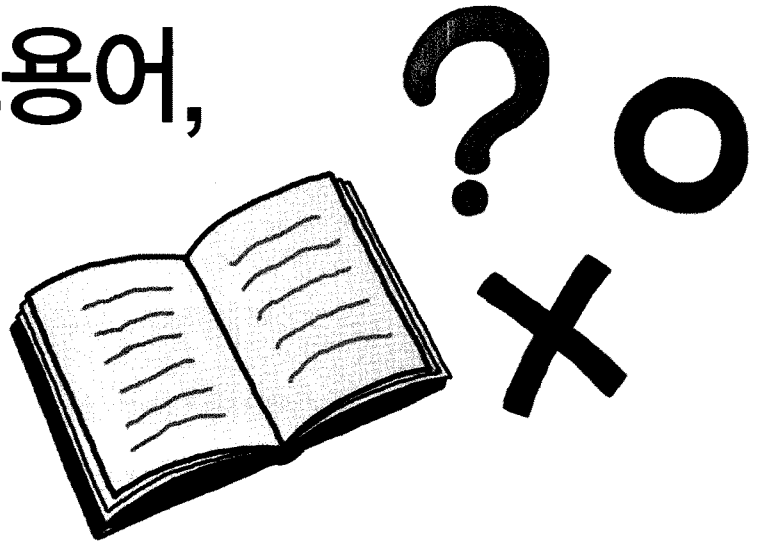


# 어려운 당뇨병용어, 그것이 궁금하다!



당뇨병을 공부하다 보면 전문 의학 용어가 많고, 은통 어려운 것 투성이다. 아무리 봐도 모르겠고 물어볼 만한 곳도 마땅치 않다. 그렇다고 매번 담당주치의에게 물어볼 수도 없다. 그렇다고 포기할 수는 없는 법. 당뇨와 관련된 헷갈리고 모르는 용어를 알기 쉽게 정리해본다.

## ◆ 포도당

체내에서 연료로 사용되는 당의 가장 단순한 형태. 탄수화물의 소화를 통해 만들어지며 혈액을 통해 세포로 운반된다. 우리 몸의 세포는 포도당을 에너지원으로 활동한다. 혈당은 혈액 속의 포도당 농도를 말한다.

## ◆ 케톤

인슐린 부족으로 체내의 에너지원으로서 포도당을 사용할 수 없을 때 인체는 지질을 분해하여 그 분해산물을 에너지원으로 이용한다. 이때 분해산물이 케톤이다

## ◆ 당화혈색소(헤모글로빈A1c, HbA1c)

혈당이 증가되어 적혈구에 있는 '혈색소(헤모글로빈)'에 포도당이 붙은 상태를 말한다. 한번 결합된 당분은 적혈구의 수명인 120여 일과 일생을 같이 하기 때문에 당뇨병환자의 지난 2~3개월 간의 평균 혈당 농도를 정확히 파악할 수 있는 측정 수치다.

당화혈색소는 식사여부와 관계없이 측정이 가능하다. 혈당조절을 잘 하고 있는 환자는 년 2회 정도, 혈당조절이 잘 안되거나 치료방법을 변경한 환자는 2~3개월마다 한 번씩 검사를 받는 것이 좋다.

자가혈당측정기를 통한 혈당측정 수치는 측정시점에서의 혈당수치이므로, 단시간 생활의 변화만 줘도 혈당수치의 기복이 심하기 때문에 환자가 방심하기 쉽고, 관리에 소홀해질 수 있다는 것이 맹점이다. 그리고 환자 특정 시간대(아침 공복 시간 등)만 측정할 경우 전체적인 혈당치와 상관없이 자신의 혈당 조절이 잘 되고 있다고 오인 할 수 있다. 따라서 평소 자가혈당측정을 통해 자신의 혈당치를 검사하다가 1년에 4~6회 정도 당화혈색소 검진을 통해 평균 혈당 수치를 확인하는 게 좋다.

#### ◆ 당부하검사

당뇨병 검사법 중의 하나로 당뇨, 임신성 당뇨, 당대사이상 등을 정확하게 진단할 수 있다. 유전적으로 당뇨의 가능성이 있는 사람 또는 당뇨인 것 같지만 공복 시 혈당이 126mg/dl 이하인 사람이 그 대상이 된다. 당을 섭취한 다음 검사하는 방법과 당을 정맥으로 투여한 다음 검사하는 방법이 있는데, 주로 당을 섭취한 다음 검사하는 방법을 사용하는 추세이다.

#### ◆ 인슐린 저항성

몸에서 인슐린의 작용이 감소된 것을 의미한다. 인슐린의 기능이 떨어져 세포가 포도당을 효과적으로 연소하지 못하는 것을 말한다.

간에서 너무 많은 포도당이 생산되거나, 체내 조직이 혈중 포도당을 효과적으로 이용할 수 없을 때 나타난다.

#### ◆ 고인슐린혈증

고인슐린혈증이란 문자 그대로 혈액 속의 인슐린 농도가 높은 것을 의미하며, 인슐린저항성을 나타내는 한 가지 지표로 이용되고 있다.

