

우리나라 당뇨병자들의 민간요법 실태*

조미란·조여원

경희대학교 식품영양학과, 임상영양연구소

A Study of Folk Remedies in Type II Diabetic Patients*

Cho, Mi Ran · Choue, Ryowon

Department of Food and Nutrition, Research Institute of Clinical Nutrition,
Kyung Hee University, Seoul 130-701, Korea

ABSTRACT

Many type II diabetic patients use folk remedies to treat diabetes in Korea. The physiology, pathology, usage, and prescriptions of folk remedies are not well established, and the effects of those remedies were handed down by word of mouth of experienced persons. Most of these remedies can cause unexpected side effects if consumed in large amounts since patients lack scientific backgrounds and the precise effects as well as the possible side effects have not been proven. The purpose of this survey was to investigate the prevalence of diabetic folk remedies used by adult diabetic patients who use diet therapy to treat diabetes. This information can be used for a basic scientific approach to diabetic folk remedies. The results of the survey were as follows : 1) Thirty-nine patients(53.4%) out of a total of 73 patients, answered that they used folk remedies. 2) There were 54 kinds of folk remedies for diabetes, and the most popular ones are silk worm powder, red jinseng, silkworm pupa, raw lentils, and cabbage, that to accounted for 97.4% of the experienced group. 3) The most common way to be exposed to folk remedies were recommendations by friends and relatives, and through the mass communication such as TV, newspaper, magazine. As far as the effects of the folk remedies goes, 17% answered that they experienced positive effects in controlling blood glucose levels and 5.7% reported negative effects. Moreover, 17.1% answered that they experienced side effects like stomach ache and bloating. 4) The 82.9% of the experienced group answered that they used silkworm powder, which was the most popular one in folk remedies. 5) 75% of the experienced group patients showed positive responses to folk remedies, saying that they will try new folk remedies if introduced. Even 66.7% of inexperienced group showed their interest saying that they will try new folk remedies. (*Korean J Nutrition* 31(7) : 1151~1157, 1998)

KEY WORDS : diabetes mellitus · folk remedy · diet therapy · dietary questionnaire.

서론

당뇨병 치료는 일반적으로 식사요법과 운동요법, 그
채택일 : 1998년 6월 26일

*This research was supported by the grants from
Office of Rural Development Research

리고 필요시 약물요법을 병행하는 것¹⁾²⁾이 시행되고 있다. 그러나 당뇨병을 근본적으로 치료할 수 있는 방법이 아직 개발되지 못하고 있기 때문에 많은 환자들이 여러 종류의 민간요법에 의존하고 있다³⁾⁴⁾. 민간요법이란 어느 나라에서나 그 민족이 독특하게 사용해 온 치료법으로 생리, 병리, 용법, 처방 등이 정연하게 수립되

어 있지 못하고, 경험 및 체험으로부터 그 효과가 구전으로 전해 내려온 치료방법을 말한다. 이들의 상당수는 과학적 근거가 희박하고 치료효과 및 부작용의 판별이 가능하지 않아 구분별하게 쓰일 경우 예상할 수 없는 부작용을 유발할 수 있다.

현재까지 조사된 바에 의하면 우리나라에서 당뇨병에 쓰이고 있는 민간요법의 종류는 약 82종이 있으며, 이들의 대부분은 식물성으로 풀류, 곡류, 종실류, 채소·과일류, 그리고 버섯류 등이 사용되고 있다. 동물성으로는 곤충류, 어육류 등이 있으며, 건강식품류, 한약재료 등도 민간요법으로 쓰이고 있다⁴⁾. 환자들이 사용하고 있는 대표적인 것으로 달개비풀, 홍삼, 알로에, 양배추, 울무, 날콩 등이 있으며⁴⁾, 그 외에도 두꺼비, 지렁이, 사람 오줌에 이르기까지 실로 그 종류가 다양한 것으로 보고되고 있다⁵⁾. 김경래³⁾의 보고에 의하면 민간요법을 하는 가장 큰 이유는 더 빠른 치료 효과를 찾기 위함이며, 이는 심리적으로 힘들이지 않고 쉽게 당뇨 조절을 하고자 하는 환자들의 기대에 의한 것이라고 볼 수 있다.

세계적으로 대체의학(alternative medicine)에 대한 연구가 활발히 진행되고 있는 가운데, 우리나라에서도 달개비풀, 인삼, 달맞이꽃 종자유⁶⁾, 동글레^{7,8)}, 하늘타리^{9,10)}, 우엉, 결명자, 구기자⁸⁾, 메밀^{10,11)}과 누에관련 물질¹²⁾ 등에 대한 연구가 진행되었다.

