

## 상처관리에 관한 모든 것

족부궤양이 가장 두려움을 주는 당뇨합병증이라는 데는 이유가 있다. 매년 15%의 당뇨병환자들에게 족부궤양이 늘어나고 매년 54,000명의 당뇨병환자들이 족부궤양의 감염으로 다리를 절단한다.

그러나 만약 족부궤양을 유발시킨 상처가 일찍 발견되어 사전에 충분히 치료되었다면 족부궤양과 절단의 많은 경우는 예방될 수 있다. 이것이 왜 당신이 혈당관리를 해야 하는지, 잘 맞는 신발과 양말을 착용해야 하고, 매일 발을 관찰해야 하며, 주치의의 방문할 때마다 발을 검사하도록 해야 하는지 중요한 이유가 된다.

그러나 당신의 최선의 노력에도 불구하고 발에 상처가 커진다면 어떻게 할까? 당신은 무엇을 해야 하나?

첫 번째로 가장 중요한 일은 상처, 그 자체를 잊지 않는 것이다. “아마 며칠 안에 다 아물거야. 두고 봐”라고 이야기 하지 말자. 지체없이 당신의 주치의나 족부전문의를 불러 차근차근 상처를 치료하도록 한다. 며칠을 미루는 것조차도 회복과 병원입원 혹은 더 나쁜 상태의 차이를 의미할 수 있다.

### 기초적인 상처관리

의사를 방문하기까지 구식적인 응급처치가 최초의 상처를 치료할 때 가장 좋은 방법이다. 식염수나 순수한 물로 상처를 씻어낸다. 일반적으로 비누사용은 관찮지만 치료세포를 부식시킬 수 있으므로 첫 번째로 의사나 족부전문의에게

의견을 묻는 것이 좋은 방법이다. 알콜이나 과산화수소 같은 방법은 피한다. 이들은 치료와 생존가능한 조직들을 방해하기 때문이다. 다음으로 바시트라신 같은 국소적인 항생제 크림을 상처부위에 바르고 살균된 거즈로 덮어주어 촉촉하게 유지시킨다.

그리고 이제 가장 중요한 부분은 발을 사용하지 않는 것이다! 상처치료 전문가들은 자주 말한다. “발의 상처치료는 회복되도록 상처위에 입히는 것이 아니라, 그것을 벗기는 것이다.”

당신이 벗어내야 할 것은 당신의 체중이다. 당신이 서있거나 걸어다니는 것으로 발바닥이 압력을 받는다면 아마도 발바닥의 상처는 낫지 않을 것이다. 압력은 상처를 재개하고 형성하려는 새로운 세포를 죽인다.

만약 당신이 조금이라도 걷거나 서있어야만 한다면, 가능한 한 많이 제한하도록 노력해야 한다. 당신이 더 많이 발을 사용하지 않는 것이 당신에게 더 이로울 것이다.

### 전문적인 상처관리

당신이 상처를 싸맨 후 신속히 상처치료 전문가를 방문한다. 상처치료 전문가는 당신의 족부전문의 혹은 다른 내분비학 전문의나 주치의, 당뇨교육자 또는 족부전문의 추천자 등이 될 수 있다.

당신의 순환기, 당뇨병 조절, 상처가 감염되었는지의 여부 등의 여러 요소들이 당신의 치료에 직접적인 영향을 미칠 것이다. 당신이 좋은 순

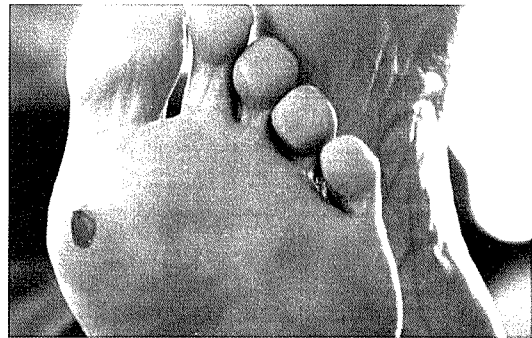
환기를 가지고 있다고 가정해 보면 당신의 당뇨병은 잘 조절되고, 건강식단을 섭취하고, 상처는 감염되지 않는다.

첫째로 상처속의 몇몇 건강하지 않거나 죽은 조직들은 없어질 것이다. 대부분의 상처치료 전문가들이 전문적으로 “절제술”이라고 하는 것은 외과 수술용 메스나 가위로 건강하지 않은 부위를 잘라내는 것을 뜻한다. 또 전문가들은 특별한 처방이나 병들거나 죽은 조직을 분해하는 붕대 등을 사용할 수 있다. 몇몇 전문가들은 비록 표준방법은 아니지만 죽은 조직을 깨끗이 하기 위해 구더기를 사용하는데 성공하기도 했다. (‘상처관리의 대안치료법’ 참고)

만약 당신의 상처에 물이 생긴다면 상처치료 전문가는 붕대를 사용해 액체를 잘 흡수할 것이다. 만약 상처가 말랐다면 전문가는 붕대로 보습을 할 것이다. 어떤 준비들은 회복될 수 있는 당신의 신체능력을 상승시킬 수 있는 피부에 대한 성장요소를 포함하고 있다. 거기에는 인간의 피부로부터 성장한 피부대용물까지도 있다. 그것들은 당신의 상처를 덮고, 당신 고유 피부조직의 재생을 돕는다.