같은 혈당이라도 혈중 인슐린이 높다는 것은 동일한 상태를 유지하는데 많은 인슐린이 필요하다는 것으로 바꾸어 말하면 그만큼 인슐린의 작용이 떨어지는 것을 의미하고, 이러한 상태를 학술적으로 인슐린저항성이 존재한다고 표현한다.

예를 들어 갑과 을은 똑같이 공복 포도당이 100mg/dl 인데 갑의 혈중 인슐린이 10mU/L 이고, 을의 혈중 인슐린이 20mU/L 이라면 같은 포도당 대사를 유지하기 위해서는(같은 혈당이라는 것으로 추정한 것) 을은 2배의 인슐린 농도가 필요로 한다. 다르게 표현하면 을의 인슐린은 작용이 떨어져있다. 즉 인슐린저항성이 있다. 인슐린저항성이 있으면 같은 포도당 대사상태를 유지하기 위해 더 많은 인슐린이 필요하고 결과적으로 인슐린 농도가 높아지게(고인슐린혈증) 되는 것이다.

#### ◆ 당불내인성(또는 내당능장애)

혈당치가 정상과 당뇨병의 중간에 있음을 의미한다. 당불내인성은 보통 당부하검사로 진단하는데, 혈당치가 처음에는 정상 범위에 있지만 당용액을 마시고 정상과 당뇨병의 중간 정도로 증가하며 정상 범위까지 떨어지지 않으면 당불내인성이라고 진단한다. 당불내인성으로 진단된 사람이 체중이 증가하면 당뇨병으로 진행할 수 있을 뿐 아니라 당뇨병이 심하지 않다고 하여도 동맥경화증을 일으킬 수 있으므로 반드시 치료해야 한다.

#### ◆ C-펩타이드

췌장에서 인슐린이 생성될 때 나오는 부산물로 인슐린 분비량과 동일한 양으로 혈액 내에 방출된다. 따라서 혈중 C-펩타이드 농도를 검사하면 그 사람의 인슐린 분비량을 알 수 있다.

당뇨병환자에서 혈중 C-펩타이드 농도를 검사함으로써 환자의 인슐린 분비량을 알아보며, 췌장 조직 이식 후에 이식된 조직의 기능을 평가할 때에도 이 검사가 유용하다.

◆ 인슐린 수용체

세포의 겉에 있는 일종의 단백질이며 인슐린이 세포 내에서 작용하기 위해서는 먼저 세포 겉에 있는 이 수용체와 결합되어야 한다. 인슐린과 수용체의 관계는 흔히 열쇠와 열쇠구멍에 비유하여 설명하고 있는데 쉽게 말해서 인슐린은 열쇠이고 수용체는 열쇠구멍에 해당된다. 열쇠가 아무리 많아도 열쇠구멍이 없으면 문을 열 수 없듯이 인슐린이 많이 있어도 수용체가 없으면 인슐린의 작용은 일어나지 않을 것이다. 즉 인슐린 수용체가 없거나 부족해도 인슐린이 없거나 부족했을 때처럼 당뇨병이 발생할 수가 있다.

◆ 죽상경화증

죽상경화증은 오래된 수도관이 녹이 슬고 이물질이 침착하여 관이 좁아지게 되는 것처럼, 주로 혈관의 가장 안쪽을 덮고 있는 내막에 콜레스테롤이 침착하고 내피세포의 증식이 일어난 결과 '죽종'이 형성되는 혈관질환을 말한다.

죽종 내부는 죽처럼 굳어지고 그 주변 부위는 단단한 섬유성 막인 '경화반'으로 둘러싸이게 되는데, 경화반이 불안정하게 되면 파열되어 혈관 내에 혈전 즉 피떡이 생긴다.

최근에는 죽상경화증과 동맥경화증을 혼합하여 죽상동맥경화라고 쓰기도 한다.

◆ 이상지질혈증

고지혈증의 새로운 병명으로 중성지방, HDL 콜레스테롤, LDL 콜레스테롤 등 혈중 지질 성분이 정상 범위에 못 미치거나 벗어난 상태를 말한다.

이상지질혈증은 중성지방이 상승하고 좋은 콜레스테롤인 HDL 콜레스테롤이 감소하는 상태를 말한다. 이러한 이상지질혈증은 심혈관계 질환의 발생과 밀접한 관계를 갖는다.

◆ 대사증후군

비만, 당대사이상, 고혈압 및 이상지질혈증과 같은 다양한 대사이상이 한 개인에게 중복되어 나타나는 상태를 지칭하는 것이다.

◆ 단백뇨

소변에 단백질이 비정상적으로 많이 배설되는 것을 말한다. 소변을 통한 노폐물 배설이 신장의 주요한 기능 중 하나인데, 정상적인 소변에 포함되는 단백질 양은 많지 않다. 단백뇨의 정상범위는 하루에 150~200mg 미만이지만 하루에 배설되는 단백뇨가 500mg을 초과한다면 신장질환의 가능성이 있다. 