본 조사에서는 현재 식사요법을 통해 당뇨조절을 하고 있는 성인 당뇨병환자에서 상용되고 있는 당뇨병 민간요법의 실태를 조사하고 이들의 사용경로 및 민간요법에 대한 태도 등을 파악하여 민간요법에의 보다 과학적인 접근을 위한 기초자료로 삼고자 한다.

대상 및 방법

1. 조사 대상

본 조사는 1997년 7월 1일부터 8월 30일까지 서울 지역에 있는 4개 대학병원(경희의료원, 경희분당차병원, 중앙대병원, 한양대병원)의 당뇨교실에 참여한 인슐린비의존성(Type II) 당뇨병 환자 82명을 대상으로 하였다. 조사대상자의 기준은 40세 이상의 성인으로 당뇨진단을 받은지 1년 이상이 되며, 통원 치료 중에 병원에서 실시하고 있는 당뇨교실을 통하여 식사요법 교육을 받고 있는 성인 당뇨병환자로 하였다.

2. 조사방법

설문지는 대상자의 일반 특성, 당뇨병 치료방법, 가족력, 경험한 민간요법의 종류 및 사용 경로, 효과판정

등에 관한 16개의 문항으로 구성되었다. 조사대상자에게 연구목적과 기재요령에 대하여 설명한 후, 이에 동의한 환자 및 보호자에게 설문지를 배부하고 본인이 직접 기록하거나 본인이 글을 읽을 수 없는 경우에는 보호자나 조사자와 면담을 통하여 설문지를 기록하였다. 설문지에 응답하는데 평균 10분 정도 소요되었다. 배부한 설문지 총 82부 중 통계 처리가 곤란한 9부를 제외하고, 결과 분석에 사용된 설문지는 73부였다.

민간요법의 효과판정은 환자가 민간요법을 실시한 후 실제 검사결과 혈당이 떨어졌거나 혹은 사용하던 당뇨병치료제의 용량을 줄일수 있었을 경우를 효과가 있었다고 판정하도록 하였다.

결 과

1. 대상자의 일반특성

설문조사에 응한 당뇨병환자는 총 73명으로, 남자 40명, 여자 33명(남 : 녀 1.2 : 1)이었다. 대상자들의 평균연령은 57.9±9.9세(41~82세)로, 40대가 7.5%, 50대가 49.3%, 60대 31.3%, 70대 10.4%, 그리고 80대가 1.5%이었으며, 교육정도는 국졸이하가 22.8%, 중졸이하가 20.2%, 고졸이하가 20.0%, 그리고 대졸이상 37.2%이었다. 평균 당뇨병 이환기간은 6.8±5.4년(1~25년)이었으며, 가족력이 있는 경우는 42.6%이었다. 가족력이 있다는 것은 3촌이내의 직계가족에서 당뇨병이 있는 경우로 한정하였다. 조사 당시 당뇨병의 치료는 식사요법으로만 하는 경우가 9.7%였고, 경구혈당강화제를 복용하는 경우가 53.4%, 인슐린주사를 맞는 경우가 30.2%이었으며, 경구혈당강화제 복용과 인슐린주사를 동시에 사용하는 경우는 6.8%이었다(Table 1).

2. 민간요법의 경험실태

설문에 응한 73명 중 53.4%에 해당하는 39명이 한 종류 이상의 민간요법을 경험하였다고 응답하였고(민간요법 경험군), 민간요법을 경험하지 않았다고 응답한 환자는 대상자의 46.6%인 34명이었다(민간요법 무경험군). 민간요법을 경험하였다는 것은 한가지 민간요법을 일주일 이상 복용하였을 때를 기준으로 하였다(Table 1).

