

# 당뇨병은 정기적인 검사와 관리가 꼭 필요한 질병이다!

## 당뇨병 환자는 정기적으로 안저검사를 받아야 한다

당뇨병이라고 진단을 받으면 당뇨병 전문의를 찾아가서 종합적인 검사를 받는 것이 좋다.

처음 병이 발견되어 치료를 시작하는 단계에서 이미 합병증이 나타나고 있는 경우가 적지 않기 때문이다. 검사의 중요성을 재인식시키기 위해서 실례를 하나 소개하고자 한다. 어느 종합병원의 원장 부인이었던 그녀는 심장상태가 좋지 않은 것 같으며 대학병원의 심장혈압 연구 센터에서 검진을 받고 싶다는 의뢰를 해왔다. 우선 기초적인 진찰을 해보니 당뇨병이라는 것이 밝혀졌고 신경장해(神經障害)의 증상도 나타났다. 이럴 때, 이미 눈에도 이상이 나타나 있는 경우가 많기 때문에 곧장 안저를 검사해 보았다. 검사결과는 뚜렷한 당뇨병성의 안저변화가 나타났으며, 광응고요법이라는 안과수술을 받기 일보 직전의 상태였다.

물론 그로부터 여러 가지 종류의 복잡한 검사가 진행되었다. 그녀는 당뇨병으로 인한 합병증으로 당뇨병성 망막증이 발생했는데도 자신은 전혀 모르고 상당한 기간동안 진행되어 악화되고 있었던 것이다.

당뇨병성 망막증은 극히 최근까지 발견이 늦으면 실명하게 되는 무서운 질환이었다. 오늘날에는 조기에 발견을 하면 최신 의료기술인 광응고요법에 의해 실명을 막을 수 있으나, 치료의 때를 놓치게 되면 실명에 이르게 된다.

한번의 검사로서 안저에 이상이 없었다 하더라도 언제 이상이 나타날 수 있으므로 적어도 일년에 한번은 정기적으로 안저검사를 받도록 해야한다.

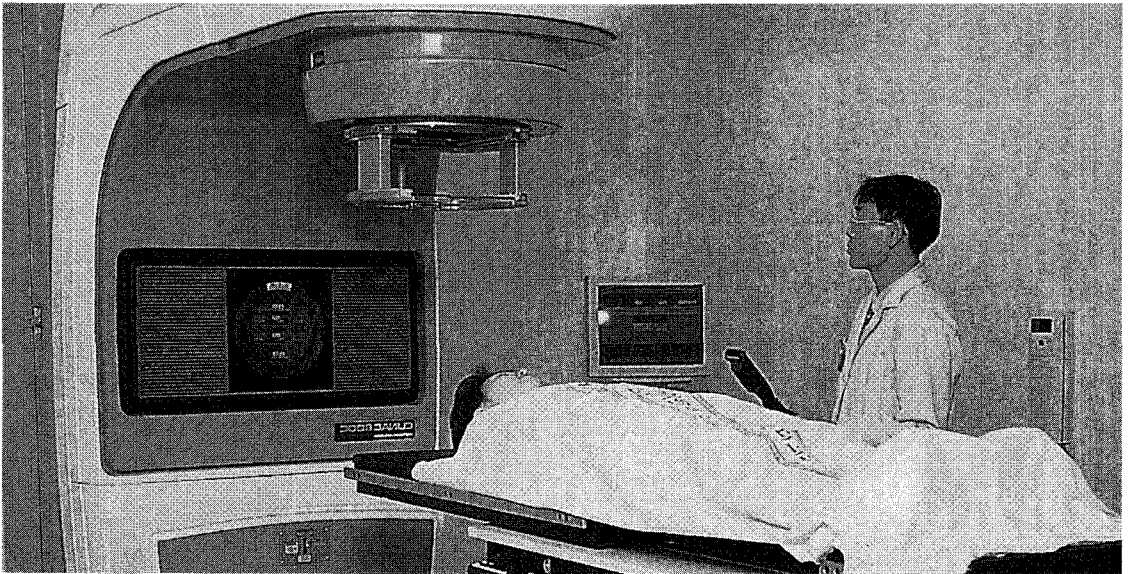
## 혈당조절이 잘되고 있어도 주치의에게 정기적으로 검진을 받아야 한다

당뇨병 발견 초기에는 정기적으로 병원을 찾아오다가 어느 날부터인가 발이 끊겨 몇 년 동안 무소식이었던 환자가 어느 날, 합병증으로 심각한 상태가 되어서 찾아오는 경우가 많이 있다.

