

# 뒤돌아보는 (사)한국당뇨협회의 2007년

## 소방방재청 안전기원 걷기대회

소방방재청은 4월 14일 서울월드컵공원에서 한국재난안전네트워크를 비롯한 재난안전 시민단체, 일반시민, 학생 등 3,500여명이 참석한 가운데 '제 2회 봄맞이 안전기원 걷기대회'를 개최했다. 이날 행사에는 난타 공연과 해병대의장대 시범도 있어 참가자들의 눈길을 끌었다. 이후 참가자들은 간단한 몸풀기를 한 후 난지도 순환길 5.8km를 걸었다. 본 협회는 이날 혈당 측정과 당뇨상담을 실시했다.



가족, 일반인 900여명이 참가한 이날 대회에서는 당뇨병환자와 가족의 진료와 관리치원을 비롯해 부천시민의 건강을 증진시키고자 하는 취지로 개최됐다. 참가자들은 접수 후 혈당, 혈압, 콜레스테롤 측정을 하고 의료, 간호, 영양 등 궁금한 점을 자세히 상담 받을 수 있었다. 공원주변 5km를 걸은 참가자들은 걷기 후 이뤄진 경품추첨을 통해 푸짐한 선물도 받아 갔다.



## 제 4회 부천시민을 위한 당뇨걷기대회

부천시민을 위한 당뇨걷기대회가 지난 4월 21일 부천중앙공원에서 개최됐다. 당뇨병환자와



## 제 10차 성인당뇨교육 캠프

제 10차 성인당뇨교육 캠프가 8월 27일부터 4일간 충북 제천에 위치한 청풍리조트에서 개최됐다. 이번 캠프는 당뇨병환자 및 가족 등 110여명이 참가했다. 당뇨전문의와 간호사, 영양사, 혈당측정팀 등이 함께 참가한 이번 캠프에서는 수시로 혈당측정을 하고 기록을 해 전문의와 상담도 받을 수 있도록 진행됐다. 또한 당뇨부패를 마련해 개개인에 맞춘 열량에 따라 식사를 했다. 캠프 후 참가자들은 좋은 공기 마시며 규칙적인 생활을 하는 것이 혈당조절에 도움이 된다는 것을 깨달을 수 있었던 뜻깊은 시간이었다.



## 당노인을 위한 건강 걷기대회

제 16회 세계당뇨주간을 맞아 '당노인을 위한 건강 걷기대회'가 지난 10월 27일 부천레포츠평원 내 원형광장에서 개최됐다. 당뇨병환자와 가족, 일반인 등이 참가한 이번 걷기대회에서는 참가자 전원이 혈당과 혈압측정을 받고 근처 산을 산책한 뒤 다시 혈당측정을 실시해 운동을 통한 혈당조절의 효과를 알 수 있었다. 본 협회는 경품추첨 시간에 참가자들에게 자전거, 혈당측정기, 만보계 등 다양한 경품을 나누어 주었다.

이번 걷기대회는 (사)한국당뇨협회와 순천향대학교 부천병원, 성가병원, 세종병원, 원미구 보건소, 소사구 보건소, 오정구 보건소가 주최했다.




## 세계당뇨병의 날 기념, 공개강좌 실시

세계당뇨병의 날(11월 14일)을 맞아 본 협회에서는 당뇨병 공개강좌를 실시했다. 이번 공개강좌는 '당뇨병 예방과 치료'를 주제로 11월 6일 서울 명동 은행회관에서 개최됐다. 이날 공개강좌에는 당뇨병환자와 가족 등 400여명이 참가해 당뇨병에 대한 전문의들의 강연을 들을 수 있었다.

이날 강좌는 식사요법과 발 관리, 혈관합병증과 신경합병증에 대한 내용으로 진행됐다. 환자들이 궁금해하는 주제들로 강연이 있던 후 질의응답 시간도 가져 더욱 뜻깊은 시간이 되었다.

## 한마음산악회

2007년도에도 한마음산악회 회원들은 1년간 매월 둘째 주 수요일 정기적으로 산행을 진행했다. 회원들은 서울 근교의 산(도봉산, 북한산, 수락산, 대공원 등)을 등반하며 건강도 챙기고 친목도 도모했다.

뿐만 아니라 같은 병을 앓고 있는 회원들끼리 당뇨관리에 대한 정보도 교환하는 등 의미있는 시간을 보냈다. 특히 11월 14일 남산타워에서 열렸던 대한당뇨병 학회의 '푸른빛 점등식'에 산악회 회원 전원들이 참여, 당뇨병 극복선언문을 낭독하고 당뇨 완치를 기원했다. 

글 / 신선경 기자

