



# 갑작스런 혈당상승 시의 처치법

최금희 / 성분도병원 간호과장, 당뇨전문 간호사

응급실에 도착하는 환자들 중에 종종 당뇨병으로 인해 119 구급차를 이용해서 매우 힘들어하며 실려오는 환자들을 만나게 됩니다. 그들은 계속되는 구토, 설사, 전신적인 심한 쇠약감, 무력감, 고열상태, 호흡이 곤란하고 빠르며, 숨쉬기가 힘들고 의식이 혼미하거나 의식상실까지 초래하는 증상들을 가지고 있습니다.

## 고혈당으로 오는 급성 합병증

그들의 혈당을 측정해 보면 소형 혈당기로는 측정되지 않는 Hb(보통 600mg/dl 이상일 때)라는 결과를 나타내게 되며, 임상병리과에서 검사한 결과는 800mg/dl 이상인 심한 고혈당의 결과를 보여주고 있습니다.

이런 조절되지 않는 심한 고혈당 상태는 당뇨병의 심각한 급성합병증인 2가지 형태의 대사성 위기입니다. 이 위기가 당뇨병성 케톤산증과 고혈당성 고삼투압성 비케톤증으로서 사망에 이를 수 있는 응급질환이므로 신속한 처리가 필요합니다.

## 고혈당을 일으키는 요인

신체적인 스트레스 즉 상해, 정신적 충격, 수술, 약물, 감염, 질병상태 등은 고혈당을 일으키게 됩니다. 이렇게 몸이 아픈 동안은 간에서 포도당의 방출을 촉진시키며 인슐린의 작

용을 억제합니다. 따라서 혈당은 당원분해와 포도당 신생에 의해 혈당을 상승시키면서 고혈당을 일으키는데, 삼투성 이노작용으로 소변량이 증가하고 체내수분 요구량이 증가해서 다뇨, 다음, 다식의 증상이 나타나게 됩니다. 소변량이 증가하면 우리 몸의 중요한 전해질인 나트륨, 칼륨, 인이 소실되고 갈증, 구갈, 피로가 나타나고 근육의 탄력성이 떨어지게 됩니다. 또 구토와 설사도 탈수를 일으키는 요인이 됩니다.

## 혈당 상승시의 처치법

**몸이 아픈 동안은 갑작스럽게 혈당이 상승하게 되므로 혈당을 자주 측정한다**

혈당이 증가되었을 때는 매 증후가 가라앉을 때까지 매 1~6 시간마다 측정합니다. 또 소변 내 케톤이 검출되는지를 지속적으로 관찰하는데, 케톤뇨는 인슐린 부족, 또는 스트레스에 의한 인슐린의 저항성을 의미합니다.

**몸이 아픈 동안에도 약물치르는 계속해야 하며, 가능하면 증가시킨다**

음식을 섭취할 수 없더라도 인슐린 또는 경구혈당강화제를 그대로 투여합니다. 심하게 몸이 아픈 경우는 평상시 사용량의 10%를 속효성 인슐린으로 보충하고, 만약 혈당이 300 mg/dl 이상으로 높다면 평상시 사용량의 20%를 추가합니다. 감기 치료약제는 종종 당뇨병

치료에 쓰이는 약물의 효과를 억제시키므로 주의합니다.

**충분한 수분섭취를 위해, 깨어있는 동안 매 시간 칼로리가 없는 음료수를 적어도 240ml 마신다**

수분섭취가 저하되면 다뇨, 열로 인한 증발, 구토와 설사 등 탈수를 유발시킵니다. 칼로리가 적은 음료는 다이어트 콜라, 물, 맑은 고깃국 등으로 고기국물, 맑은 스프는 염분뿐 아니라 수분도 공급해 주므로 추천됩니다. 카페인 음료는 이뇨작용을 하므로 피하도록 합니다.

**오심, 구토, 식욕부진이 있는 경우, 식사시간에 고형음식을 피하고 맑은 미음을 먹는다.**

혈당이 250~300mg/dl 이상이면 식사시간에도 계속해서 칼로리가 없는 음료를 마시고, 180~250mg/dl이면 15g의 탄수화물(과일 주스 1/2컵, 꿀 3 티스푼, 토스트 한쪽, 바닐라 아이스크림 1/2 컵)을 섭취합니다. 위 장관염으로 혈당이 180mg/dl 이하이면 먹기 쉬운 음식이나 음료로 일상적 식사계획에 당질함유 음식을 포함하는 것이 도움이 됩니다.

**다음과 같은 상황이면 즉시 병원을 방문한다**

- 구토가 1번 이상 나타날 때
- 설사가 24시간 동안 5회 이상 또는 그 이상 일어났을 때
- 호흡곤란이 있을 때



환자를 교육하고 있는 최금희 당뇨전문 간호사

- 혈당 2회 측정 시 300mg/dl 이상일 때
- 케톤체가 중등도 이상으로 측정되었을 때

### 고혈당의 예방법은

우선 식 Mayo법, 운동요법, 약물요법과 함께 철저한 혈당관리가 무엇보다도 중요하므로, 혈당관리목표를 항상 숙지하며 혈당측정을 생활화합니다. 또한 유행성 독감이 유행하는 계절이 되기 전에는 인플루엔자 예방접종이 꼭 필요하며, 급성합병증이나 기타 질환이 동반되었을 때에는 적절한 응급처치 및 입원치료를 합니다. 몸이 아픈 동안 많은 당뇨인들은 불쾌감, 피곤감, 잠을 설치는 등 자기관리가 어렵게 됩니다. 이런 때는 가족들의 역할이 커지므로 사전에 함께 교육받고 여기에 대한 이해가 있어야 하겠습니까. ☺