애독자세상

본 코너는 〈월간당뇨〉를 보시는 독자 여러분들의 질문과 건의사항을 모아 답변과 방향을 제시하는 코너입니다. 〈월간당뇨〉를 보고 당뇨관리에 관한 궁금한 점, 그 달 내용에 관해 의문 나는 점, 당뇨관리를 하면서 궁금한 점 등을 엽서를 통해 보내주시면 성실하게 답변해 드리겠습니다.

올해 46세로 당뇨병을 앓고 있지만 혈당관리도 잘했고 겉보기에도 문제가 없었습니다. 그런데 얼마 전부터 컴퓨터 모니터를 보면 아른거리고 초점이 잘 안 잡히는 느낌을 받았습니다. 이것도 당뇨합병증인가요?

평소에 눈이 좋으셨지만 그 정도의 증상이 나타난 것으로 보아 당뇨합병증 중 하나인 당뇨황반부종인 것 같습니다. 황반은 우리 눈 뒤 쪽에 위치한 카메라 필름에 해당하는 망막이라고 하는 신경조직의 중심 부위를 말합니다. 황반부는 빛 자극에 반응하는 시세포로 중심시력을 담당해 생계와 관련된 직장 및 사회 활동은 물론, 개인의 독립적인 일상생활과 영향이 있는 것이므로 혈당관리를 잘 하고 계시더라도 당뇨인에게서 흔히 나타나는 안질환에 대해 대수롭게 생각하지 마시고 검진을 정기적으로 받고 조속한 치료가 필요할 것 같습니다.

당뇨 20년차입니다. 밥을 먹다가 멀쩡한 치아가 하나 쑥 빠져버렸습니다. 씹지못해 그런지 혈당 조절도 어려워졌습니다.

당뇨병에 걸린 후 혈당조절이 잘 되지 않으면 먼저 입안이 타는 듯 마른 입마름 증상이 나타나 미각기능이 떨어지고 소화가 불량해지며 급기야 치아가 하나 둘씩 빠집니다. 당뇨병환자가 치주질환에 잘 걸리는 이유는 침 속 당 농도 증가, 침 분비 저하, 저항력 감소 때문입니다. 당뇨로 인해 치아가 급속히 빠지거나 제 기능을 못하면 당장 1차 소화기관의 역할 을 하는 저작활동(음식물씹기)에 문제가 생깁니다. 식이 조절을 해야하는 당뇨병환자가 현미, 거칠고 질긴 야채, 견과류 등을 제대로 못 씹으면 식이요법에 실패하기 쉬워 그것이 오히려 다른 당뇨합병증을 증가시키는 원인이 될 수 있으므로 빨리 치주질환을 치료 받으시고 지속적인 식이요법으로 혈당 관리를 하셔야 하겠습니다.

62세 당뇨병환자입니다. 2번째 발가락에 발생한 작은 상처가 있었는데 자가치료와 민간요법으로 치료할 수 있다고 생각해 한 달간 찜질방에 다니고 있는데 병원에 가봐야 하나요?

반드시 병원에서 치료를 받아야 합니다. 당뇨병환자라면 작은 상처라도 전문의에게 상의하고 치료하여야 합니다. 실제로 발가락에 작은 상처가 난 당뇨병환자가 본인의 자가치료를 하고 있다가 내원하여 발 전체 뿐 아니라 하퇴부와 무릎까지 괴사가 진행되어 응급으로 무릎위에서 절단을 할 수 밖에 없는 사례가 있었습니다. 그 환자의 경우도 상처가 발생한 즉시 내원을 하였더라면 아마도 발가락 치료만 시행해도 발의 치료가 가능하였을 것으로 생각됩니다. 병원에 꼭 가보시기 바랍니다.