

## 당뇨병 교육의 문제점



민 경 완

노원을지병원 내과 과장

다른 질환과는 달리  
교육이 중요한 당뇨병을  
효과적으로 관리하기 위해서는  
당뇨병 교육비가 인정되어야

### 당뇨병 교육의 중요성

당뇨병은 다른 병과는 다른 독특한 특징이 있다. 그것은 당뇨병 관리에 있어서 환자의 역할이 상당히 중요하다는 것이다. 혈당조절에는 식사요법, 운동요법, 약물요법 등이 필요한데 식사나 운동은 환자 스스로 해야 하는 일이기 때문이다. 환자의 도움이 없는 당뇨병 관리란 있을 수 없다.

최근에 당뇨병 환자의 수는 굉장히 증가하고 있다. 그래서 피곤하거나 살이 빠지거나 하면 혹시 당뇨병 아닐까 하고 검사를 받아 보는 것이 흔한 일이 되었다. 그래서인지 TV나 신문 등에서도 당뇨병에 관한 기사를 흔히 접하게 된다.

당뇨병이 식사조절과 밀접한 관계가 있다는 것은 상식적인 이야기이다.

환자를 진료할 때는 교육으로 시작해서 교육으로 끝을 맺는다. 그 만큼 당뇨병 관리에는 환자의 적극적인 도움이 굉장히 중요한 것이다. 정신과 의사의 면담이 약물치료와 더불어 중요한 부분인 것처럼 당뇨병 교육도 당뇨환자의 진료에서 떼어놓을 수 없는 필수요소이다. 당뇨병 교육이 없다면 아무리 훌륭한 처방을 한다 하더라도 혈당조절이 제대로 될 수가 없다.

이렇게 당뇨병 교육이 진료에 필수적인 요소임에도 불구하고 현재의 의료보험에서는 환자에 대한 교육비를 거의 인정하지 않고 있다. 환자에 대한 교육비라고 해야 조진료, 재진료가 전부이므로 충분

한 시간을 당뇨환자의 교육에 쓸 수가 없다. 당뇨병 교육은 그야말로 환자에 대한 무료봉사인 셈이다.

### 당뇨병 교육의 문제점

효과적인 당뇨병 교육을 위해서는 의사뿐만 아니라 영양사, 간호사, 운동처방사, 사회사업가 등의 도움이 필요하다.

무료봉사로 이렇게 많은 인력의 적극적인 참여와 효율적인 운영을 기대할 수는 없다. 그러므로 개인병원을 찾는 환자들은 올바른 진료를 받을 수가 없게 되고, 심하지 않은 당뇨병 환자들도 종합병원을 찾게 된다. 그나마 종합병원에는 많은 환자를 대상으로 하는 집단교육과정이 있어서 최소한의 당뇨병 교육이 시행되고 있기 때문이다.

그러나 이것도 그야말로 의료봉사의 차원이므로 당뇨병교육실이나 교육자료, 교육자를 제대로 확보한다는 것은 매우 어려운 일이다. 병원 수익금의 일부를 봉사차원에서 당뇨교육실에 내놓는 것이기 때문이다.

따라서 대부분의 당뇨교실은 자원봉사차원에서 운영될 수 밖에 없다. 간호사나 영양사는 자신의 본래 근무를 하고 남은 시간을 내서 당뇨병 교육에 참여해야하고 사회사업가, 운동처방사는 없는 경우가 대부분이며 의사는 당뇨교육이 꼭 필

요한 일이므로 사명감만으로 참여하게 된다.

이러한 열악한 환경에서 당뇨교육의 체계적인 발전을 바란다는 것은 쉬운 일이 아니다. 진료에 참여하는 당뇨병 교육자의 노력에 대한 적절한 교육비가 인정되어야 환자에 대한 올바른 진료가 가능할 것이다.

지금과 같은 현실에서는 당뇨병 환자는 당뇨약과 혈당검사 그리고 최소한의 교육을 받고 스스로 알아서 당뇨관리를 해나가야 한다.

그러다보니 당뇨병에 관한 잘못된 상식과 치료법이 홍수를 이루고 있으며, 잘못된 민간요법, 잘못된 식 Mayo법, 잘못된 약물요법... 등등이 시간이 가면 갈수록 더 많아지는 느낌이다. 환자의 약한 마음을 비집고 알팍한 상술이 춤을 추기 때문이다.

당뇨병을 발견하고도 수년동안 이렇게 잘못된 방법으로 당뇨병을 관리하다 중풍이 생겼거나, 실명하거나, 다리를 절단하게 됐거나, 신장에 합병증이 생기게 된 환자를 대할 때면 마음이 답답해진다. 초기부터 환자를 효과적으로 교육하고 적절한 진료를 받게 했다면 그런 상황을 막을 수도 있었기 때문이다.

당뇨병의 증상이 초기에는 그렇게 뚜렷하지 않기 때문에 환자 스스로 알아서 열심히 혈당관리를 한다는 것은 불가능한

당뇨병 교육을 위해서는 의사·간호사·영양사·운동처방사·사회사업가 등의 적극적인 도움이 필요하나 현재는 자원봉사 차원에서만 운영되고 있는 실정이다.

