

## 당뇨병과 위장질환

당뇨병 환자는 자율신경계 이상으로 위장병증이라는 소화기계통의 이상을 초래하는데 그 증상으로서 삼키기 곤란한 증상이나 소화불량, 오심, 구토, 변비, 설사 및 대변실금 등이 있다. 이러한 위장장애와 관련된 증상들은 단독으로 나타나기도 하고 여러 증상들이 반복적으로 나타나기도 한다. 원인은 당뇨병 자체의 고혈당에 의하거나 혹은 당뇨병의 만성합병증의 하나인 당뇨병성 신경병증 중에서 자율신경의 침범에 의한 장운동의 이상에 의해 초래되며 이러한 장운동의 이상은 식도, 위, 소장, 대장의 모든 위장관에서 발생된다.

### 연하곤란 : 음식물이 잘 안 내려간다

당뇨병성 신경병증을 갖는 당뇨병 환자에서 식도운동 기능장애는 흔히 볼 수 있으며 삼키기 곤란한 증상, 가슴앓이 등을 호소하기도 하지만 일반적으로 경미하고 증상이 없는 경우도 있다. 위 내용물의 정체로 인하여 위 식도역류가 잘 발생하고 이로 인하여 역류성 식도염이 발생하여 삼키기 곤란한 증상이나 삼킬때 통증을 호소하기도 한다.

치료는 하부 식도 괄약근을 약화시킬 수 있는 약제와 흡연, 음주, 오렌지 주스 등을 피하고 역류성 식도염이 심한 경우에는 약물투여가 도움이 된다.

### 오심과 구토는 혈당조절에 악영향

당뇨병 환자에서 오심, 구토, 식욕부진, 조기포만감, 복부팽만감 등의 증상은 대부분 당뇨병성 자율신경병증에 의한 위무력증에 의해 위배출 지연이나 위정체의 결과로 나타난다. 이 경우 음식물 섭취량의 변동과 음식물이나 약물의 위장에서의 흡수가 장애를 받기 때문에 혈당조절에 문제가 생길 수 있고 심하면 혈당조절이 전혀 안 되는 수도 있다.

진단은 방사성 동위원소를 이용한 위배출시간 측정인 위내압력을 측정하여 위의 수축력을 진단할 수 있다.

치료는 식사요법이 가장 중요하다.

먼저 소화가 안되는 섬유소 혹은 기름진 음식은 될 수 있으면 피해야 하고 저녁 늦게 식사하는 것은 아침에 구토가 발생하게 되는 중요한 원인이 된다.

따라서 가급적 섬유소와 지방이 적은 음식을 적은 양으로 자주 섭취하며 죽과 같은 소화가 잘되는 유동식을 섭취하는 것이 좋다. 그밖에 약제에 의해 위 운동을 증가시켜서 치료하는 수도 있다.

### 항문의 괄약근 이상으로 오는 대변실금

당뇨병 환자에서 흔히 설사와 혼동되기도 하며 소수의 환자에는 고형성분의 대변실금도 경험한다.

대변실금의 빈도는 환자마다 다르고 설사가 동반되는 경우 심해진다. 검사상 항문의 괄약근에 이상이 발견된다.

치료는 대개 설사와 동반되므로 설사의 원인을 치료하여 제거하고 항문의 괄약근 이상을

동반하는 경우 풍선도자를 이용한 훈련이 도움이 된다.

### 설사, 이것처럼 힘든 것이 없다?

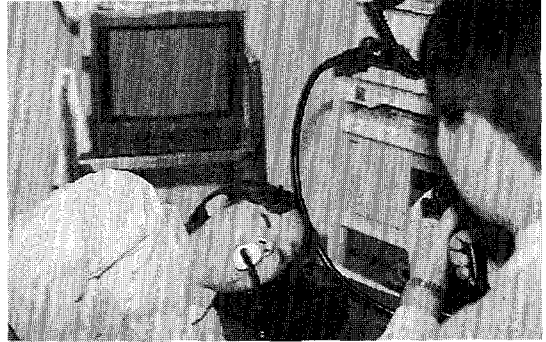
설사는 일정하지는 않으나 수주에서 수개월 동안 지속되고 중간에 간헐적으로 변비가 생길 수 있다.

설사의 기전으로는 궤장의 기능부전, 장운동의 변화, 장내 세균의 과성장, 담즙산염의 변화, 자율 신경병증에 대한 장분비의 증가로 생각된다. 당뇨병성 설사환자는 대개 말초 신경병증, 자율 신경병증 등의 다른 만성 합병증이 동반된 오랜 병력을 갖고 있는 환자로 자율 신경병증이 설사의 근본기전으로 생각되기도 한다. 따라서 공통된 치료에 대한 반응도 다르게 나타난다. 설사의 원인질환에 대한 근본적인 치료가 필요하다. 또 설사에 의한 탈수는 노약자에게 치명적일 수 있으므로 주의하여야 한다.

### 신경병증의 환자의 60%에서 볼 수 있는 변비

배변의 양상은 민족에 따라 차이가 많은데 아프리카 세네갈 사람들은 아침, 저녁 적어도 하루 2번 이상 변을 보아야 정상이라고 생각한다. 또한 그 양도 하루 500g 이상은 되어야 정상이다. 반면 서구인은 1주일에 3번 이상이면 정상, 우리 나라 사람들은 하루 1번 정도 보는 것을 정상으로 간주하고 있다. 서구인의 하루 대변량은 하루 100g 정도인데 비해 우리 나라 사람들은 200~250g 정도이면 정상이겠다.

변비는 신경병증이 있는 환자의 60% 정도에



내시경 검사

서 볼 수 있는 흔한 증상인데 장관의 자율신경 기능장애에 의한 합병증으로 생각된다. 위부전 마비와 변비가 있는 일부 당뇨병 환자에서 위 운동 개선제로 치료하는 동안 증상의 호전을 보이기도 한다.

변비가 있는 환자는 대변 양을 증가시키는 충진제나 대변을 부드럽게 해주는 미네랄 오일과 같은 완화제를 사용해 볼 수 있다.

또한 변비를 유발할 수 있는 약제(항우울제, 알루미늄이나 칼슘을 함유하는 제산제, 철성분제, 칼슘 통로 차단제와 같은 고혈압 치료제)를 되도록 피하고 만성 변비가 있는 환자에서는 갑상선 기능저하증과 같은 변비의 원인이 되는 내분비질환에 대한 검사도 필요하다.

만성 변비는 드물게는 대장 확장 같은 더 심각한 대장질환을 초래할 수도 있으므로 주의가 필요하다. <img alt="Small icon of a hand holding a pen."/>