프고 저렸다. 이렇게 몇 달 동안 지냈다. 병원에서 주는 알약도 먹는 등 마는 등 했다.

당뇨에는 운동이 좋다는 말을 듣고, 매일 새벽에 조깅을 했다. 그러나 식전 운동이 나의 당뇨조절에는 큰 도움이 되지 못한다는 사실을 지금에서야 깨닫게 된 것이다.

당뇨에 좋다는 생약을 사서 먹자니, 쪼들리는 살림에 여러가지 고충도 많았다. 신선초, 돌미나리, 컴프리 등을 चु내어 먹어보기도 하고, 날콩을 짓찧어 매끼마다 한 숟가락씩 물과 함께 복용했다. 비릿비릿한 냄새가 이만저만이 아니었다. 그러나 발바닥의 자갈밭 밟는 느낌은 여전했다.

합병증은 그뿐이 아니었다. 오른쪽 종아리 바깥쪽 부위와, 역시 오른쪽 엉덩이 살갓이 옷에 닿으면 아주 기분 나쁘게 아프다.

‘도대체, 뭐 이런 병이 오는가?’

나는 급히 병원으로 달려갔으나, 의사는 근본적으로 당뇨를 치료해야 된다는 것이다. 그러면서 당뇨약을 주는 것이다. 아픈 부위를 치료해 달라는데 당뇨약만 주니, 나는 화가 치밀었다. 그렇다고 언성을 높일 수도 없었다. 의사라고 병에 도통한 것은 아니니까.

‘웁아, 맞아. 침을 맞아야 한다.’

이런 말을 중얼거리며, 나는 한의원으로 갔다. 한의사는 순순히 침을 놓아 주었다. 부항을 붙였기 때문에 피가 많이 나왔다. 나쁜 피를 빼면 나을테지 하고, 희망을 가져보는 것이다. 3일에 한 번씩 한의원으로 가서 침을 맞았다. 그러나 다리의 살갓 아픈 것은 마찬가지였다. 옷이 닿으면 더욱 절끄러우면서 기분이 나쁘도록 아팠다.

나는 이런 상태로 오랜 기간의 아픔을 참으며, 학교에 출근하여 학생들을 힘겹게 가르쳤다.

그런데, 이게 웬 일인가? 91년 초겨울 무렵에는 머리까지 아프기 시작하는 것이다. 아, 나는 머리 아픈 것으로 죽는 가보다. 이렇게 아플 바에야 차라리 죽는 것이 낫지 않을까 싶었다. 심장은 ‘쿵쿵’ 뛰고, 불안과 초조는 끈질기게 따라 붙었다. 직장에도 사표를 내는 것이 좋지 않을까 생각도 해 보았다. 곁에 표시도 없는 아픔의 통증으로 얼굴은 일그러지고, 학생들 앞에서 웃는 표정을 한 번도 보여주지 못하고 어거지로 수업을 마치는 도리밖에 없었다. 아이들도 선생님이 왜 저러지? 하는 눈치들을 서로 주고 받았다.

하루는 동료 K교사가 나를 휴게실로 불렀다.

“이선생, 내가 자네한테 못할 짓이라도 했어? 왜 나만 보면 얼굴을 찡그리고 그러느냐 말야...”

“내가 왜 김선생한테 인상을 써.”

**입원실은 705호. 이 질병은 주로
당뇨환자들이 대부분이다. 당뇨로 인한
합병증이 생겨서 실명한 40대 주부가 있고,
다리를 절단한 할머니도 입원치료를
받고 있었다. 당뇨가 이렇게 무서운 병인지는
이 병원에 입원하고서야 절실히 깨달았다.**

“아녀, 나는 이선생에게 하느라고 했는데. 나에게 뭐 불만이 있는가 봐.”

정말 답답한 일이었다. 아픔때문에 고통스러워서 얼굴을 찡그린 것이지 김선생에 대해 어떤 불만이 있어서 그런 것은 아니었다. 김선생에게 쏟는 나의 마음도 누구 못지않다. 나이가 비슷한 우리들은 서로 친하다 보니 그런 오해를 불러일으킬 수도 있는 것이다. 그러나 별 오해를 다 받는다고 나의 가슴을 세차게 두드렸다. 안타깝기 그지 없었다.

추운 날씨는 나를 더욱 고통스럽게 했다. 머리와 다리는 점점 더 아프고, 몸은 자꾸 떨렸다. 이 괴로움을 견디기 위해 폭주를 했다. 그럴 때마다 담배를 하루에 한 갑 반씩 피워대는 것이었다.

남들 앞에 나서는 것이 싫었다. 그리하여 되도록 혼자 있으면서 아픔을 곱씹고 있었다. 자격지심일런지 모르지만 딴 사람들은 나를 등신 취급할 것이다.

나는 다시 용하다는 한의원을 찾아갔다. 머리에 침이라도 맞아보기 위해서다. 그러면 좀 시원할 것 같았다. 의사는 조용조용하게 엮포를 놓기 시작했다.

