



- 2007 당뇨협회가 만난 사람들 -

## 당뇨병, 예방 교육에 힘써야...

박 성 우 교수 | 강북삼성병원 당뇨전문센터장, (사)한국당뇨협회 이사

“당뇨병은 예방이 가장 중요합니다. 국가적인 차원에서 노력해 전단계인 사람들을 찾아내야하고 교육, 관리해 주는 것이 가장 중요합니다.” 박성우 교수는 당뇨병에 있어 가장 중요한 것은 무엇보다 예방과 교육이라고 강조한다. 전당뇨인들이 당뇨병에 걸리기 전 미리미리 예방하고, 이미 당뇨가 온 환자라면 올바르게 관리해 나갈 수 있도록 의료진과 협회, 국가정책 당국이 함께 손잡아야 한다는 것이 박 교수의 생각이다.

“강북삼성병원 당뇨전문센터는 서울시와 손잡고 당뇨관리 치료 표준지침을 만들기 위한 프로젝트를 시작했습니다” 박성우 교수는 개인의 원의 경우 당뇨병환자에 대한 전문화된 교육이나 치료에 대해 한계가 있다고 말했다. 모든 당뇨병환자들이 종합병원으로 온다는 것도 현실적으로 불가능하다고 주장했다. 박 교수는 “종합병원과 개인병원이 연계해 치료 표준지침에 따라 함께 환자를 진료하고 관리해야 합니다. 또 국가가 교육비 지원과 교육 시스템 등의 강화를 도와 개인병원이나 보건소 의료진을 대상

으로 교육도 실시해야 합니다”라고 설명했다.

### 원스톱서비스로

### 환자들 편의성 증대

“당뇨전문센터를 오픈한 이후 환자들의 반응은 매우 긍정적입니다. 특히 원스톱서비스로 인해 여기저기 다니면서 복잡하게 검사받던 것을 한 곳에서 다할 수 있어 환자들의 편의성이 증대됐다는 평가입니다” 박성우 교수는 또한 센터에서 매일 실시하는 당뇨교육에 대해서도 환자

들이 언제든 찾아와 교육을 받을 수 있어 호응이 매우 좋은 편이라고 자체 평가했다. 그밖에 당뇨 전단계인 사람들을 대상으로 예방 교육 및 상담을 해주어 더 이상 당뇨로 이어지지 않도록 노력하고 있다고 덧붙였다.

## 목표혈당 도달에 효과적인 ‘인슐린’

“지금까지 인슐린 보다는 약을 많이 써왔습니다. 하지만 약물치료만으로 목표혈당에 도달하기는 어렵습니다. 환자에 따라 조금씩 차이는 있지만 목표혈당에 도달하는 가장 효과적인 방법은 바로 인슐린 치료입니다.”

최근 들어 인슐린 치료가 적극적으로 이루어지고 있기도 하지만 아직까지도 환자나 의사 모두 인슐린에 대한 공포감을 가지고 있다는 박성우 교수. 박 교수는 인슐린 공포감을 없애기 위한 정확한 교육이 절실하다고 했다. 박 교수는 인슐린 도입이 늦어지면 늦어질수록 혈당조절이 잘 되지 않기 때문에 향후 더 나빠지는 것을 방지하기 위해 가능한 빨리 인슐린 치료를 실시해야한다는 것이다. “당뇨병환자가 증가하고 있는 지금 하루빨리 인슐린 치료를 활성화 시켜야합니다. 또한 약과 인슐린을 병합해 치료한다면 치료 속도도 빨라져 빠른 시간 내에 목표 혈당에 도달이 가능할 것입니다” 박 교수는 이제 의료계는 성공적인 혈당조절 방법으로 인슐린을 선택했고 다양한 종류의 인슐린이 개발되고 있다며 앞으로 보건소 등과 손잡고 지역민들의 인슐린 교육에 힘써야 한다고 주장했다.

