



제 58차 미국 당뇨병학회에서 발표된 것들

■ 호르몬 대체요법으로 당뇨병 예방

미국 캘리포니아 주 오클랜드의 한 건강 유지 기구에 근무하는 카이저 퍼머넌트 (Kaiser Permanent)씨의 연구에 의하면 호르몬 대체요법이 혈당 관리 증진과 관련이 있다고 한다. 50세 이상의 제 2형 당뇨병이 있는 14,601명의 여성을 대상으로 실시한 연구로서 인종 비율은 아프리카계 미국 여성 15%, 아시아 태평양계 여성 12%, 스페인계 13% 그리고 비스페인계 백인 여성 60%로 구성되었다. 참여한 모든 여성이 건강관리팀과 쉽게 접촉할 수 있었다. 호르몬 대체요법 치료군이 대조군에 비하여 당화혈색소(HbA1c)수치가 낮게 나타났다. 각각의 인종 비율에 따라서 보면, 아프리카계 미국 여성의 호르몬 대체요법 치료군은 당화혈색소 수치를 8.2% 보인 반면에 대조군은 8.7%를 나타내었다. 아시아 태평양계 여성들은 8.2대 8.9를 보였고, 스페인계 여성들은 8.3대 8.9를, 그 외 백인 여성들은 8.0대 8.5임을 보였다.

건강 서비스 연구소의 부국장인 조 셀비

(Joe V. Selby)의사는 당뇨병 여성이 비당뇨 여성에 비하여 심장질환의 위험이 높다고 지적하면서, "당뇨병이 있는 여성이 일반 여성에 비하여 에스트로겐의 심장 보호 효과가 훨씬 더 필요하다"고 언급하였다.

사실상 호르몬 대체요법은 고위험군의 여성에 있어서 당뇨병 예방 효과가 훨씬 높은 것으로 예측되어지고 있다. 어느 밀워키(Milwaukee)연구에 따르면, 폐경기의 비당뇨 여성으로 에스트로겐 대체요법을 받고 있지 않는 여성은 에스트로겐 치료를 받고 있는 여성에 비하여 당뇨병 발병률이 5배나 높다고 한다. 이 연구자들은 폐경이 된지 5년 이상 된 418명 여성의 의학 기록을 잘 관찰하였다. 141명의 여성은 호르몬 대체요법을 받지 않았으며, 40명은 가끔씩 받았고, 237명은 폐경 이후 꾸준히 호르몬 대체요법을 받고 있었다. 또한 호르몬 대체요법을 받지 않은 여성은 받는 여성에 비하여 다른 당뇨병 위험인자들(나이, 비만도, 인종별 특수성, 가족력 등)도 4.8배나 높다고 연구진들은 밝혔다.



■ 식사 전 혈당이 너무 높다면?

초속형 인슐린 리스프로(Lispro)의 가장 큰 장점은 식사 바로 직전에 주사를 맞을 수 있다는 것이다. 그러나 만약에 혈당이 높으면 적어도 식사 시간 15분 전에 초속형 인슐린(제품명:휴마로그)을 주사 맞는 것이 더 좋다고 알부르크르(Albuquerque)의 뉴멕시코 대학의 연구진들이 보고하였다.

제 1형 당뇨병인 10명이 자원하여 입원해서 연구에 들어갔다. 취침 중의 혈당 조절은 정맥주사로 인슐린을 공급하는 방법을 이용하였다. 아침에는 인슐린의 정맥 주입을 멈추고 혈당이 185mg/dL까지 상승하도록 하였다.

그런 다음 초속형 인슐린 리스프로(0.15U/kg:체중 1kg당 인슐린 0.15단위)와 지속형 인슐린 ultralente(울트라렌테:0.2U/kg)를 표준 아침식사 시간 ① 30분 전, ② 15분 전, ③ 식사 바로 직전, ④ 식사 15분 후 등 네가지 방법으로 피하지방에 주사하였다.

각각의 지원자들은 날짜를 바꿔가며 4가지 방법을 모두 시험해 보았다. 아침식은 당질 50%, 단백질 20%와 지방 30%로 구성된 식사를 섭취하였다. 혈당은 식후 5시간 동안 매 시간 30분에 체크하였다.

