

당노인의 건강과 안녕을 위한 당뇨병주간



신 손 현

대한당뇨병학회 회장

최 근 우리나라는 생활 수준의 향상과 생활 양식의 서구화에 따라 열량 섭취가 증가하고 있으며 신체 활동의 감소로 비만증 증가, 도시화와 복잡한 현대 생활 속에서 누적되는 스트레스, 노령 인구의 증가 등으로 인하여 당뇨병의 발생 빈도가 빠른 속도로 증가하고 있습니다. 일부 지역의 성인 연령층에서는 약 10%의 당뇨병 유병률을 나타내고 있으며 이 중 반수가 본인이 당뇨병을 가지고 있는 것을 모르고 있는 것으로 조사되고 있어 국민 건강의 커다란 문제점으로 대두되고 있습니다. 아울러 1994년 통계청에서 발표한 우리나라의 질병에 의한 사망 통계에 의하면 당뇨병으로 인한 사망은 총 6,864명으로 인구 10만명당 172명에 이르고 있으며 7번째 사망 원인이 당뇨병으로 나타나고 있어 당뇨병 유병률의 빠른 증가와 더불어 당뇨병에 대한 국가적, 사회적, 그리고

국민적 관심과 정책 수립 등 대책이 절실히 요구되고 있습니다.

현재 당뇨병에 대한 완치 방법이 개발되지 못한 상태이므로 당뇨병을 조기에 발견하여 올바른 지식을 가지고 장기간에 걸쳐 혈당 관리를 잘 함으로써 급·만성 합병증을 예방하여 정상인과 다름 없는 건강한 생활과 수명을 누릴 수 있도록 노력하는 것이 최선의 방법입니다. 당뇨병의 조절과 합병증과의 관계는 최근 미국과 영국에서 수천명의 당뇨병환자를 대상으로 시행한 연구에서 혈당과 혈압의 조절이 좋을 수록 합병증의 발생이 줄어 드는 것이 증명된 바 있습니다. 그러나 당뇨병의 진단이 늦어지거나 치료를 소홀히 하는 경우 동맥경화증에 의한 심혈관질환과 당뇨병성 망막증, 신증, 신경병증 등의 합병증이 발생하여 고생하거나 수명이 짧아지게 됩니다. 당뇨병성 만성 합병증이 일단 발병하면 치료가 쉽지 않고 빠른 속도로 진행하므로 예방이 무엇보다 중요합니다.

세계당뇨병연맹에서는 당뇨병에 대한 경각심을 높이고 당뇨병의 조기 발견 및 정확한 당뇨병 지식을 위한 교육과 적극적인 당뇨병 관리의 중요성을 알리기 위하여 1991년부터 매년 11월 14일을 「세계 당뇨병의 날」로 제정하여 해마다 전세계적으로 여러 가지 행사를 개최하고 있습니다. 이에 대한당뇨병학회에서도 1992년부터 매년 「세계 당뇨병의 날」을 전후하여 1주간을 당뇨병주간으로 정하여 전국적으로 신문, 방송을 통한 대국민 홍보와 당뇨병 공개 강좌, 무료 혈당 측정 및 당뇨병 상담 등을 실시하고 있습니다. 금년에는 '당뇨병과 함께 더 나은 삶'이라는 주제로 11월 8일부터 14일까지 행사를 준비하였습니다.

당노인들께서 이 행사에 적극 참여하시어 당뇨병 관리를 잘 하시기 바라며 당뇨병의 완치 방법이 하루 속히 개발되기를 여러분과 함께 기원합니다. **DAK**