



미국 당뇨학회 및 조슬린 당뇨병 센터 방문기

당뇨병 관리의 대부분 책임의 주체와 몫은 당뇨인 자신의 것이다

조슬린 박사는 당뇨인들이 적극적으로 자신들의 치료에 참여해야 한다고 믿었고 그는 당뇨인들의 혈당이 가능한 정상에 가깝도록 조절해야만 하고 이는 합병증 예방과 건강한 삶을 위해 필요하다고 생각



최 현 숙
서울중앙병원 당뇨병 클리닉 간호사

본인은 지난 1995년 6월 10일부터 4일 동안 미국 조지아주의 아틀랜타에서 열렸던 제 55회 미국 당뇨학회에 참석한 후 6월 14일과 15일은 메사츄세츠주의 보스턴에 있는 조슬린 당뇨병센터를 방문, 견학하였다.

미국 당뇨학회의 강의 및 발표 논문 중에서 인상적이었던 내용은 환자들의 혈당조절 및 합병증 예방을 평가하여 얻어낸 당뇨교육의 비용과 효율성에 대한 내용이었다.

이 내용에서는 교육의 중요성이 매우 강조되고 있었으며, 결론적으로 잘 구조화된 당뇨교육은 혈당조절 및 합병증 예방에 효과적이며 이는 궁극적으로 잘 구조화된 당뇨교육이 환자의 전체적인 비용절감에 효과적이라는 내용이었다.

우리나라에서도 당뇨병 환자의 효과적인 관리를 위해서는 구조화된 교육과정 및 내용의 확립이 절실히 필요하다고 생각되었으며 의사, 간호사, 영양사, 사회사업가, 운동치료



사의 역할과 책임이 정립되어야 한다고 생각되었다.

최근 미국에서는 환자의 당뇨교육비에 대한 의료보험혜택 유무의 논란이 제기되고 있으며 이를 위해 당뇨교육 및 상담이 환자의 치료 및 합병증 예방에 실제적으로 긍정적인 영향을 미치며 이는 궁극적으로 환자의 전체적인 비용절감에 유의하다는 연구가 활발히 이루어지고 있다.

우리나라에서도 이에 대한 인식 및 연구가 필요하며 환자의 당뇨병 관리에 유의할 수 있는 체계적이고 구조화된 교육을 위해 당뇨관리자 및 교육자에 대한 '자격'의 제도적 장치가 필요하다고 생각한다.

4일 동안의 미국 당뇨학회 참석을 통해 좀더 합리적이고 최근에 연구되어진 내용으로 당뇨교육 및 상담에 임할 수 있는 기회를 갖게 되었으며, 당뇨교육의 의미, 방법, 나아갈 방향 등에 대한 기본적인 지침을 새삼 재인식하게 되었고, 다양한 종류의 소책자 및 자료의 취득으로 추후 당뇨교실의 운영 및 상담기술에 도움이 될 것으로 기대된다.

조슬린 당뇨병센터는 당뇨병 전문병원으로써 1898년 조슬린 박사가 설립하여 지금은 미국 내에 여러 연계된 협력 센터와 메사츄세츠 내에 여러 개의 분원을 가지고 있다.

조슬린 당뇨병센터는 당뇨전문의사, 당뇨전문 간호사, 당뇨교육 간호사, 영양사, 운동치료사, 정신과의사 안과의사, 기타 신장전문 의사, 산부인과 전문의사, 정형외과 전문의사를 한팀으로 하여 환자를 치료한다.

조슬린 당뇨병센터는 주로 외래 환자를 대상으로 치료하지만 합병증이 심할 경우에는 유기적 협력 체계가 수립되어 있는 디크니스 병원에서 입원 치료하도록 되어 있었는데 본인의 방문기간 동안에는 디크니스 병원에 입원해 있는 당뇨 환자들이 없어서 살펴볼 수는 없었다.

조슬린 당뇨병센터의 구조를 간략히 살펴보면 1층에는 안과, 2층에는 진료실 및 개별 교육실(1Unit에는 일반 당뇨 및 개별 교육실, 2Unit에는 소아당뇨 및 임신성 당뇨, 3Unit에는 신장합병증, 정신과 및 성기능 클리닉, 4Unit에는 검사실 및 응급실), 3층에는 단체교육실, 운동치료실, 간이 입원병상(10병상), 4, 5, 6층은 연구 및 실험실, 7층은 회의실 및 사무실로 되어 있었다.

조슬린 당뇨병센터는 당뇨병에 대한 역사와 조슬린 센터의 역사와 흐름을 알 수 있게 해 주는 세밀한 배려와 아늑함, 편안함을 느끼게 해 주어서 박물관이나 고궁에 들어선 것 같은 착각을 일으키기도 하였다.

설립자인 조슬린 박사가 사용했던 타자기, 책상 및 조슬린 박사의 개인 환자의 차트, 관리장부, 인슐린 주사기구, 개인 당뇨수첩 등이 곳곳에 전시되어 있었다.