그동안 몇 달에 한 번씩이라도 찾아왔더라면 이렇게 중증이 되기 전에 진행을 막을 수 있었을 텐데 하고 생각하면 심히 안타까운 일이다.

당뇨병성 합병증의 진행이 대개 그렇듯이 자각증상이 나타나기 전까지는 별로 느끼는 것이 없고, 큰 불편도 없기 때문에 탈이 없는 줄로만 알고 당뇨병도 방치하며 지내는 것이다. 그러나 그렇게 병원도 멀리하고 지내다가 시력이 갑자기 떨어지거나 기타 이상한 자각 증상을 느꼈을 때에는 이미 상당히 심각한 상태가 되어 있는 환자가 많다는 것이다.

“당뇨병입니다.”라고 진단을 받았을 때에는 낙담을 하지만, 가족을 위해서도 내가 여기에서 주저앉아서는 안되겠다는 결의로 치료에 전념하는 환자는 놀랄 만한 빠른 속도로 상태가 좋아지게 된다. 그러나 안타까운 것은 식요소법과 생활 개선으로 점차 건강상태가 좋아지고, 하는 일에



도 아무런 불편이 없을 정도의 상태가 되면 웬지 모르게 당뇨병 치료를 졸업해 버린 기분이 되어 병원으로부터 발이 떨어지는 일이 흔한 것이 있다. 그러다가 어떤 계기로 해서 식사와 생활이 문란해지고, 당뇨병도 악화되는 경우가 많다.

양호한 관리로 혈당조절이 원만하게 이루어지더라도 정기적인 검진은 반드시 이루어져야 한다.

### 의사를 속이면 손해는 자기에게 돌아올 뿐이다

언론계 중진출신으로 성격도 온화하고 점잖은 환자이야기를 하고 싶다. 그는 치주염으로 인해서 당뇨병이 발견되어 친지의 소개로 나에게 당뇨병 치료를 받게 되었다. 매달 정해진 날짜에 어김없이 병원에 와서 진찰을 받는 모범환자였던 그. 그런데 처음 몇 달 동안은 앞뒤가 안맞는 일이 있었다. 그가 진찰을 받는 날 병원에 와서 측정하는 공복 시와 식후 2시간 후의 혈당치는 아주 좋은 상태로 나타났으나 헤모글로빈 A1C 검사의 결과는 좋지 않게 나오는 것이었다.

헤모글로빈 A1C 검사란 검사 전 2 ~ 3개월 동안의 혈당상태를 파악할 수 있는 검사법으로

검사치가 좋으면 최근 2 ~ 3개월 동안의 혈당 조절이 양호했던 것으로 판정하고 나쁘게 나오면 문제가 있었던 것으로 판단할 수 있는 것이다. 때문에 의사는 환자가 집에서 하고 있는 치료상태를 추정할 수 있다.

나는 속으로 빙그레 웃으면서 또 나를 속였군요 하고 좀더 친절히 치료에 임할 것을 부탁하곤 했던 것이다. 술을 몹시 좋아한다는 그는 틀림없이 평상시에는 술을 즐겼고 그로 인해서 식사요법도 문란한 생활을 하다가 병원에 오는 며칠 전부터는 계획적으로 결식을 해서 진찰받는 날은 혈당이 좋아지도록 요령을 부리고 있었던 것이다.

얼마 동안은 내가 속고만 있는 줄 알고 있던 그도 차차 나의 설득에 승복하고 치료에 임하는 자세도 좋아져 진짜 모범환자가 되었다.

의사의 꾸중을 듣는 것이 못마땅해서 병원에 오는 날만 좋게 나오도록 하는 환자가 적지 않은 줄 아는데 자기자신의 건강문제를 자기의 자작극으로 의사를 속여본들 손해는 자기에게 돌아올 뿐이라고 다시 한번 강조한다. 