민간요법 경험군의 평균 연령은 57.1±5.5세(41~69세)이었고, 남녀 비는 1.6 : 1이었다. 교육정도는 국졸이하가 30.7%, 중졸이하가 15.4%, 고졸이하가 7.7% 그리고 대졸이상 46.2%이었다. 당뇨병의 평균이환기간은 7.5±5.4년(1~20년)이었으며, 가족력이 있는 경우가 48.4%이었다. 민간요법 경험군의 현재 당뇨

Table 1. General characteristics of the patients who experienced or did not experience the Korean folk remedies

	Experienced group ¹⁾	Inexperienced group
	n=39	n=34
Sex(M/F)	24/15	16/18
Age(yr)	57.1±5.5 ²⁾	61.8±9.5
40-49	5.7%	9.1%
50-59	65.7%	30.3%
60-69	28.6%	36.4%
70-79	-	21.2%
70-89	-	3.0%
Education level (%)		
Elementary school	30.7	19.0
Middle school	15.4	23.8
High school	7.7	28.6
University	46.2	28.6
Duration of diabetes(yrs)	7.5±5.4	6.0±5.4
Family history(%)		
Yes	48.4	35.5
No	51.6	64.5
Types of treatments(%)		
Diet therapy	10.3	5.9
Oral hypoglycemic drugs	46.1	64.7
Insulin injection	30.8	29.4
Oral hypoglycemic drugs and insulin injection	12.8	-

1) Experienced group : Patients who experienced the folk remedies longer than 1 week.

Inexperienced group : Patients who did not experience the folk remedies.

2) Values are mean±SD

병의 치료는 식사요법 및 운동요법으로만 하는 경우가 10.3%, 경구혈당강하제를 복용하는 경우가 46.1%, 인슐린주사를 맞고 있는 경우가 30.8%이었으며, 경구혈당강하제 복용과 인슐린주사를 동시에 사용하는 경우가 12.8%이었다. 또한 민간요법 경험군의 30.7%에서 약물치료와 민간요법을 병행하고 있었고, 2.6%는 기존의 약물치료는 중단하고 민간요법만 하고 있었다.

민간요법 무경험군의 평균연령은 61.8±9.5세(43~82세)이었고, 남녀비는 1.1 : 1이었다. 교육정도는 국졸 이하가 19.0%, 중졸이하가 23.8% 고졸이하가 28.6% 그리고 대졸이상인 28.6%이었다. 당뇨병의 평균이환기간은 5.3±4.3년(1~16년)이었으며, 가족력이 있는 경우는 35.5%이었다. 민간요법 무경험군의 현재 당뇨병의 치료는 식사요법 및 운동요법으로만 하는 경우가 5.9%, 경구혈당강하제를 복용하는 경우가 64.7%, 그리고 인슐린주사를 맞고 있는 경우가 29.4%이었다.

Table 2. Korean folk remedies that had been used by patients (Total 54 types)

Plants(28 types)
Grass : dalgaebi plant, dangdu chung, whiteman's foot, sweet brier
Tree : willow leaves, mulberry leaves, pine needles
Creals : black beans, raw bean, an acron, small potato, yam, corn silk adlay, brown rice
Vegetables : age amber, dot sprout, wild parsley, derup, cabbage, green onion roots
Fruit : jujube, grapes, pear, watermelon, sansuyu
Mushroom : youngji mushroom
Seaweeds : tangle
Animals(11 types)
Insect species : silk powder, silk pupa, dilk liquor
Domestic animals : pig pancreatic, cow's gallbladder, bear's gallbladder, duck
Fishes : crucian
Mollusk : shail, see slug
Excrement : silk powder
Health food(10 types) : a chinese matrimony vine, royal jerry, honey, squelaren, aloe fruit of the Maximowiczia chimemsis, finsenf, kale, chikeri, finsenf steamed red
Oriental medicines(2 types) : the young antlers of the deer, a kind of milk vench
The others(3 types) : charcoal powder, a bamboo salt, brown rice vinegar

3. 조사된 민간요법의 종류

본 조사에서 성인 당뇨병 환자들이 경험한 민간요법의 종류는 총 54종이었으며, 식물성이 28종으로 가장 많았고, 동물성이 11종, 건강식품류 10종, 한약재류 2종, 기타 3종의 순이었다(Table 2). 그 중 가장 많이 사용된 것으로는 누에분말, 홍삼, 누에번데기, 달개비 풀, 날콩, 양배추, 돌미나리 등이었으며, 민간요법 경험군의 99.4%가 이들을 복용한 적이 있다고 응답하였다. 경험한 민간요법의 종류는 1인당 평균 4.8종이었으며, 1종에서부터 많게는 22종까지 경험해 본 것으로 나타났다.

4. 민간요법 사용 경로 및 효과 판정

당뇨병 환자들이 민간요법을 사용하게 된 경로를 조사하여 본 결과, 주위의 친구, 친지의 권유에 의해 시도한 경우가 45.9%이었고, TV, 신문, 잡지 등 매스컴의 소개에 의한 경우가 29.7%, 다른 당뇨병 환자의 권유에 의한 경우가 16.2%, 한약방 또는 한의원 소개에 의한 경우가 1.2%였다.