1층 현관에는 조슬린 당뇨병센터의 치료 방향 및 목적을 상징하는 6개의 사진이 부착되어 있었다.

조슬린이 가정 방문하여 환자를 치료하는 사진, 소년당뇨캠프와 소녀당뇨캠프, 임신성 당뇨를 치료했던 사진(그 당시 여자의사를 병원안에 들어오지 못하게 하였으므로 여의



사가 병원 밖에서 환자를 진료하는 장면, 그 당시 임신성 당뇨의 모아사망률이 85%에서 15%로 감소했다고 함), 실험실에서의 여러 연구자가 토론하는 사진, 자신의 환자였던 어머니를 치료했던 사진들이 그것이었다.

2층에는 휴게실 및 정원이 꾸며져 있었고 그곳에 큰 나무들이 여러 그루 심어져 있었는데 인슐린 의존성 소아당뇨 아이들이 자신



의 이름을 나무에 표시하여 자신들과 함께 자라는 나무를 바라보고 건강한 삶에 대한 용기와 의욕을 북돋아 주도록한 세심한 배려는 보는 이들을 감동케 했다.

7층에 위치한 회의실에는 5년, 10년, 15년, 20년, 25년, 30년 동안 합병증 없이 당뇨관리를 효과적으로 하고 있는 환자에게 주는 메달과 진단후 50년 생존시 수여하는 메달이 전시되어 있어서 조슬린 박사의 환자 중심의 사고와 휴머니즘을 느끼게 해 주었다.

당뇨병 관리의 대부분의 책임의 몫은 당뇨인 본인의 것이고 당뇨관리의 주체 역시 당뇨인 본인임을 암시함과 동시에 의료진은 어떤 경우에도 환자의 절대적 지지자이며 보조자임을 느끼게 해 주는 것이다.

조슬린 당뇨병센터 내에는 당뇨전문 간호사와 교육간호사가 있는데 당뇨전문 간호사는 입원환자의 일일 회진을 통해 문제를 발견하고 외래 환자의 경우 일정한 시간(약 90분 정도 지정되어 있음)에 전화하도록 하여 일반관리 및 약물 조정에 대한 전화상담을 한다고 한다.

당뇨교육 간호사는 의사 처방에 따른 교육만을 시행하고 있었는데 방문 당시 '산드라'라는 당뇨교육 간호사를 소개받았고, 그녀의 개인 당뇨교육을 참관할 수 있었다.

교육내용은 혈당측정에 대한 것이었는데 외래환자는 65세의 뚱뚱한 남자로 혈당조절이 잘 되지 않고 눈에 배경성 당뇨병성 변화 및 다리가 저리고 감각이 떨어지는 등 신경 합병증이 동반된 환자였다.

환자는 자신이 직접 해봐야 한다는 간호사의 권유를 거절하며 결국 부인이 실습대상이 되어 교육이 끝났다. 간호사는 잠시 환자를 기다리게 한 후 의사에게 다녀왔는데 환자가 직접 해봐야 한다고 했다. 결국 환자는 자신이 직접 찌르고 직접 검사를 시행하였다.

교육내용은 본인의 교육내용과 비교할 때 비슷하지만 산드라의 환자를 무용하는 자세와 실제적이고 구체적인 자세와 부드러운 대화기술은 분명히 배울만 하였다. 마치 어머니가 어린 아들을 대하듯이 ...



조슬린 박사는 당뇨병인들이 적극적으로 자신들의 치료에 참여해야 한다고 믿었고 그는 당뇨병인들의 혈당이 가능한 정상에 가깝도록 조절해야만 하고 이는 합병증 예방과 건강한 삶을 위해 필요하다고 생각하였으며 그의 생각은 최근의 DCCT Study(엄격한 혈당조절이 당뇨병 합병증 발생을 50%이상 예방한다)를 통해 증명된 것이다.

그는 엄격한 혈당조절을 위해 자주 혈당측정을 하고 그것을 약용량을 조정하는데 응용해야 한다고 주장하였다.

조슬린 당뇨병센터의 자가관리 교육과정들은 매우 다양하였는데 그중 '하자' 과정

(Do It, Diabetes Out patient Intensive Treatment)이 가장 대표적이라 하겠다.

이는 초진환자를 위한 과정으로 3박4일 동안 진료, 검사 및 교육을 포함하는 프로그램으로 비용은 1,700\$이며 진료 및 검사비용은 1,200\$이고 교육과정에 대한 비용은 500\$로 교육과정에 대한 비용은 보험혜택을 받을 수 없기 때문에 접수시 그에 대한 설명을 하고 있었다.

본인이 방문했던 기간은 의료진들이 내분비학회 참석관계로 'Do It' 프로그램은 실시하지 않았다.

당뇨전문 도시락업체 닥터·푸드

당뇨인에 있어서 가장 중요한 것은 식사를 얼마나, 어떻게 먹느냐 하는 문제일 것이다. 최근 당뇨병인들의 이러한 고민을 덜어주기 위해 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 개별 방문하여 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