지원자들이 식사 전 30분이나 15분 전에

초속형 인슐린 리스프로를 주사 맞았을 때가 식사 바로 직전 또는 식사 15분 후에 리스프로를 주사 맞았을 때 보다 혈당 수치가 훨씬 더 우수하였다.

인슐린 주사 시간	최대 혈당(식사 후 1시간)
식사 전 30분	178mg/dL
식사 전 15분	216mg/dL
식사 바로 직전	260mg/dL
식사 후 15분	285mg/dL

연구 결과를 데이터 상으로 볼 때, 식사 전 30분에 초속형 인슐린 리스프로를 주사 맞는 것이 가장 효과적이었다. 하지만 아침식사 전 30분에 주사 맞는 ①의 방법에서 2명의 환자가 식사 후 5시간 정도에 혈당이 230mg/dL과 319mg/dL로 아주 높게 나타났었다.(식사 전 15분에 리스프로를 주사 맞는 ②의 경우에는 아무도 고혈당을 보이지 않았다.) 또한 연구진들은 고혈당을 보인 환자들에게 점심식사와 점심 시간 리스프로 인슐린을 제공하였더니 그러한 고혈당 현상을 다시 보이지 않았다고 특별히 언급하였다. 그러나 지원자 모두 4시간 마다 식사를 한 것은 아니었다.

연구진들은 식사 전에 혈당이 높을 때에는 초속형 인슐린 리스프로를 적어도 식사 시간 15분 전에 주사 맞는 것이 보다 나은 혈당 관리 결과를 보인다고 결론지었다.

사실상 호르몬 대체요법은 고위험군의 여성에 있어서
 당뇨병 예방 효과가 훨씬 높은 것으로 예측되어지고 있다.
 어느 밀워키(Milwaukee)연구에 따르면,
 폐경기의 비당뇨 여성으로 에스트로겐 대체요법을 받고 있지 않는
 여성은 에스트로겐 치료를 받고 있는 여성에 비하여
 당뇨병 발병률이 5배나 높다고 한다.

(※ 이 연구의 경우는 식사 전 혈당이 매우 높은 경우에 해당하는 것이다. 만약에 당뇨인의 혈당이 정상이거나 저혈당인 경우로 리스프로 인슐린 주사 시간이 불명확하다거나 또는 당질 비율이 낮은 식사를 한다면, 가장 먼저 자신의 주치의나 당뇨 전문 의료진과 상의하여야 한다.)

■ 당뇨인의 위궤양, 일반적인 치료로는 부족하다

당뇨병이 있으면서 위궤양이 있는 사람은 일반적인 치료 과정 보다 더 많은 기간이 필요하다고 로마의 가톨릭대학 성심병원의 연구진들이 밝혔다. Helicobacter pylori 세균에 감염된 81명의 위궤양 환자들 모두 가장 대표적인 3중 치료법으로 7일간 치료를 받았다.

- 아목시실린(항생제) - 하루에 4회
- 클라리트로마이신(항생제) - 하루에 3회
- 판토프라졸(위산 감소 효과) - 하루에

2회 처방하는 방법으로 치료하였다.

여기에서 '치료'는 치료 후 6주 동안 H. pylori균의 감염을 보이지 않는 것으로 정의한다. 당뇨인의 경우에는 65%만이 위궤양 치유를 보이는 반면에, 비당뇨인은 92%가 회복되었다. 연구진들은 "일반적인 위궤양의 근절 방법(치유법)의 약물 용량과 처치 기간으로는 당뇨인을 치료하기에 불충분하다."고 밝혔으며, 2가지의 가능한 의견을 제시하였다.

첫째, 당뇨병으로 인하여 위장에 영양을 공급하는 모세혈관이 손상되어 항생제의 흡수가 미약하다는 것이며, 둘째, 당뇨인에게는 항생제 저항 세균이 서식하여 가끔씩 항생제를 또 다른 감염원으로 이용하기 때문이라고 설명하였다. 원문