

# 일산백병원, 당뇨병교실 300회 기념행사 개최

## 상계백병원 내분비내과 고경수 교수 “생활습관병이 사망원인의 대부분”

인제대학교 일산백병원(원장 이원로)은 지난 21일(수) 병원 내 대강당에서 ‘당뇨병교실 300회 기념 공개 행사’를 개최하였다.

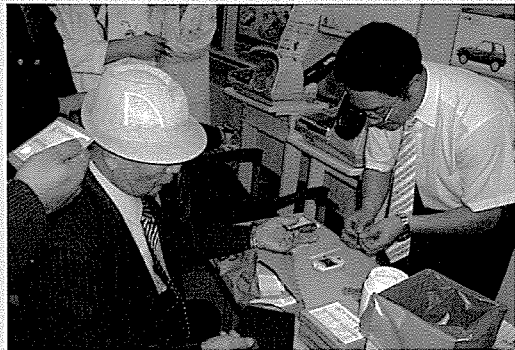
이원로 원장의 축사로 시작된 이번 행사는 당뇨병교실 300회를 기념하여 ‘당뇨병환자의 비만관리’라는 주제로 강좌가 진행되었다.

인제대학교 상계백병원 내분비내과 고경수 교수가 초청되어 ‘생활습관병의 관리’라는 주제로 강연하였고 일산백병원 스포츠의학센터의 문정화 교수가 기념품으로 나누어 준 아령으로 할 수 있는 운동들을 소개하였다.

고 교수는 “성인병, 즉 생활습관병이 생기는 이유는 잘못된 식사와 운동부족, 음주와 흡연, 과도한 스트레스 때문”이며 “생활습관병이 사망원인의 대부분을 차지하기 때문에 올바른 생활습관을 가지는 것이 중요”하다고 강조했다.

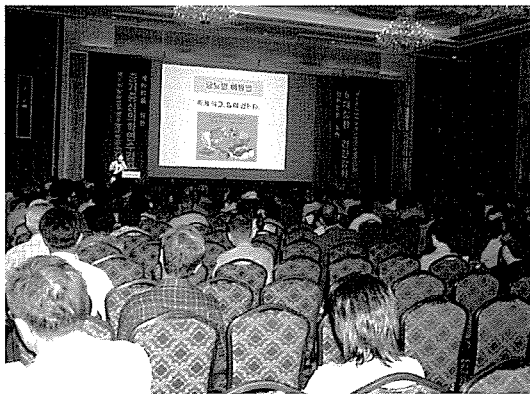
이날 약 150여명의 참가자들에게 무료 혈당검사, 혈압검사, 비만도 측정을 실시하고 비만인 당뇨병환자를 위한 올바른 식단을 제시, 설명하여 유익한 시간이 되었다.

글 홍지영 기자



# 임상연구센터협의회, 6대 질환 건강강좌

## 당뇨병 부분, 강동성심병원 김두만 교수 강의



지난 10일 6대 질환 건강강좌가 서울 잠실 롯데호텔에서 열렸다.

이날 보건복지부 산하 임상연구센터협의회(회장 박승정, 서울아산병원 심장내과)는 심장·폐·간·당뇨·암·우울증 등 6대 질환에 대한 통합 건강강좌를 실시하고 한국형 표준 진료 가이드라인 개발 실무자들과 전문가가 참석하는 세미나도 개최했다.

지금까지 한 질환을 주제로 건강강좌가 실시

되긴 했지만 한자리에서 주요 질환에 대한 건강 정보를 한꺼번에 들을 수 있는 강좌는 이번이 처음이다.

이번 건강강좌의 당뇨병 부분은 '당뇨병의 예방'이라는 주제로 강동성심병원 내분비내과 김두만 교수가 강의했다. 약 200여명의 일반인이 참여한 이번 강좌에서 김교수는 "당뇨병의 예방과 치료에서 가장 중요한 것은 당뇨병약이나 인슐린이 아니라 식사요법과 운동 등 생활습관의 개선이다"라고 강조하여 당뇨병환자들에게 생활습관의 중요성을 각인시켰다. 또 "당뇨병약이나 인슐린의 효과를 잘 보기 위해서는 약이 효과가 있을 만큼의 몸 상태를 만들어야 한다"며 "일반인이나 당뇨병환자 모두 평소 식사와 운동으로 현재 체중의 5%만 빼도 당뇨병 예방과 치료에 큰 효과를 거둘 수 있을 것"라고 말하여 평소 체중관리의 중요성을 강조했다.

보건복지부는 지난 2003년 임상연구 활성화와 이를 기반으로 한 한국형 진료 가이드라인 개발 프로젝트를 기획, 심장과 폐·간·당뇨병·암·우울증을 1차 대상으로 우리나라 환자에 맞는 진료지침을 개발하고 있다. 이번 건강강좌 역시 한국형 진료 가이드라인의 인식 확산과 건강정보 제공을 위해 열렸으며 가이드라인의 개발과 병행해 지속적인 홍보활동을 펼쳐 나갈 계획이다.