넓은 상처에 대해서 대해서는 아마도 당신의 전문치료사가 궤양에서 지속적인 흡수를 하는 장치를 사용할 것이다. 상처를 덮는 거품조각은 진공펌프로 연결되었는데, 그 펌프는 상처와 거품으로부터 공기를 빨아낸다. 소극적인 압력이 진액을 빼내고 상처가 아물도록 도와준다. 당신이 상처에 압박을 주지 않기 위해 특별한 패드를 사용해야 하는지 또는 붕대를 감아야 하는지는 상처의 심한 정도에 달려있다. 더구나 특별히 발바닥에 상처가 있다면 전문가들은 목발

이나 휠체어를 처방할 수 있다. 만약 당신 발바닥에 상처가 있다면 욕실로 가는 것조차도 걸으면 안 된다.



작은상처도 일찍 치료하면  
족부궤양과 절단을 예방할 수 있다

당신의 혈당개선에 대한 필요성이나 약한 순환 기능에 대해서 말해보자. 높은 혈당이나 약한 순환기는 감염에 대한 위험성을 높이고 상처가 치유되는 것을 힘들게 한다. 그래서 당신의 상처는 더 집중적인 치료가 필요하다. 만약 당신의 상처가 심하거나 감염됐다면 또는 기대만큼 회복이 진행되지 않는다면 당신의 상처치료 전문가는 아마도 몇 가지 검사를 하고 엑스레이 촬영이나 혈당검사를 시작할 것이다. 다른 테스트들은 골수염 검사나 도플러 검사 같은 순환기 검사, 뼈 검사, MRI를 포함할 수 있다.

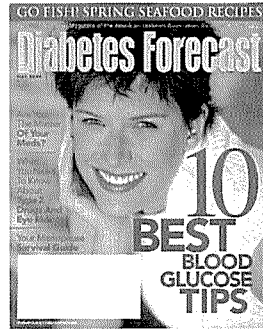
당신의 상처치료 전문가는 당신의 당뇨병 주치의와 감염질환 전문의사 등을 포함한 다른 전문가들과 함께 상의할 수 있고 필요한 외과수술을 결정할 수도 있다. 비록 외과수술이 유쾌한 선택은 아니지만 상해를 줄이고 절단수술 예방에 종종 결정적인 역할을 한다. 당신의 순환기가 약하다면 혈관외과는 당신 발의 순환기능이 회복되는데 도움을 줄 수 있다. 만약 뼈에 감염이 되었다면, 감염된 부분은 제거될 수 있

## 세계의 당뇨저널

다. 만약 근본적인 뼈의 압력으로 궤양이 치유되지 않는다면, 당신의 주치의나 족부전문가는 뼈 이동이나 절제를 권할 수 있다. 이러한 절차가 당신의 발과 다리의 나머지 부분을 온전히 유지시키는데 도움을 줄 것이다.

또 당신의 상처치료 전문가를 방문하기 전 당신이나 가족들은 집에서 상처관리를 할 수 있어야 할 것이다. 집에서 상처를 돌본다는 것은 상처를 조심해서 닦아내고 처방받은 약품을 투여하고 봉대로 처치해주는 것을 포함한다. 상처치료는 구성원의 노력이다. 당신과 당신 가

족들이 상처치료를 위해 해야 할 것이 무엇인지 확실히 이해하라. 공동인 치료가 당신의 상처회복을 지켜주고 발의 궤양과 절단에서 보호해 줄 것이다. >



출처: Diabetes Forecast

### 상처관리의 대안치료법

모범적인 상처관리는 죽거나 병약한 조직을 잘라내고, 다양한 약과 봉대로 상처를 치료하는 것을 의미하나 전통적인 치료에 반응하지 않을 때 대안을 찾아보자.

#### 구더기들

2004년 미국 식약청에서는 구더기를 통한 상처치료를 정식으로 승인했다. 그동안 이런 곤충들의 애벌레를 이용한 어떤 대규모의 연구는 없었다. 여러 작은 연구들이 장래성 있는 경과를 보여주었고 그 연구들이 점차 상처치료 전문가들 사이에서 받아들여지게 되었다. 물론 많은 환자들이 이 치료기술을 받아들이고 극복해야 하기엔 웃음거리가 될만한 요소가 분명 있다.

그 치료는 어떻게 진행이 되는가. 첫째, 부화되기 전의 소독된 검정파리의 알을 준비한다. 구더기들이 부화하면 상처치료 전문가는 그들을 상처부위로 옮기고 소독된 봉대로 감싸준다. 구더기들은 죽고 병들은 조직들을 그들이 먹을 수 있는 반 액체로 변화시키는 효소를 배출한다. 한편 그들의 "땀"과 같은 물질은 감염의 요인이 되는 여러 종류의 박테리아를 죽인다. 그들은 건강

한 조직을 먹거나 해를 끼치지 않는다.

구더기들은 상처치료 전문가들이 옮기기 전까지 상처에서 약 이틀간 머물고 치료는 보통 적어도 2주간 받게 된다. 구더기 요법과 통증에 관한 몇몇 보고가 있었지만 전반적으로 구더기 요법 연구의 관계자들은 긍정적인 결과를 이끌어 왔다. 여러 상황으로 보면, 구더기 요법은 절단예방을 도울 수 있다.

#### 고압산소요법

고압산소요법은 건강하지 못하거나 죽어가는 조직들이 있는 상처에 사용하기 적합하다. 구더기 요법과 같이 상처치료를 위한 고압산소요법의 대규모 연구가 진행되지는 않았다. 그러나 작은 연구들에서 긍정적인 결과를 보여주었다.

치료는 가압실에서 앉거나 누워서 100% 산소를 호흡하는 것으로 이루어진다. 이것은 당신의 혈관계에 많은 양의 산소를 증가시켜 당신의 신체가 상처를 치료하는 연계조직을 생성할 수 있도록 도와준다. 또한 감염과 싸울 수 있는 백혈구와 더 많은 산소를 제공한다.