한 경우가 8.2%이었다(Table 3).

경험한 민간요법의 효과에 대하여 환자 자신들이 혈당조절에 효과가 있었다고 응답한 경우가 17.1%, 효과가 없었다고 응답한 경우가 28.6%, 오히려 증세가 더 나빠졌다고 응답한 경우가 5.7%, 잘 모르겠다고 응답한 경우는 48.6%이었다(Table 4). 혈당조절에 효과가 있었다고 판정한 기준은 환자가 민간요법을 실시한 후 실제 검사결과 혈당이 떨어졌거나, 혹은 민간요법 사용 후 복용하던 당뇨병 치료제의 용량을 줄일 수 있었을 경우로 하였다. 또한 17.1%의 환자에서 경험해 본 민간요법에 대해 위경련, 더부룩함 등의 부작용을 느꼈다고 응답하였다.

5. 누에분말의 경험실태

당뇨환자들이 경험한 민간요법 중 가장 많이 사용된 것은 누에분말, 홍삼, 누에번데기, 달걀비플, 날콩, 양배추, 들미나리 등의 순이었다. 특히 누에분말을 복용해 본 경험이 있다고 응답한 환자는 82.9%로 가장 많았고, 누에분말 외에도 누에관련물질(누에번데기, 누에술)을 복용해 본 경험이 있다고 응답한 경우는 민간요법 경험자 중 91.4%에 해당되었다. 누에분말을 복용하는 방법은 주로 분말상태로 하루 2회, 식사 후에 복용하거나 소술개, 약콩과 함께 환으로 만들어서 복용하고 있었으며, 그 외에 식전에 복용하거나, 물에 타서 복용하는 경우도 있었다. 분말상태로 복용하는 경우, 보통 1회에 한스푼씩(약 500mg) 복용하고 있었다.

누에분말을 사용하게 된 경로는 주위의 친구, 친지의 권유에 의한 경우가 48.4%, TV, 신문, 잡지 등 매스컴의 소개에 의한 경우가 35.5%, 다른 당뇨병 환자의 소개에 의한 경우가 12.9%, 한약방 또는 한의원의 소개가 3.2%이었다(Table 5). 다른 민간요법을 사용하게 된 경로에 비하여 주위의 친구나 친지의 권유, 그리고 매스컴의 소개에 의해 경험하게 되었다는 응답이 많았다. 또한 누에분말을 복용한 후 환자 본인이 혈당조절에 효과를 보았다고 응답한 경우가 20.0%이었으며, 효과가 없었다고 응답한 경우가 23.3%, 오히려 더 나빠졌다고 응답한 경우가 3.3%, 그리고 잘 모르겠다고 응답한 경우는 53.4%이었다(Table 6). 누에분말을 사용해 본 환자의 6.7%에서 더부룩함, 저혈당의 부작용이 있었다고 응답하였다.

6. 새로운 민간요법에 대한 태도

본 설문조사에 응한 모든 대상자들의 새로운 민간요법에 대한 반응을 조사한 결과 민간요법 경험군에서 만약 새로운 민간요법을 소개받았을 경우, 일단 한 번 시도해 보겠다고 응답한 환자가 41.6%, 주치의와 상의해

Table 3. Sources of exposure for folk remedies in experienced group* (n=39)

	(%)
Friends and families recommendation	45.9
TV, newspapers, magazines	29.7
Other DM patients' recommendation	16.2
Oriental medical doctor's recommendation	8.2

*Experienced group : Patients who experienced the folk remedies longer than 1 week.

Table 4. The effects of folk remedies in experienced group (n=39)

	(%)
Better after taking folk remedies	17.1
Same as before	28.6
Worse after taking folk remedies	5.7
Do not know	48.6

*Experienced group : Patients who experienced the folk remedies longer than 1 week.

