

## 당뇨약제에 대한 다른 시각들

외래에서 많은 환자분들을 만나다 보면 당뇨 약제에 대해 잘못된 개념을 가지고 계신 환자분들을 드물지 않게 뵙게 됩니다. 그 전형적인 상반된 두 가지 예를 아래에 들어 보도록 하겠습니다.

**환자1 :** 당뇨약제를 한번 쓰게 되면 평생 쓰게 된다는데요. 그래서 저는 혈당이 높더라도 당뇨약을 쓰지 않고 식사와 운동요법만으로 조절하려고 합니다. 당뇨약제를 오래 쓰게 되면 몸에 나쁘다고 하더라고요.

**환자2 :** 식사와 운동요법을 하라고 하시는데 너무 귀찮고 힘드네요. 저는 당뇨병약을 잘 먹고 있으니 그냥 편하게 되는대로 식사를 하려고 합니다. 안 되면 약을 좀 더 먹지요.

요사이 특히 환자1과 같은 분이 많은데 이런 틀린 생각을 고집하다가 결국 혈당조절에 실패하고 심각한 당뇨 합병증으로 연결이 된다면 많이 애석한 일이 될 것입니다. 당뇨약제를 한번 쓰기 시작해서 계속 쓰게 되는 것이 아니고 당뇨병 자체가 단기간의 치료로 없앨 수 있는 병이 아니므로 약제를 계속 쓰게 되는 경우가 많은 것이지요. 이는 인슐린 주사 치료도 마찬가지입니다.

즉 당뇨병이란 치료해서 완치시키는 병이라기보다는 꾸준히 조절하여 합병증을 예방해야 하는 질환이라고 생각하시는 것이 좋겠습니다.

물론 식사와 운동요법은 당뇨 치료의 기본이 되므로 이를 통해서 혈당이 충분히 조절이 된다면 당뇨약제를 굳이 투여하지 않더라도 당뇨 치료를 잘 하고 있다고 할 수 있습니다. 하

지만 혈당조절이 잘 되지 않는 데에도 불구하고 약을 무조건 거부하게 된다면 결국 장기간에 걸쳐 다시 회복하기 어려운 당뇨 합병증으로 진행할 수 있으므로 현명한 생각이 아니라고 할 수 있겠습니다. 당뇨 합병증은 약을 많이 먹어서 오는 것이 아니고 장기간의 혈당조절 실패로 오게 되기 때문이지요. 그러므로 개념을 약간 바꿔서 식사와 운동요법은 기본으로 하되 충분히 조절이 안 되는 부분을 당뇨약제가 도와준다는 생각을 가진다면 혈당조절 성공에 보다 다가갈 수 있을 것입니다.

이와 반대로 환자2와 같은 분도 문제가 되는데 물론 현재 좋은 당뇨약제들이 많이 나와 있고 앞으로도 계속 나올 예정이기는 하지만 적절한 식사와 운동요법이 기본이 되는 것에는

변함이 없습니다. 이렇게 식사와 운동요법을 등한히 하는 환자분들은 당뇨약제를 많이 투여하더라도 혈당조절이 어렵고 특히 혈당 변동폭이 커지게 되어서 문제가 됩니다.

당뇨는 장기간에 걸친 조절 노력이 필요한 참으로 쉽지 않은 만성질환이라고 할 수 있습니다. 하지만 당뇨병에 대한 바른 개념을 가지고 꾸준히 노력을 한다면 반드시 노력에 보답을 받으실 수 있으리라 권해 드리고 싶습니다. 



최경묵 교수 /  
고대 구로병원 내분비내과

함께 하면 **큰 힘** 이 됩니다.  
**기부** 를 받습니다.

□ 기부안내

사단법인 한국당뇨협회 공익성 기부금 손비 인정단체로, 기부해 주시는 금액은 연말정산시 소득공제를 받으실 수 있습니다. 기부금을 보내주시면 바로 기부금 영수증을 보내드립니다.

-기부금 송금계좌 : 우리은행 195-138439-13-001(예금주:사단법인 한국당뇨협회)

-문의전화 : 02-771-8542

-기부금공제 한도액 : (근로소득금액 - 한도내의 전액공제기부금 - 한도내의 특례기부금) × 10%

※관련법규 : 본 협회에 기부해주시는 후원금은 법인세법 시행규칙 제 17조 제 1항 제 33호 및 소득세법 시행규칙 제 44조의 규정에 의거하여 공익성 기부금에 해당되어 손비혜택을 받을 수 있습니다.

보건복지부 공인단체  사단법인 한국당뇨협회 [www.dangnyo.or.kr](http://www.dangnyo.or.kr)

\*사단법인 한국당뇨협회는 「당뇨병 예방과 치료」를 모토로 우리나라 400만 당뇨인의 건강, 권익, 복지 증진을 위해 설립된 비영리 법인입니다.