

# 적극적인 치료와 교육이 필요한 때, 당뇨교실을 이용하자!

## 강북삼성병원 '당뇨전문센터'

**우**리나라의 '당뇨대란'이라는 말이 어색하지 않을 정도로 당뇨병환자가 급증하고 있다. 하지만 불행하게도 당뇨병은 완치의 개념이 아닌 평생 동안 관리해야 하는 병이기 때문에 정확한 당뇨교육이 필수적이다. 이에 부응해 각 병원 등에서는 당뇨병환자들을 위한 전문 진료나 교육프로그램을 마련하고 있다. 겨우내 실내에서만 당뇨관리에 힘썼다면 아직은 추위가 남아있는 3월이지만 봄을 맞이하여 당뇨인들의 적극적인 관리에 도움이 되고자 당뇨병전문센터를 직접 찾아가 봤다.



### 합리적인 시스템의 당뇨병전문센터

기자가 찾은 곳은 국내 최대 규모의 당뇨병전문센터를 갖춘 강북삼성병원이다. 많은 환자들이 전문의의 진료를 받기위해 복잡하며 대기하고 있었고, 다른 한쪽에서는 간호사와 영양사와의 1:1상담이 이루어지고 있었으며, 당뇨교실에서 교육을 받는 그룹도 볼 수 있었다. 강북삼성병원 당뇨전문센터 김금례 수간호사는 "이 센터는 보다 전문적이고 차별화된 진료를 제공하기 위해서 내분비내과 소속으로 당뇨병을 관리하는 '과 분류'가 아닌 '전문센터'로 구분하여 One-stop service를 구축, 당뇨병 진단에서부터

합병증 관리까지 Total care system 방식으로 운영하고 있다"고 말했다. 센터는 지상 6층, 지하 3층, 연면적 1500평으로 대규모의 당뇨전문센터로서 당뇨전문의 9명과 합병증 협진을 담당할 의사 3명, 당뇨전문 간호사 6명, 임상영양사 3명 등 총 42명의 의료진으로 구성되어 있다. 특히 2층에는 500여 평의 당뇨병환자 외래 진료실과 당뇨안과·족부클리닉·운동처방클리닉·갑상선클리닉 등이 들어서 있어 당뇨합병증으로 인한 각종 질병을 체계적으로 한 곳에서 치료하며, 1층의 정형외과·신장내과·심장내과, 3층의 정신과와 함께 유기적인 협진체계가 가능하다.



### 환자의 편의를 생각한 구조

진료를 받기 위해 센터를 방문한 환자들의 움직임을 고려하여 내부구조가 설계되어, 처음 센터를 찾은 환자도 편하게 진료를 받을 수가 있었다. 환자가 2층에서 접수를 하면 예진실에서 상담을 받고, 진료실에서 진료를 받게 된다. 전문의의 처방에 따라 바로 옆 임상병리실에서 필요한 검사를 받고 당뇨안과에서 눈 검사를 받는다. 필요한 경우 같은 층의 운동처방실과 교육실 등에서 자신에게 맞는 관리가 이루어진다.

### 다양한 맞춤형 당뇨교육 실시

국내 최대 규모의 당뇨병전문센터답게 차별화 되고, 차별화 된 당뇨교육을 실시하고 있었다. 현재 대부분의 병원에서 진행하고 있는 당뇨교실은 당뇨가 의심되는 사람이나 당뇨로 인한 합병증을 앓고 있는 환자 모두 동일한 공간에서 같은 강의를 듣는 방식으로 진행되고 있는데 이 점에서 구별된다. 이에 강북삼성병원 당뇨전문센터 박철영 교수는 “당뇨병이라 할지라도 환자마다 증상이 모두 다르고 향후 질병의 진행추이도 다른 만큼 각 환자의 필요에 따른 차별화된 교육이 필요하다”고 설명했고, 덧붙여 국내의 비교적 적은 제 1형 당뇨병, 임신성 당뇨병 등의 교육도 추가적으로 만들 계획 중에 있다고 귀띔했다.

