

당뇨인의 약물요법가이드

식이요법과 운동요법의 바탕위에서만 효과

당뇨인들은 약물요법이 식이요법을 대체하는 치료가 아니며 식이요법, 운동요법에 추가되는 치료방법임을 기억해야 한다. 아울러 약물요법은 식이요법과 운동요법의 기본 바탕 위에서 의미가 있는 것이다.

당뇨병 치료의 최종목표는 혈당농도와 당뇨병에 동반되는 대사이상을 정상화시키고, 합병증을 예방하는 것이다.

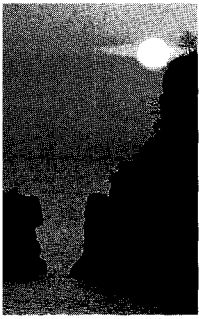
이러한 목표달성이 이루어지려면 엄격한 혈당조절이 반드시 필요한데 엄격한 혈당조절이란 공복시 혈당이 70~120mg/dl, 식후 2시간 혈당이 100~150mg/dl을 이상목표로 한다. 다시 말하면 혈당을 지속적으로 정상수준에 접근할 정도로 유지시키는 것이다.

정상혈당조절 관리를 위해서는 첫째 식이요법, 둘째 운동요법, 셋째 약물요법이다.

이중 일부 당뇨인은 식이요법과 운동요법만으로도 적절한 혈당조절이 가능하나 대부분의 경우에는 식이요법과 운동요법만으로는 불충분하여 경구혈당강하제나 인슐린요법이 필요한 경우가 많다. 따라서 당뇨인들은 약물요법이 식이요법을 대체하는 치료가 아니며 식이요법, 운동요법에 추가되는 치료방법임을 기억해야 한다. 아울러 약물요법은 식이요법과 운동요법의 기본 바탕 위에서 의미



양은영
적십자병원 간호사



새해 당뇨병 관리의 설계

가 있는 것이다.

다음은 약물요법에 대한 전반적인 개요와 주의사항을 알아보기로 한다.

약물요법은 크게 두가지로 구분할 수 있는데, 하나는 경구혈당강하제이고 다른 하나는 인슐린주사이다.

경구혈당강하제는 인슐린비의존형 당뇨병인에게 췌장을 자극하여 인슐린분비를 보다 활발하게 촉진시키며, 그외 인슐린이 세포에 더욱 잘 결합하도록 해주고 간에서 새로이 당이 생성되지 않도록 하는 작용이 있다. 성인형 당뇨병에 주로 쓰이며 이는 인슐린분비기능이 남아 있는 경우이다. 인슐린주사는 인슐린의존형 당뇨병인에게 인슐린주사를 통하여 혈액속에 있는 당분을 생체의 수백억개 세포속에 들어가게 하여 연료로서 이용되게 하는 작용이 있다. 소아형당뇨병에 주로 쓰이며 이는 인슐린분비기능이 거의 떨어져 있는 경우이다. 약물요법치로시 주의사항을 살펴보면

① 경구혈당강하제와 인슐린에 대하여 정확한 지식을 갖는다.

자기가 먹는 약, 맞는 인슐린의 이름, 복용법, 효과, 부작용 등에 대해 자세히 알고 있어야 한다.

처방받은 양보다 월등이 많은 양을 단번에 먹거나 주사하면 생명에 위해를 끼치는 극악이 될 수도 있다.

② 마음대로 약과 주사를 중단했다 쓰다하면 효력이 없을 뿐더러 심각한 저혈당과 당뇨병 혼수에 빠질 수 있다. 단, 약의 용량조절시에는 주치의와 상의한다.

③ 약물요법의 주된 부작용으로는 저혈당

이다. 저혈당은 약의 양을 늘리거나 복용방법을 변경하는 등 자기 나름대로의 방법으로 투약을 했을 경우나 술의 과음 또는 식사를 거르거나 줄이는 등 잘못된 식이요법이 원인이 되고 있다.

그러나 식전의 강도높은 운동이나 많은 활동량 때문이 아닌지도 점검해 보아야 한다.