Table 5. Sources of the exposure of silkworm powder (n=39)

	(%)
Friends and families recommendation	48.4
TV, newspapers, magazines	35.5
Other DM patients' recommendation	12.9
Oriental medical doctor's recommendation	3.2

Table 6. The effects of silkworm powder (n=39)

	(%)
Better after taking silkworm powder	20.0
Same as before	23.3
Worse after taking silkworm powder	3.3
Do not know	53.4

Table 7. Responses for the exposure of new folk remedies (n=73)

	Experienced group ¹⁾ (n=39)	Inexperienced group (n=34)
	(%)	(%)
Will try	41.6	6.7
Will try after consultation with doctor	33.4	60.0
Will not try	25.0	33.3

1) Experienced group : Patients who experienced the folk remedies longer than 1 week.
Inexperienced group : Patients who did not experienced the folk remedies.

서 사용하겠다고 응답한 환자가 33.4%, 그리고 사용하지 않겠다고 응답한 환자는 25.0%이었다(Table 7).

한편, 민간요법 무경험군에서는 만약 새로운 민간요법을 소개받았을 경우, 일단 한번 시도해 보겠다고 응

답한 환자가 6.7%. 주치의와 상의해서 사용하겠다고 응답한 환자가 60.0%, 사용하지 않겠다고 응답한 환자가 33.3%로 나타났다.

고 찰

당뇨병은 인슐린 부족 혹은 인슐린 저항성의 증가로 발생하는 대사이상 질환으로 현재까지 유전 경위 및 원인이 명확히 밝혀지지 않고 있으며, 고혈당 및 당뇨와 이에 동반되는 지질 및 단백질의 대사장애와 혈관장애를 특징으로 한다¹³⁾. 세계보건기구(WHO, 1985)에서는 당뇨병 치료의 목표를 고혈당이나 고지혈증과 같은 대사 이상을 교정하고 합병증 발생의 예방 또는 지연 및 그 진전을 방지하며 이상체중을 유지하면서 가능한 정상적인 사회생활을 영위할 수 있게 하는 것이라고 밝혔다¹⁴⁾. 당뇨병에 있어서 중요한 치료방법은 식사요법과 운동요법, 그리고 필요시에는 약물요법을 병행하는 것이다¹²⁾.

당뇨병을 근원적으로 치료할 수 있는 방법이 아직 개발되지 못하고 있기 때문에 많은 환자들이 여러 종류의 민간요법에 의존하고 있다. 박선영·김해리¹⁵⁾ 보고에 의하면 내과 외래로 내원한 당뇨환자 114명 중 40.4%가 민간요법을 경험한 것으로 나타났고, 남문석⁴⁾ 등의 조사에서는 당뇨병 클리닉에 내원한 당뇨환자 304명 중 73.9%가 민간요법을 경험한 것으로 보고하였다. 다른 조사들과 달리 본 조사는 병원에서 정기적으로 혈당 검사를 받으면서 식사교육을 받고 있는 환자로 제한하였음에도 불구하고 조사대상자의 53.4%에서 민간요법을 시도한 경험이 있는 것으로 보아, 조사에 따라 빈도에는 다소 차이가 있으나, 일반적으로 많은 당뇨환자들이 민간요법을 시도하고 있다는 것을 알 수 있다.

민간요법의 경험유무와 환자의 연령, 교육정도, 가족력, 당뇨병 이환기간과의 관계를 조사해 본 결과, 민간요법 경험군은 무경험군에 비하여 특히 50대의 환자가 65.7%를 차지하여 50대에 편중현상을 나타냈었으며, 더욱이 연령이 낮을수록 민간요법을 경험하였다는 환자가 많았다($r=0.43, p<0.001$). 이는 일반적으로 환자의 연령이 증가할 수록 민간요법을 시도하는 경우가 많을 것이라는 일반 개념과는 일치하지 않는 결과로 나타났다. 한편, 환자의 교육정도, 가족력, 당뇨병 이환기간과 민간요법 경험유무와의 관계는 관찰되지 않았다. 그러나 민간요법 경험군에서 무경험군에 비해 당뇨병 이환기간이 다소 길었으며, 가족력도 다소 높게 나타나 민간요법을 경험할 기회가 많았을 것으로 사료된다.

김경래⁹⁾ 등의 연구에서는 현재 우리나라 시중에 소개

되고 있는 민간요법의 종류는 총 163종이 있으며, 지압, 자석사용 등 행위에 의한 것까지 포함하면 총 173종 이상이 쓰이고 있는 것으로 보고하였다. 본 조사에서 민간요법 경험군에 의해 사용되었던 민간요법의 종류는 총 54종이었으며, 1인당 평균 사용되었던 종류는 4.8종으로 이는 다른 조사와 유사한 결과를 나타냈다⁴⁾. 가장 많이 사용되고 있는 것으로는 누에분말, 홍삼, 누에번데기, 달걀비플 등이 있으며, 그 외에도 영지버섯, 알로에, 울무 등이 많이 사용되고 있었다⁴⁾⁵⁾¹⁵⁾. 특이한 사실은 과거에 비하여 최근 누에분말의 사용빈도가 매우 높아, 본 조사의 민간요법 경험군에서 82.9%가 누에분말을 복용한 경험이 있으며, 누에술과 누에번데기 등 누에관련물질을 복용한 경험이 있는 환자는 무려 91.4%에 해당하고 있었다.