일이다. 적절한 당뇨교육을 통해서 혈당 관리의 필요성을 설명해주고, 잘못된 방법으로 관리할 때 어떤 일이 일어날 수 있는지에 대해서 미리 충분한 설명을 해주어야만 초기부터 환자의 행동을 바꿀 수 있다.

### 효과적인 당뇨병 교육에 관하여

짧은 시간에 많은 당뇨병에 관한 지식을 전달하는 지금과 같은 방법으로는 충분한 효과를 거두기가 힘들다. 환자의 생각과 처지를 먼저 파악하고, 그 생각으로 환자가 어떤 행동을 하고 있는지를 알아내서 그것을 올바른 방향으로 교정해 주어야 효과를 거둘 수가 있다. 때로는 당뇨병 교육이 환자에게 오해를 불러 일으켜 잘못된 방법으로 환자가 당뇨관리를 하는 경우도 생긴다.

예를 들어 “당뇨병은 혈당이 높아서 당분이 소변으로 많이 빠져나가는 병입니다” 이런 교육을 했을때 환자가 당이 소

변으로 빠져나가는 것을 막기위해서 물을 일부러 안 먹는 경우가 종종 있다.

또한 “당뇨식사는 골고루 알맞게 먹어야 한다. 식사량은 다음과 같습니다”하고 식품모델을 보여주며 교육을 했을때, 어떤 환자는 혈당도 조절이 안되고 몸무게가 계속 빠져서 기운이 없는데도 더 이상 먹으려 하지 않는 경우가 있다.

당뇨병 교육은 꾸준히 계속되어야 한다. 그리고 효과적인 교육법도 개발되고 연구되어야 한다. 교육자료도 단순한 지식의 전달을 목적으로 하는 것 보다 환자의 행동을 적절하게 변화시킬 수 있는 쪽으로 연구되어야 한다. 이런 모든 것이 자원봉사로 이루어져야 한다는 것은 어려운 일이다.

환자의 대부분이 노령인구라는 것도 고려되어야 한다. 구체적인 실습위주의 개인교육이 필요한 경우도 많이 있다. 당뇨부패, 운동실습, 인슐린 주사교육 등 실습을 통한 교육이 강의에 의한 교육 보다 더 효율적이다.

## 사 고

### 본 협회에 기부금 제공할 경우 소득공제받을 수 있습니다.

본 협회에 공식성기부금을 제공하는 법인 및 개인은 손비를 인정받게 됩니다.

손비로 인정되는 범위는 소득금액의 7%와 자기자본(50억원 한도)의 2%를 합산한 금액까지이며, 근로소득자의 경우도 본 협회에 공식성기부금을 제공할 경우 소득금액의 5% 범위내에서 소득공제를 받을 수 있습니다.

본 협회의 공식성기부금 대상단체 지정은 법인세법시행규칙 제17조 제50호에 의해 지정됐습니다.

“사단법인 한국당뇨협회”는 94년부터 몇몇 뜻있는 당뇨인과 당뇨관련 전문인 및 기업인이 중심이 돼 설립의 필요성이 제기돼오다 1995년 3월에 발기인대회를 거쳐 동년 5월 1일자로 보건복지부로부터 사단법인으로 정식 허가를 받았습니다.

“사단법인 한국당뇨협회”는 당뇨인과 그 가족을 중심으로 당뇨 관련 전문인(의사, 간호사, 영양사, 약사, 사회복지사)을 비롯해 후원인 등으로 구성돼 있으며, 앞으로 당뇨병과 관련한 다양한 정보를 수집, 보급하면서 당뇨병의 계몽과 교육 등 홍보에 앞장서는 한편 연구 및 조사에도 참여해 당뇨병의 퇴치 및 치료에 기여할 것입니다.

그런데 이런 개인교육이 가능한 병원은 그 수가 손에 꼽을 정도이고, 이들의 교육경험도 시작단계이며 교육비를 받는 것도 의료보험법과 약간의 마찰이 있으므로 실로 커다란 문제이다.

노인환자에서의 적절한 식사방법·운동방법의 개발도 시급한 과제이다. 원칙적인 방법 외에 현재의 생활여건과 식사습관에 맞는 구체적인 방법의 개발이 더욱 필요하다.

수는 적지만 인슐린 의존성 당뇨병 환자의 관리는 인슐린 비의존성 환자의 관리 보다 더 많은 노력이 필요하다. 이들을 위해서는 24시간 상담할 수 있는 시설을 포함하여 인슐린 비의존성 환자와는 다른 좀더 철저한 당뇨교육 체계가 갖추어져야 할 것이다.

인슐린 의존성 당뇨병 환자를 따로 관리 할 수 있는 센터도 고려할 필요가 있다.

이렇게 종합적이고 다양한 당뇨병 교육을 초진료, 재진료만으로 해결한다는 것은 정말 역부족이다.

그러므로 다른 질환과는 성격이 매우 다른 당뇨병에 관해서만은 당뇨병 교육비를 인정받아서 효과적인 당뇨교육이 가능하도록 더욱 노력할 필요가 있을 것이다. **DAK**