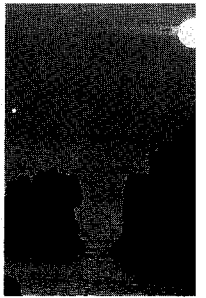
또 저혈당이 너무 자주 나타나거나 혹은 혈당이 계속 높을 때에도 식사습관, 인슐린양을 점검해야 한다. 저혈당은 공복시에 주로 나타나는데 무기력증, 공복감, 식은땀, 두통 등의 증상이 있다. 이럴 때는 신속히 설탕물이나

표 1. 경구혈당강하제

상품명	일반명	사용량	지속시간	최대효과 발현시간
글루레노롬 Glureonorm	Gliquidone	15~120mg	5~7시간	2~3시간
다오닐 Daonil 유글루론 Euglucon	Glibenclamide	5~15mg	12~14시간	6~8시간
다이아비네스 Diabinese	Chlorpropamide	100~500mg	60시간	8~10시간
다이아미크롬 Diamicrom	Gliclazide	40~240mg	12~24시간	4시간

표 2. 인슐린주사

품명	회사명	(시간) 효과발현	(시간) 최대효과	(시간) 지속효과	원형	(ppm) 농도	농도
A 속효성인슐린							u-40
액트라피드(Actrapid, MM)	Novo	0.5	2~4	8	사람	≤1	u-100
베로술린(Velosulin)	Wordirk	0.5	2~4	8	파리	≤1	u-80
디·에스인슐린(DS 인슐린)	동신제약	0.5	2~5	8	소	?	u-40
휴물린-엘(Humulin-r)	Lilly	0.5	2		사람	≤	u-80 a
B.중간형							
모노타르드(Monotard, HM)	Novo	2.5	7~15	22	사람	≤1	u-40
인슐라타드 (Insulatard · Human)	Nordisk	2	6~12	24	반갑성	≤	u-100
휴물린-엘(Humulin-N)	Lilly		5~12	2	사람		u-100
인슐라타드(Insulatard)	Nordisk	2	6~12	21	돼지	<	u-80
엔·피·에워(NPPI)	독신	1~4	6~14	16~28	소	10000	u-80
녹십자·이소란인슐린	녹십자	1~4	6~14	16~28	소돼지	15000	u-40 u-80



주스 등을 마신다.

④ 규칙적인 생활을 한다.

적정량의 식사와 처방된 약을 규칙적이고 정확하게 실천한다. 약의 복용시간, 인슐린 주사시간, 약의 용량, 식사시간, 식사량을 정확히 지킨다.

⑤ 정기적으로 혈당을 측정하여 항상 약제와 주사가 유효하게 작용하고 있는지 조사한다.

⑥ 처방된 인슐린, 경구혈당강하제와 당뇨인임을 나타내는 표시를 기록한 당뇨수첩을 가지고 다닌다.

⑦ 만약의 경우를 대비하여 비상식량(크레커, 사탕, 단음식 등)을 준비한다.

⑧ 몸이 아플 때에는 평상시와 같이 같은 약을 복용하거나 인슐린 주사를 해야한다. 혈당검사, 뇨당검사는 하루 4번 검사한다.

⑨ 식사습관 및 신체활동에 변화가 있을 때에는 반드시 의사와 상의한다.

⑩ 경구혈당강하제와 다른 약제를 사용할 때 주의한다.

혈당을 올리는 약물로는 부신피질호르몬, 먹는 피임약, 이뇨제(다이아자이드계), 갑상선 호르몬, 설탕이 들어 있는 물약(특히 기침약) 등이다.

혈당을 내리는 약물로는 술, 아스피린(해열제), 테라마이신계통의 항생제가 있다.

⑪ 인슐린의 보관은 냉장고나 서늘한 곳에 보관하며 얼리거나 너무 뜨거운 곳은 약효가 떨어지므로 피한다.

社 告

⋮

독자 여러분의 목소리를
듣고 싶습니다!

⋮

월간당뇨는 당뇨인 및 그 가족, 관련 전문인의 대화의 광장이고자 합니다.

당뇨를 관리하면서 겪은 체험수기나 병상일기 등 당뇨에 관한 어떤 이야기든 정성껏 받아 실어드리겠습니다.

또한 당뇨인을 곁에서 지켜보고, 돌보고 있는 가족 및 의사, 간호사, 약사, 영양사 등 의료인들의 다양한 목소리도 기다리고 있습니다.

당뇨와 직접적인 관련이 없는 일반 수필이나, 잡문 및 시 등도 보내주시면 정성껏 실어드리겠습니다.

팩스나 우편을 통해 보내주시면 게재 후 소정의 원고료와 함께 월간당뇨에서 발행하는 각종 서적과 당뇨관리용품 등을 사례로 보내드리겠습니다.

• 보낼 곳 : 월간 당뇨 편집실

전화 : 743 - 9482/3

FAX : 745 - 0349

서울시 종로구 명륜동2가

8-28 우편번호 110-522