민간요법에는 주로 식물성이 많았고 그 중에는 달걀비플⁶⁾, 오미자¹⁶⁾, 두릅나무¹⁷⁾, 마¹⁸⁾와 같이 이미 동물실험에 의한 혈당강하검색을 실시한 것들도 있었다. 이들 야생식물식품의 혈당강하 기전은 혈당에 대한 인슐린 감수성을 개선시키거나, 손상된 β -cell의 기능을 회복시키는 것으로 보고하고 있으며⁸⁾, 특히 수용성 식이섬유는 젤을 형성하는 특성으로 위에서의 배출속도와 소장에서 당의 소화를 지연시킴으로써 혈당상승을 억제하는 것으로 설명하고 있으나 아직 정확한 기전은 밝혀져 있지 않다¹⁹⁾. 일부 연구에서 실시한 야생 식물식품의 혈당강하 기전은 주로 동물 실험에 의한 것이며 정확한 양이나 용법 및 장기복용시의 부작용 등에 대한 연구는 아직 미비한 실정이다.

그 외에 스쿠알렌, 벌꿀 등의 건강식품류와 소솔개, 돼지채장 등의 동물성 식품도 민간요법으로 쓰이고 있었으나 아직 정확한 혈당강하기전이나 효능, 용량 등에 대하여는 밝혀진 바가 없다. 따라서 무분별하게 과량으로 섭취 할 경우, 부작용을 초래할 수 있으며, 그 부작용의 원인 또한 규명하기가 어려워 큰 문제점을 내포하고 있다. 본 조사에서는 민간요법 경험자의 17%에서 위경련, 더부룩함 등의 부작용을 경험하였다고 응답하였다.

남문석 등⁴⁾의 조사에서 의하면, 민간요법을 사용하는 당뇨병 환자의 93.8%가 기존의 당뇨병 치료와 민간요법을 병행하고 있었으며, 나머지 6.2%는 기존의 치료를 중지하고 민간요법만을 시행하고 있다고 보고하였다. 본 조사에서도 민간요법 경험자의 30.7%에서 약물치료와 민간요법을 병행하고 있었으며, 2.6%는 기존의 약물치료를 중단하고 민간요법만 시행하고 있다고 응답하였다. 이는 기존약물과 민간요법으로 쓰이는 물질의 상호작용이나 부작용에 대한 연구가 전무한 현 실정

에서 매우 위험한 일이라 사료된다. 따라서 당뇨병 환자 스스로 민간요법에 의존하여, 임의로 기존치료 약물과 병행하여 민간요법을 실시하거나, 지속적으로 실시해야 하는 식사요법이나 약물요법 등 기존의 치료를 중단하지 않도록 환자에 대한 올바른 교육이 필요하리라 사료된다.

민간요법을 접하게 된 경로는 주위의 친구, 친지의 권유에 의한 경우가 가장 많았고, TV, 신문, 잡지 등 매스컴에 의한 소개도 많은 비율을 차지하고 있었다. 이처럼 당뇨병 환자들과 환자가족들은 민간요법을 서로 소개해 주고 있으며, 당뇨전문지가 아닌 곳에서 정보를 얻고 있었다. 따라서 당뇨병 환자들뿐만 아니라 환자가족들에게도 혈당조절에 대한 과학적인 정보와 적극적인 교육을 제공할 수 있는 방법과 더불어 환자 자신의 확고한 지식과 신념이 당뇨병을 평생 관리하는데 요구된다고 사료된다.

