

당뇨합병증의 증상과 치료

잡은 설사와 변비, 소화불량 합병증 일 수 있어

대부분의 환자들이 당뇨합병증으로 위나 장의 기능에 문제가 생겨 위장장애가 발생한다는 사실을 모르는 경우가 많다. 당뇨병과 동반된 위장관질환은 전체 당뇨인의 약 10~35%에서 나타날 만큼 매우 흔하며 고혈당에 의한 위장관계 자율신경 합병증에 의해 발생한다.



»합병증으로 위장장애도 발생

발생 부위에 따라 식도 운동 기능장애, 위부전마비, 설사, 변비, 대변 실금 등 다양하게 나타난다. 우리 몸의 장기들은 모두 신경의 지배를 받으며 움직이는데, 위나 장의 운동역시 구석구석까지 신경과 밀접하게 연결돼 있다.

이러한 신경에 문제가 발생하면 여러 위장장애가 생긴다. 음식물이 소화가 되지 않아 같은 장소에 머물거나 반대로 너무 빨리 이동하면서 설사가 발생하기도 한다.

»신경 망가지면 음식물 삼키기 힘들거나 속쓰림

식도를 조절하는 신경이 망가지면 식도의 힘이 약해지면서 음식물을 위로 옮기는 데 장애가 따른다. 식도의 기능에 문제가 생기면 음식물이 잘 내려가지 않아 음식물을 삼키기 어려운 연하장애가 발생한다. 또 위의 내용물이 식도 내로 넘어 올 수 있으며, 위의 소화액이 넘어와 식도에 염증이 생기는 '역류성 식도염'이 발생할 수도 있다. 역류성 식도염이 생기면 신물, 신트림, 속쓰림, 구취가 발생하고 적절하게 치료하지 않고 지속되면 식도 궤양, 출혈, 천공 등이 발생하므로 치료가 필요하다.

연하장애와 속쓰림 증상이 나타날 때는 위 내시경 검사를 통해 위나 식도에 이상이 없는지 확인해봐야 한다. 식도 운동 기능장애가 진단되면 철저한 혈당조절과 함께 유동식 섭취와 약물 복용으로 꾸준히 치료받아야 한다.

»위 이상 생기면 복통, 속 울렁거림, 구토도 나타나

위의 기능에 이상이 오면 음식물을 갈아내고, 그것을 십이지장으로 짜내는 힘이 약해진다. 심한 경우에는 위의 운동이 거의 마비 상태에 빠져 '위부전마비'가 생길 수도 있다. 위부전마비가 발생하면 식욕부진, 딸꾹질, 속 울렁거림, 구토 및 배가 더부룩한 느낌이 들며 심한 경우 극심한 통증을 느끼게 돼 식사를 거의 할 수 없는 상태에 이르게 된다. 주로 물이나 주스 등 유동식은 정상적으로 배출되지만 밥, 고기 같은 고형식의 경우 문제가 발생한다. 식후에 주로 심해지며 수개월 이상 지속되기도 한다. 구토현상으로 인해 식사가 어려워 혈당조절이 불량해지거나 저혈당이 발생할 수 있다.

위의 기능이상 증상이 보일 때는 위장 내시경을 실시하여 위염이나 위궤양 등이 있는지를 살펴 봐야 한다. 치료는 우선 철저한 혈당조절과 함께 증상이 심하지 않으면 저 섬유질 식사, 저 지방 식사, 소량의 식사를 자주 하는 것이 좋고, 필요시 위장 운동을 촉진시키는 약물을 사용한다.

»하루 20회 이상 잦은 설사 발생

소장은 우리가 먹은 음식물의 수분과 영양분 등 쓸모 있는 것은 다 흡수하고 쓸모없는 찌꺼기를 분리해 대장으로 내보내는 역할을 한다.

소장의 기능을 담당하는 신경에 이상이 생기면 수분 및 음식물을 적절하게 흡수하는 기능이 떨어져 설사를 하게 된다. 보통 갈색을 띠는 수분을 많이 함유한 수양변이 특징이며 배가 끓고, 잦은 배변, 배변 후 뒤통가 무직한 증상과 자신도 모르게 대변이 나오는 대변실금이 함께 나타나기도 한다.

당뇨병환자의 설사는 시간과 상관없이 발생하지만 보통 밤에 더 심하고 심한 경우 하루 20회


이상 설사를 하며 설사가 수 일 또는 수 주 동안 계속되다가 정상 또는 변비로 바뀐다. 설사의 약 75%에서 배변시 변기에 기름이 뜨는 지방변이 관찰된다.

치료는 교감신경을 흥분시키는 약을 투여하고, 대변실금의 경우에는 항문 괄약근 강화운동이 필요하다.

»변비·설사 반복하기도

대장은 소장으로부터 온 걸쭉한 물질을 점검한 뒤 최대한 농축시키는 것이다. 즉 배변을 하기 가장 편한 상태로 변이 너무 무르지도 단단하지도 않게 적당히 수분을 빼내 하루에 한 두번 정도 대변으로 내 보내는 역할을 한다.

당뇨로 인해 대장에 장애가 생기면 아예 변을 내 보내지 못하는 상태인 변비에 걸릴 수 있다. 당뇨병성 변비는 변비만 생길 수도 있지만, 주로 변비와 설사를 반복하는 경우가 많다. 치료는 일반 변비 치료와 다르지 않다. 규칙적인 운동과 적절한 수분 섭취, 식이섬유를 섭취한 후 효과가 없으면 장운동을 활성화시키는 약제 또는 변비약을 복용해야 한다.

당뇨병으로 인한 위장관 합병증은 불량의 혈당 조절로 인한 자율 신경계 이상이 생기기 때문에 많이 발생한다. 따라서 합병증을 예방하기 위해서는 우선적으로 적절한 혈당조절을 해야 한다. 소화기능에 장애가 생겼다면 위 내시경, 대장 내시경, 그리고 복부 초음파 등의 검사를 통해 증상에 맞는 적절한 식사요법, 운동요법 및 약물요법을 시행해야 한다. 

글/김민경 기자