“중풍의 시작인 것 같습니다. 머리 아

픈 것을 빨리 고치지 않으면, 뇌출혈로 쓰러질지도 모릅니다. 그러니, 한약을 여러 채 잡수셔야 합니다. 결과는 매우 좋아지실 것입니다. 머리가 맑아지면 다리도 괜찮게 되구요.”

약은 나중에 먹을 테니, 우선 머리에 침을 놓아 달라고 떼를 썼다. 한의사는 나의 강력한 요구에 못이겨 수지침을 여러군데 꽂았다. 기분이 좀 좋아지는 것 같았지만 이내 머리가 무겁고 멍하면서 아픈 것은 마찬가지였다.

한의원 문을 나설 때는, 하늘이 노랗게 보이고 죽음의 공포가 엄습하는 것이었다. 이걸 정말 어떻게 고쳐야 하나? 속이 타지 않을 수 없었다. 그러나 살아야 한다. 죽어서야 되나. 결코 죽을 수가 없다. 누구나 생에 대한 애착은 다 있는 법이다. 내 자신을 이대로 침몰시킬 수는 없는 일이었다.

한약을 한두 채 먹기도 했다. 별로 좋아지는 기분이 아니었다. 아내는 정신문제라고 했다. 정신이 약하기 때문에 그런 병이 온다는 것이다. 불안과 초조한 맘을 갖고 있기 때문에 갖가지 병이 몸에 침입한다고 했다.

“왜, 술 때문에 오는 병은 아니고?”
아내에게 면박을 주며 신경질을 냈다.
다급한 심정으로 다시 병원을 찾아
갔다. 혈당을 측정했더니, 440이란 숫자
가 나온다. 그렇다, 이 모든 병은 당뇨
때문에 오는 병이다. 당뇨를 치료해야
한다. 근본적인 원인은 당이다. 당!

의사가 주는 경구용 혈당 강하제를
다시 복용하기 시작했다. 평생 이 약을
먹어야 하나? 이렇게 먹다간 위에 손
상을 입혀 위궤양이 될지도 모른다. 정
말 답답한 일이 아닐 수 없었다.

술, 담배를 끊자! 살아야 한다. 인생
의 고통을 극복해야 한다. 이대로 주저
앉을 수는 없는 노릇이었다. 한의원 문
을 나설 때와 똑같은 말을 되씹었다.

머리가 아픈던 91년 겨울부터 다음해
여름방학 무렵까지, 병원에서 주는 당뇨
약을 열심히 먹었다. 그래서 그런지 어
지간한 아픔은 감내하면서 생활할 수
있었던 것이 아닌가 하고 생각 되었다.

어느 때보다 퇴근을 좀 일찍하는 어
느 날이었다.

막내 딸이 ‘아빠’하며 반갑게 맞이한
다. 나는 웃어주었다. 이것을 짝지어 줘
야 될 터인데 하는 생각이 들자 가슴이
저리기까지 한다. 내가 건강해야지 가사
의 모든 일이 풀릴 것이기 때문이다.

딸의 얘기로는 제 친구 어머니가 당
뇨로 고생하다가 C시 K대 부속 병원에
서 한 달간 치료를 받았는데 지금은 괜

찮다는 것이다. 그 병원에서는 인공췌장
기로 당뇨병을 치료하는데, 실명한 사람
도 고치고 다리가 썩어가던 사람도 고
쳤다는 것이다.

‘인공췌장기다! 희한한데. 어떻게
생긴 물건이기에 당뇨병을 고친단 말인
가? 카메라처럼 몸에 걸치고 다니면,
전자파가 통해서 혈당이 조절되는 것은
아닌가?’

아무튼 궁금하기 짝이 없었다. 그리고
한 가닥 희망이 가슴 속에 부풀어 올랐
다. 나는 그 병원으로 즉시 전화를 걸었
다. 그런데, 인공췌장기를 달려면 3주일
정도는 입원해야 된다는 것이다.

92년도 여름방학이 시작되자마자 입
원하게 되었다. 그것도, 입원하려는 당
뇨환자가 너무 많아서 오랫동안 입원
명령이 떨어진 것이다. 즉시 입원이 안
될 바에야 방학과 동시에 입원이 되도
록 아내가 수차 찾아가서 부탁했기 때
문에 아주 잘된 것이다.

입원하던 날 나는 가슴이 두근거리고
설레이기까지 했다. 인공췌장기가 어떻
게 생긴 물건인지, 그것이 궁금했다.

입원실은 705호, 이 칠층은 주로 당뇨
환자들이 대부분이란 것이다. 당뇨 때문
에 합병증이 생겨서 실명한 40대 주부
가 있고, 다리를 절단한 할머니도 입원
치료를 받고 있다는 사실을 알았다. 당
뇨가 이렇게 무서운 병인지는, 이 병원에
입원하고서야 나는 절실히 깨달았다.

㉔

〈계속〉