## 당뇨 예방에 국가가 앞장서야

박성우 교수는 당뇨전단계 환자에 대한 예방의 중요성은 두말할 필요가 없으며, 이는 국가적인 대



강북삼성병원 당뇨센터는 매일 환자들을 대상으로 교육을 실시하고 있다.

책이 매우 중요하다고 말했다. 국가적으로 대국민캠페인 등을 실시해 홍보하고 전당노인을 찾아내 그들에게 당뇨가 오기 전 미리 예방교육을 철저히 해야 한다는 것이다. 박 교수는 “현재 우리 병원은 서울시와 예방 프로젝트를 실시하고 있습니다. 예를 들면 당뇨병환자 가족들을

대상으로 교육을 실시하고 있으며, 국민들을 대상으로 당뇨 예방을 위한 음식조절과 운동의 중요성에 대해 교육하고 대국민캠페인도 계획하고 있습니다”라고 밝혔다.

## 교육 충실히 받으면 막을 수 있다!

박성우 교수는 당뇨병은 관리가 꽤나 신경 쓰이고 힘든 병이며, 특히 환자들 대부분이 식사조절에 대해 어렵고 힘들어한다고 설명했다. 또 대부분의 환자들이 인슐린 치료에 대한 거부감을 가지고 있어서 치료도 어려울 때가 종종 있다는 것. “현재 우리 병원 당뇨전문센터는 교육팀을 구성해 이런 환자들을 대상으로 매일 교육을 실시하고 있습니다. 대부분 교육의 부족으로 어려워하고 잘못된 지식을 습득해 제대로 치료가 이루어지지 못하는 경우가 많습니다. 따라서 당뇨병환자나 가족들은 병원이나 당뇨관련 기관에서 교육이 있다면 적극적으로 참석해 당뇨에 대한 지식을 쌓도록 해야 합니다” 박 교수는 이렇게 조언하며 특히 환자들이 어려워하는 영양교육의 경우는 심층적인 교육이 필요하다고 말했다.

박 교수는 또 “당뇨병은 본인 자신이 관리해야 하는 병이며, 때문에 아무리 힘들더라도 식사나 운동, 약물 등 기본적으로 지켜야 할 것들에 대해 잘 지켜나가야 합니다. 또한 교육에 적극적으로 참가해 지식을 쌓아야 합니다. 제대로 교육을 받고 배운 내용을 정확히 실천한다면 합병증도 생기지 않을 것이며 성공적인 관리로 이어질 것은 분명합니다”라고 환자들에게 강조했다. 또한 당뇨병은 유전 가능성이 매우 높은 질환이며, 유전을 막기 위해 당뇨병환자와 가족들은 예방 교육을 충실히 받아야 한다고 당부했다.

박 교수는 또 “협회는 공개강좌나 캠프 등 환자들을 위한 프로그램을 적극적으로 실시하고 있어 좋다”며 “앞으로도 협회가 앞장서서 당뇨병환자들의 교육에 힘써주길 바라며, 예방 교육에도 노력해 주길 바란다”고 강조했다.

## 당뇨병 연구 내년에도 이어질 것

“2008년에는 약물과 인슐린 모두 새로운 것들이 개발될 것으로 생각합니다. 특히 식후 고혈당 조절을 돕기 위한 약물이 나올 것이며 환자들에게 실제 사용되어질 것입니다” 박성우 교수는 내년에는 지금보다 더 진보된 약제들이 개발될 것이라 기대하고 있다고.

개인적으로도 내년에는 예방 프로젝트를 더욱 확장할 계획이라는 박성우 교수는 동물을 통한 임상 연구도 실시해 현재의 교육에서 개선할 부분도 찾아내고 새롭게 나오는 약물들에 대해서도 실제 환자들에게 도움이 되도록 끊임없이 연구할 예정이다. 또한 아직까지 밝혀지지 않고 있는 당뇨병의 정확한 발병원인을 찾아내는 연구를 해나갈 계획이다. 