

# 당뇨캠프에서 만난 사람들

## - 여형구 · 여홍구 형제 -

올 캠프는 유난히 피를 나눈 형제, 자매 등 가족 간 참여하는 사람들이 많았다. 그 중 여형구 · 여홍구씨 형제도 마찬가지로, 이번 캠프에 함께 참석하여 당뇨교육을 받았다. 나의 고통을 알기에 내 가족, 내 형제의 고통은 더 가슴을 찢히게 만든다. 가족 간에 같은 병을 가지고 있으면, 서로의 심정을 잘 알고 그 아픔을 이해할 수 있기에 더 큰 힘이 된다. 캠프에서 인상 좋은 형과 아우를 만나봤다.

### 형제는 용감했다

이번 캠프에서는 특별한 진풍경이 펼쳐졌다. 우연히도 형제가 나란히 조장이 된 것. 형 여형구(57)씨는 3조의 조장을, 동생 여홍구(54)씨는 2조의 조장을 맡아 각자의 조를 위해 함께 경쟁하면서 더불어 즐거움을 나눌 수 있었다. 한 형제라도 형과 아우의 성격이 같을 수는 없는 법. 각 조의 조장으로서 역할을 하는 모습에서 형 여형구씨는 부드러운 면모를 보이며 조원들을 꼼꼼하게 잘 챙겼고, 아우 여홍구씨는 자신감 가득 카리스마 넘치는 모습으로 조원들을 이끌었다. 캠프 내내 형제는 돋보이며 활약했는데, 무엇보다 진지하고 열성적으로 참여해 다른

참가자들에게 모범이 됐다.

### 당뇨병과의 인연

“어머니가 신장병을 앓으셨는데, 그게 아마도 당뇨 합병증이었던 것 같아요”

여 씨 형제는 당뇨병과 인연이 깊다. 형제 5남 1녀 중 둘째 형과 셋째인 여형구 씨, 넷째인 여홍구 씨가 제 2형 당뇨병을 갖고 있다.

여 씨 형제들은 현재 서울대 당뇨 유전체 연구센터에서 가족력이 강한 가족을 대상으로 진행 중인 당뇨병 유전체 연구에 참여하고 있다.

당뇨병과 질긴 악연이 시작된 것은 93년 형 여형구 씨가 진단을 받은 후로 동생 여홍구 씨가 10년 전에 당뇨병을 진단받았다. 형 여 씨는 처음에 계속해서 갈증이 나고 소변에서 거품이 나와 이상한 생각이 들어 병원을 방문했더니 당뇨병이었다고 한다. 동생 여홍구 씨 역시 첫 증상으로 갈증이 나고 소변이 자주 마렵고 피곤한 상태가 계속됐다. 여홍구 씨는 “형님 두 분이 당뇨병을 앓고 계셨지만 설마 내가 당뇨병에 걸릴거라고는 생각도 못했어요. 몸이 예전 같지 않아서 한의원을 하는 친구를 찾아갔죠. 그때 혈당을 잴더니 280mg/dl이 나왔어요” 처음에



진지한 표정으로 강의를 듣고있는 형 여형구 씨



레크리에이션에 참여하고 있는 동생 여홍구 씨

는 오진일거라 생각하며 그 사실을 인정할 수 없었다고 한다. 그 후로 괜찮겠지 하는 마음으로 있다가, 결국 병원을 방문해 검사를 해보니 그 수치가 380mg/dl 이었다.

### 캠프에 참석하여

올 캠프에 처음 참여하는 형제는 당뇨캠프에 신청하기 전까지 반신반의 하는 마음이었다고 한다. 동생 여홍구 씨가 병원에서 문득 당뇨캠프 안내 포스터를 발견해 신청하면서 형에게도 함께 참여를 권했다고 한다. 형제는 캠프에 오기 전에는 당뇨병의 심각성을 생각하지 못했다.

자영업에 종사하는 형 여형구 씨는 “당뇨병에 무조건 적게 먹는 게 좋을 거 같아서 평소 아침식사도 빵 한 조각으로만 때우기 일쑤였고, 혈당도 한 달에 한 번꼴로 측정 했어요. 당뇨캠프에서 교육을 받고 보니 오히려 그런 생각이 더 건강에 나쁘다는 것을 알게 됐다”고 웃으며 말했다.

동생 여홍구 씨는 “강의 중에 봤던 사진 속 괴사된 발이 꼭 10년 후 내 모습을 보는 것 같아 두려운 생각이 들어 순간 외면하고 싶었다”며 “예전에는 당뇨병에 대한 막연한 생각만을 가진 채 심각하게 생각하지 않았다”고 말했다.

현재 시스템 설계 일을 하고 있는 홍구 씨는 바

쁘게 업무를 하다보면 시간에 쫓겨 제 시간에 약을 챙겨 먹기가 힘들다고 토로한다. 또 구두를 자주 신다보니 발에 무좀이 생겨서 발 관리를 좀 더 신중하게 해야겠다고 덧붙여 말했다. 혈당수치기록표를 보니 형과 아우 모두 거의 200을 넘지 않고 양호한 편이다.

형제는 현재 당뇨관리를 집 근처 공원을 걷거나 뛰면서 운동을 하고 있고, 인슐린과 경구혈당강하제로 치료하고 있다. 형 여형구 씨는 처음에 약을 복용하다가 올 2월부터 인슐린을 맞기 시작했다. 형제는 당뇨캠프동안 전문 의료진의 합병증 강의, 실생활에 실천 가능한 영양 교육 등 체계적인 프로그램으로 교육을 받고 나니 앞으로 철저하게 당뇨관리에 임하겠다는 각오를 다져본다.

“어릴 적부터 자신의 몸을 잘 관리하도록 교육해야 해요. 특히 당뇨병의 가족력이 있는 사람들은 교육이 더 필요한 것 같습니다”(여형구 씨)

“예방을 우선으로 건강에 대한 인식이 달라져야 한다고 생각합니다”(여홍구 씨)

역시 피는 속일 수 없나보다. 같은 생각을 힘주어 말하는 여형구·여홍구 씨 형제. 앞으로 험난하고 기나긴 당뇨와의 싸움에서 서로 끌어주고 밀어주면서 격려해주길 바란다. ✎ 글 / 김민경 기자