



## 당뇨병환자의 맑은 눈 가꾸기Ⅳ - 백내장 -

당뇨병환자의 경우 백내장 발병확률이 정상인에 비해 7배나 높다. 또 연령층도 낮아지고 진행도 빨라진다. 당뇨병환자에게 더 빠르고 치명적일 수 있는 백내장에 대하여 공부하고 예방하자.

### 당뇨병환자의 백내장 유병률

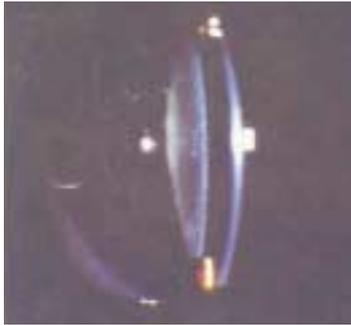
당뇨병에서의 백내장에 대한 유병률은 1978년 이후 여러 학자들을 통해 발표되고 있다. 외국의 보고에 따르면 모든 당뇨병환자의 64%에서 여러 종류의 수정체 혼탁이 생기며, 당뇨병환자가 백내장에 걸릴 확률은 비당뇨병 사람에 비해 7배 이상 높고, 당뇨병성 망막증 환자의 50%에서 백내장이 발생할 수 있다.

### 눈앞이 흐려지면 백내장 의심

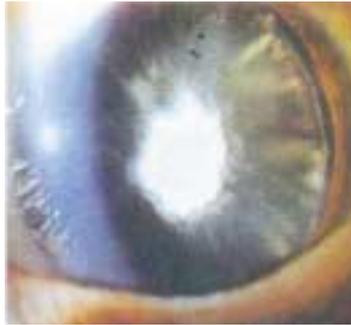
눈에는 카메라의 렌즈 역할을 하는 수정체가 있는데 이러한 수정체에 혼탁이 일어나서 빛이 잘 통과하지 못하고, 초점이 맞지 않아 흐려지는

현상을 백내장이라고 한다. 백내장의 초기에는 아무증상도 느끼지 않을 수가 있다. 당뇨병성 백내장에서 가장 흔히 나타나는 증상은 사물이 뿌옇게 보이는 시력저하 현상이다. 멀리 있는 사람의 얼굴이 뿌옇게 잘 안 보이고 이전에 보였던 버스번호가 잘 보이지 않는다면 백내장을 의심해 보아야 할 것이다. 그리고 백내장이 있으면 사물의 번짐현상이 보이며 물체가 간혹 두개로 겹쳐서 보이기도 한다. 이는 모두 백내장이 망막에 빛이 전달되는 것을 막음으로서 생기는 현상이다.

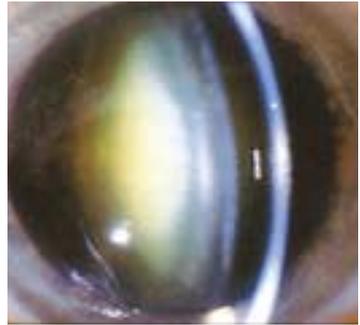
백내장을 일으키는 수정체 혼탁도 여러 종류가 있어서 만약 수정체 혼탁이 동공의 한가운데에 위치하게 되면 낮에 사물이 오히려 보이지 않는 주맹현상이 올 수 있다. 이는 밝은 빛이 눈을 비추면 동공이 줄어들어 시야가 더 좁아지기 때문이다. 그리고 이 경우에는 가까운 곳의 글자가 먼 곳보다 더 안보이게 된다.



연소형 당뇨병환자에서 잘생기는 연조각 모양 백내장



동공의 한가운데 수정체의 혼탁이 생기는 백내장- 밝은 낮에 시력 감소가 생김



가까운 데가 잘 보이게 되는 핵백내장- 이로 인해 노안이 없어져 눈이 좋아진 것으로 착각할 수 있다.

이와는 다르게 핵백내장인 경우에는 수정체의 가운데가 딱딱하게 되어 눈이 근시화가 된다. 노인들이 돋보기를 끼다가 갑자기 가까운 곳을 맨눈으로 잘 보게 되면 백내장을 의심해 봐야 한다. 또한 혈당이 잘 조절되지 않는 경우 고혈당으로 인해 수정체내 당분이 증가하여 수정체가 두터워지고 굴절력이 증가하여 근시가 유발되었다가 혈당이 정상으로 돌아오면 반대로 원시방향으로 굴절이상이 변화하는 경우도 있다.

### 혈당조절은 기본으로

당뇨병환자에서 백내장을 예방하는 길은 혈당조절이 가장 좋은 방법이다. 앞에 기술한대로 공복혈당이 높을수록, 당뇨의 이환기간이 길수록, 나이가 많을수록 백내장의 유병률이 높아지므로 지속적인 혈당관리가 당뇨병성 백내장의 발병을 늦출 수 있다.

### 정기적인 검사와 치료 후 수술 선택

당뇨병이 있으면 수술 후 염증이 잘 발생하고 상처의 치유기간이 늦어지며 출혈이 되는 경향이 있으므로 적절한 검사와 적절한 치료하에 수술을 해야 한다. 수술 후 시력예후도 당뇨병이 없는 백내장 환자보다 좋지 않은데, 이는 수술 전 동자의 산동이 잘 되지 않아 수술이 어려우

며, 황반부종, 당뇨병성 망막증, 당뇨병성 시신경병증, 신생혈관 녹내장등이 합병되어 시력장애를 일으키기 때문이다.

### 규칙적인 망막검사도 필요하다

당뇨병환자에서 백내장이 있는 경우 50%에서 당뇨병성 망막증이 동반되기 때문에 당뇨병성 백내장이 있는 환자는 규칙적인 망막검사와 함께 필요하다면 당뇨병성 망막병에 대한 레이저 광응고술 치료를 받는 것이 당뇨병성 백내장의 수술 예후를 좋게 할 수 있는 요소가 될 것이다.

일반적으로 의사들은 당뇨가 있는 환자들은 당뇨병성 백내장이나 망막증이 없는 경우에도 적어도 1년에 한번은 망막을 관찰하기를 권하고 있다.

현대의학의 발달로 당뇨병성 백내장은 수술로서 시력회복이 가능하게 되었다. 그러나 당뇨의 악화로 인한 당뇨병성 망막증과 이로 인한 녹내장이 동반될 경우는 수술의 결과가 좋지 못한 것이 사실이다.

결론적으로 당뇨가 있는 환자들에게는 지속적인 혈당조절과 규칙적인 안과 검진만이 당뇨로 인한 백내장의 예방 및 치료의 지름길이 될 것이다. 