민간요법의 효과는 매우 주관적으로 판정될 수 있으며, 판정된 효과가 과연 민간요법의 효과인지를 구별하기에는 어려움이 있다. 남 등⁴⁾의 보고에서는 민간요법을 실시해본 당뇨병자중 79.9%가 효과를 보지 못하였다고 하여 매우 부정적인 효과판정을 하였다. 본 조사에서도 28.6%에서 효과를 보지 못하였다고 하였고 48.6%에서는 그 효과를 잘모르겠다고 응답하였으며, 5.7%에서는 오히려 더 나빠졌다고 응답하였다. 한편, 혈당조절에 효과를 경험하였다고 응답한 환자는 단지 17%였다. 이렇게 부정적인 민간요법의 효과 판정에도 불구하고 당뇨병 이환기간이 평균 8.9년인 당뇨병자들이 민간요법으로 사용한 비용은 평균 52만 3천원으로 조사되었다⁴⁾.

민간요법 경험군중 누에분말을 복용해본 환자는 82.9%이었으며, 이들 환자의 20%에서 혈당조절의 효과를 경험하였다고 응답을 하였고, 3.3%에서는 오히려 더 나빠졌다고 응답하였다. 이들 누에분말을 복용한 대다수 환자들은 주위친구나 친지의 권유에 의하여 신문, 잡지 등 매스컴의 소개를 통하여 누에분말을 접하게 되었으며, 복용한 누에분말의 용량이나 복용방법 및 기간 그리고 복용시간에 정확한 지침이 없이 복용하여 많은 차이를 나타내었다. 특히 복용한 용량이나 제조방법은 대상자마다 달랐으며, 당뇨병자들이 자신들이 사용한 민간요법에 대해 구체적인 지침이나 효과나 검증없이 사용하고 있는 것으로 나타났다.

민간요법의 효과에 대한 환자들의 주관적인 판단으로 인한 자가치방 및 자가치료는 큰 위험성을 갖고 있으며, 이로 인한 부작용은 더 큰 위험을 안고 있다. 실제 민간요법을 해본 사람들중 86% 이상에서 그 효과에

대하여 부정적인 생각을 갖고 있었으나, 환자들의 대다수(75%)가 새로운 민간요법이 소개되면 시도해보겠다는 긍정적인 반응을 보여 우리 나라 성인 당뇨병 환자들에게 민간요법은 끊임없는 호기심의 대상이라는 것을 알 수 있다.

대다수의 민간요법들의 작용기전이 아직 정확히 밝혀지지 않았으며 복용용량 및 방법도 확실하게 정해져 있지 않은 상태에서 단지 효과가 있을지도 모른다는 희망으로 환자들이 복용한다는 것은 매우 위험한 일이다. 따라서 끊임없는 호기심을 가지고 있는 환자들에게 혈당조절의 방법에 대한 더욱 철저한 교육이 필요하며, 당뇨병에 관한 전문가들의 민간요법의 실상에 대한 이해와 당뇨병의 치료에 대한 적극적인 홍보가 매우 필요한 것으로 사료된다.

요 약

본 연구에서는 민간요법의 과학적인 접근의 일환으로서 현재 당뇨병 환자들이 식용 및 약용으로 이용하고 있는 민간요법에 대해 설문지를 통하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1) 설문에 응한 73명 중 53.4%에 해당하는 39명이 한 종류 이상의 민간요법을 경험하였으며, 민간요법을 경험하지 않은 환자는 대상자의 46.6%인 34명이었다. 민간요법 경험군과 무경험군 사이의 교육정도, 가족력, 당뇨병 이환기간과의 관계는 관찰되지 않았으나 연령과는 음의 상관관계가 관찰되었다.

2) 당뇨병 환자들이 경험한 민간요법의 종류는 총 54종이었으며, 가장 많이 사용된 것으로는 누에분말, 홍삼, 누에번데기, 달걀비플, 날콩, 양배추, 돌미나리 등으로 민간요법 경험군의 97.4%에서 시도하였다. 경험한 민간요법의 종류는 1인당 평균 4.8종이었으며, 1종에서부터 많게는 22종까지 경험해 본 것으로 나타났다.

3) 민간요법 경험군이 민간요법을 접하게 된 경로는 주위의 친구, 친지의 권유에 의한 경우가 가장 많았고, TV, 신문, 잡지 등 매스컴에 의한 소개도 많은 비율을 차지하였다. 복용한 민간요법의 효과에 대해 17%에서 혈당조절에 효과를 보았다고 응답을 하였고, 5.7%는 오히려 증세가 더 나빠졌다고 하였다. 경험한 민간요법에 대해 17.1%에서 위경련, 더부룩함 등의 부작용을 느꼈다고 응답하였다.

