

## 환자, 의사 그리고 인슐린

의사: “OOO 환자님, 경구혈당강하제로 혈당조절이 안됩니다. 인슐린 치료를 시작해야겠습니  
다.”

환자1: “네? 인슐린 주사는 싫어요! 한 번 맞기 시작하면 평생 맞아야 한다는데...”

환자2: “어떻게 제 손으로 주사를 놔요? (차라리 죽으면 죽었지) 저는 못해요”

이러한 실랑이는 내분비내과 외래 진료실에서 매일 볼 수 있는 흔한 광경입니다. 실제로 저도 제 외래를 방문하는 당뇨병환자들 중에서 경구혈당강하제를 투여하여도 혈당조절이 안 되는 환자들  
에게 인슐린 치료를 권하다 보면 많은 환자들이 인슐린 치료를 주저하거나 거부하는 경우를 경험  
하곤 합니다. 환자들에게 이유를 물어 보면 크게 두 가지인데, 첫째 인슐린 주사를 한 번 맞으면  
계속 맞아야 하는 것 아니냐, 즉 끊을 수 없는 것이 아니냐는 것이고, 둘째 인슐린 주사를 스스로  
투여할 능력이 없다는 것입니다. 과연 그럴까요?

먼저 인슐린 주사를 한 번 맞으면 계속 맞아야 한다는 생각은 환자들이 가지고 있는 가장 흔한 잘  
못된 상식 중 하나입니다. 즉 인슐린은 마약처럼 중독성이 있는 약이 절대로 아닙니다. 인슐린 주  
사는 제 1형 당뇨병환자, 임신한 경우, 심한 간질환 및 신질환을 가진 경우, 경구혈당강하제로 조  
절되지 않는 제 2형 당뇨병환자에게 투여하는데 일반적으로 제 2형 당뇨병에서 혈당이 경구혈당  
강하제로 조절되지 않기 때문에 인슐린을 맞는 것이므로 식사 요법과 운동 요법으로 혈당을 적절  
한 수준까지 조절하면 인슐린 투여량을 줄일 수 있을 뿐 아니라 경구혈당강하제로 다시 바꿀 수  
도 있습니다. 실제로 제 외래를 방문하는 환자들 중에서 인슐린 치료를 받는 환자들이 약 60%

정도 되는데 이 중 상당수는 심기일전해서 식사 요법과 운동 요법을 열심히 한 이후 경구혈당강하제로 다시 바꿀 수 있었고 그 중 일부는 혈당조절이 잘 되어 경구혈당강하제를 아예 끊을 수 있었습니다. 따라서 의사가 여러 상황을 심사숙고하여 인슐린 치료를 권하는 경우에는 가급적 인슐린 치료를 시작하는 것이 바람직합니다.

또 다른 문제는 환자가 스스로 인슐린 주사를 맞을 수 없다고 호소하는 것입니다. 이런 경우에는 의사도 고민하게 되는데 일반적으로 초등학교 3~4학년 정도이면 스스로 인슐린 주사를 맞을 수 있음을 고려하여 볼 때 대부분의 성인은 인슐린 주사법을 익히는데 아무런 문제가 없다고 생각합니다. 만약 막연하게 인슐린 주사를 맞기 두려워하는 경우에는 인슐린 대신 생리식염수를 이용하여 주사법을 훈련해 보고 이마저 안 되면 분사형 펜 인슐린을 쓰는 것을 고려하여 볼 수 있습니다.

만약 당뇨병성 망막병증과 같은 안과적 합병증이 발생하여 인슐린 주사기 눈금이 안 보이는 경우에는 같이 살거나 근처에 사는 가족 구성원이 인슐린을 투여하도록 훈련해 보고 상황이 안 되면 미리 1주일 분량의 인슐린을 주사기에 채어서 냉장고에 보관해 놓고 환자가 하나씩 꺼내서 맞도록 시도하여 볼 수 있습니다. 저에게 다니는 환자들 중에서도 인슐린 주사를 못 맞겠다고 거부하였던 환자들이 꽤 있었는데 제가 직접 인슐린을 투여한 후 어떤 점이 불편하였는지 등을 함께 고민하다 보면 대부분 무난하게 해결할 수 있었습니다.

이쯤해서 앞서 환자들이 질문하였던 내용에 대한 저의 대답을 적어 보겠습니다.

환자1: “네? 인슐린 주사는 싫어요! 한 번 맞기 시작하면 평생 맞아야 한다는데...”

의사의 대답: “아닙니다. 인슐린 주사를 맞더라도 식사 요법과 운동 요법을 열심히 해서 혈당조절이 잘 되면 경구혈당강하제로 다시 바꿀 수 있습니다.”

환자2: “어떻게 제 손으로 주사를 놔요? 저는 못해요”

의사의 대답: “OOO 환자님은 틀림없이 인슐린 주사를 잘 맞으실 수 있습니다. 제가 직접 인슐린 주사를 투여해 드릴 터이니 어떤 점이 불편하신지 말씀해 주시고 스스로 잘 맞으실 때까지 몇 번이고 계속 교육시켜 드리겠습니다”

결론적으로 인슐린 주사는 당뇨병에서 혈당을 잘 조절하기 위한 매우 좋은 방법 중 하나이며 인슐린 주사를 맞더라도 식사 요법과 운동 요법을 열심히 해서 혈당을 적절한 수준까지 낮춘다면 인슐린 투여량을 줄일 수 있을 뿐 아니라 경구혈당강하제로 다시 바꿀 수도 있습니다. 따라서 인슐린 주사를 막연하게 거부하기 보다는 의사와 충분히 상의하여 가장 효과적으로 인슐린 주사를 맞을 수 있는 방법을 모색해 보는 것이 당뇨병 정복의 현명한 지름길이라고 하겠습니다. x



이성진 교수 /  
춘천성심병원 내분비내과