이곳에서의 당뇨교육은 치료의 한 부분이 아닌, 치료 자체로 이루지고 있어 환자는 전문의의 진료를 받고 그것에 맞는 당뇨교육을 받는다. 교육은 전(前)당뇨병환자를 위한 당뇨병 예방교육과 당뇨병환자를 위한 교육으로 크게 나눌 수 있다. 당뇨병 예방교육 중 '전당뇨병교육'은 교육참가를 원하는 누구나 무료로 참여할 수가 있고, 이에 보다 구체적인 교육과정인 '당뇨병 예방 아카데미'는 이론 뿐만 아니라 실습, 게임 등의 체험을 통해 개개인에 맞는 관리를 할 수 있도록 한다.

당뇨병환자 교육은 더욱 다양한데, 10명 내외의 소그룹으로 진행되는 '기본교육'은 자유로운 분위기속에서 교육담당자와의 질의응답, 참가자들 간의 경험담을 나누며 당뇨병에 대해 쉽고, 재미있게 배울 수 있다. '1:1 심화교육' 또한 마련되어 있어 더 자세하고 개별적인 상담을 받을 수도 있다. 그밖에도 '당뇨병 뷔페식 식사지도'에서는 영양사의 도움을 받아 직접 자신의 식사처방에 맞게 음식의 종류와 양을 선택하고 이를 시식해 봄으로써 환자의 식사관리 능력까지 배양 시킬 수 있다. 이들 당뇨교실 모두 예약제로 운영되고 있으며 주치의의 처방에 따라 참가할 수 있지만 이 외에도 참여를 원하는 외부의 환자






교육도 현재 고려 중에 있다고 한다. 또한 이러한 교육이 1회성 교육으로 그치지 않도록 환자들 간의 커뮤니티를 올해 안에 조성하여 서로 격려하며, 도움을 주고, 받으면서 환자들이 당뇨병으로부터 자유로워 질 수 있도록 센터 측에서도 적극적으로 지원할 계획이다.

### 서울시와 강북삼성병원이 함께 당뇨병 예방 사업 전개

강북 삼성병원 당뇨전문센터는 보다 활발하게 당뇨병을 예방하기 위해서 서울시와 함께 공동 당뇨병 예방 프로젝트를 시행하고 있다. 서울시 내 종로구, 마포구, 은평구, 서대문구, 중구 등의 보건소들과 연계하여 보건소 관계자들의 교육을 실시하고 각종 매체 인터뷰나 캐릭터사업, 공개강좌, 시민 걷기대회 등을 통해서 당뇨병에 대해 알리고, 그 위험성과 심각성에 대해서도 깨닫게 함으로써 경각심을 심어 주기위해 홍보에도 나서고 있다.

### 당뇨병환자라면 교육은 의무!

당뇨는 다른 병에 비해 환자의 공부와 관리가 가장 중요한 질병이다. 자신의 상태를 알고 그에 적절한 치료가 필요하다. 그렇기 때문에 당뇨병환자는 본인의 병에 대해 스스로 공부할 의무를 가지고 있다. 인터넷 등으로 쉽게 찾아볼 수 있지만 잘못된 정보가 많고 다소 전문적이지 못하기에 병원 같은 전문기관에서 행하는 당뇨교실과 공개강좌, 세미나 등을 직접 찾아다니는 수고가 요구된다. 강북삼성병원 당뇨전문센터는 보다 발전된 진료와 교육, 최신의 정보를 제공하기 위하여 의료진의 교육도 정기적으로 시행되고 있는데, 한 달에 한번 집단회를 실시하여 외국의 사례 등으로 연구를 하고, 일주일에 한번 의료진들이 회의를 열어 철저한 재교육을 받는다.

강북삼성병원 박성우 당뇨전문센터 소장은 “당뇨병에서 교육은 치료의 한 부분이 아닌 치료 자체다” 라는 말이 있다. 교육을 통해서 자신의 상태를 알 권리를 찾고 당뇨병 치료의 기회를 놓치지 말아야 한다” 라고 말하여 교육의 중요성을 의사와 환자 모두 인식해야 함을 강조했다. 

글 / 광정은 기자