4) 민간요법 경험군 중 누에분말을 복용해 본 경험이 있다고 응답한 환자는 82.9%로 가장 사용빈도가 높았다. 누에분말을 접하게 된 경로는 주위의 친구, 친지의

권유에 의한 경우가 가장 많았고, 복용한 누에분말에 대해 20.0%정도가 혈당조절의 효과를 보았다고 응답을 하였으며, 3.3%에서는 오히려 증세가 더 나빠졌다고 하였다.

5) 민간요법 경험군중 75.0%의 환자들이 새로운 민간요법이 소개되면 시도해 보겠다는 긍정적인 반응을 보였으며, 무경험군에서도 66.7%가 시도해 보겠다는 긍정적인 반응을 보였다.

Literature cited

- 1) Kim MH. Some consideration on the treatment of Type II diabetes. *Diabetes* 17(4) : 331-335, 1993
- 2) Arky RA. Nutritional management of diabetic. In : Diabetes Mellitus Theory and practice, 3rd Ed pp.539-566, Medical Examination Publishing Co. NY, 1983
- 3) Kim KR. A study on the folk remedies in diabetic patients. *Diabetes* 18(S1) : S61-S64, 1994
- 4) Nam MS, Kim KR, Cho JH, Lee KM, Park HY, Lee EJ, Lim SK, Lee HC and Huh KB. A study on the folk remedies by the questionnaires in Korean diabetic patients. *Diabetes* 18(3) : 242-248, 1994
- 5) Kim KR. The folk remedies of diabetes mellitus. Workshop for diabetic pp.165-176, 1997
- 6) Kim JY, Park JY and Lee KU. Diabetes and traditional medicines : Effect of several traditional drugs on the plasma glucose levels in Streptozotocin-induced diabetic rats. *Diabetes* 18(4) : 377-381, 1994
- 7) Lim SJ and Kim KJ. Hypoglycemic effect of polygonatum Odoratum Pluriflorim Lhwi Extract in Streptozotocin-Induced Diabetic Rats. *Korean J Nutrition* 28(8) : 727-736, 1995
- 8) Lim SJ, Kim SY and Lee JW. The effect of Korean wild vegetables on blood glucose levels and liver-muscle metabolism of Streptozotocin-induced diabetic rats. *Korean J Nutrition* 28(7) : 585-594, 1995
- 9) Lim SJ and Choi SS. The effect of trichosanthes Kirilowii max. subfractions on the insulin activity in Streptozotocin induced diabetic rats and their acute toxicity. *Korean J Nutrition* 30(1) : 25-31, 1997
- 10) Lee JS, Son HS, Maeng YS, Chang YK and Ju JS. Effect of buckwheat on organ weight, glucose and lipid metabolism in Streptozotocin-induced diabetic rats. *Korean J Nutrition* 27(8) : 819-827, 1994
- 11) Lee JS, Lee MH, Chang YK, Ju JS and Son HS. Effects of buckwheat diet on serum glucose and lipid metabolism in NIDDM. *Korean J Nutrition* 28(9) : 809-817, 1995
- 12) Chung SH, Choi MH, Rhuee CH. The Activity of water extracts of murry berry leaves on intestinal α -glycosidase inhibitor in mice. *Genetics and Molecular Biology* 8 : 38-44, 1996
- 13) Korean Clinical Pharmacy. The study of clinical pharmacy. Whoisung Co. pp. 410-449, 1988
- 14) WHO Expert Committee in Diabetes Mellitus. WHO Technical Report Series pp.727, 1985
- 15) Park SY, Kim H. A study on dietary compliance and related variables in non insulin dependent diabetes mellitus patients. *Korean J Nutrition* 27(4) : 356-367, 1994
- 16) Sheo HJ, Lee MY, Hwang GS. The effect of schizandrae fructus extract on blood constituents of alloxan induced diabetes rabbits. *J Korean Soc Food Nutr* 16 : 262-267, 1987
- 17) Lee MY, Lee JS, Sheo HJ. Effects of Aralia elata extract on experimentally alloxan induced diabetes in rabbits. *J Korean Soc Food Nutr* 17 : 57-61, 1988
- 18) Lim SJ, Kim MW. Hypoglycemic effects of Korean wild vegetables. *Korean J Nutr* 25 : 511-517, 1992
- 19) Makoto N, Yasuka N, Hiroshi ABE. Effects of longterm administration of indigestible dextrin as soluble dietary fibre on lipid and glucose metabolism. *Jap Soc Nutr Food Sci* 45 : 21-25, 1992