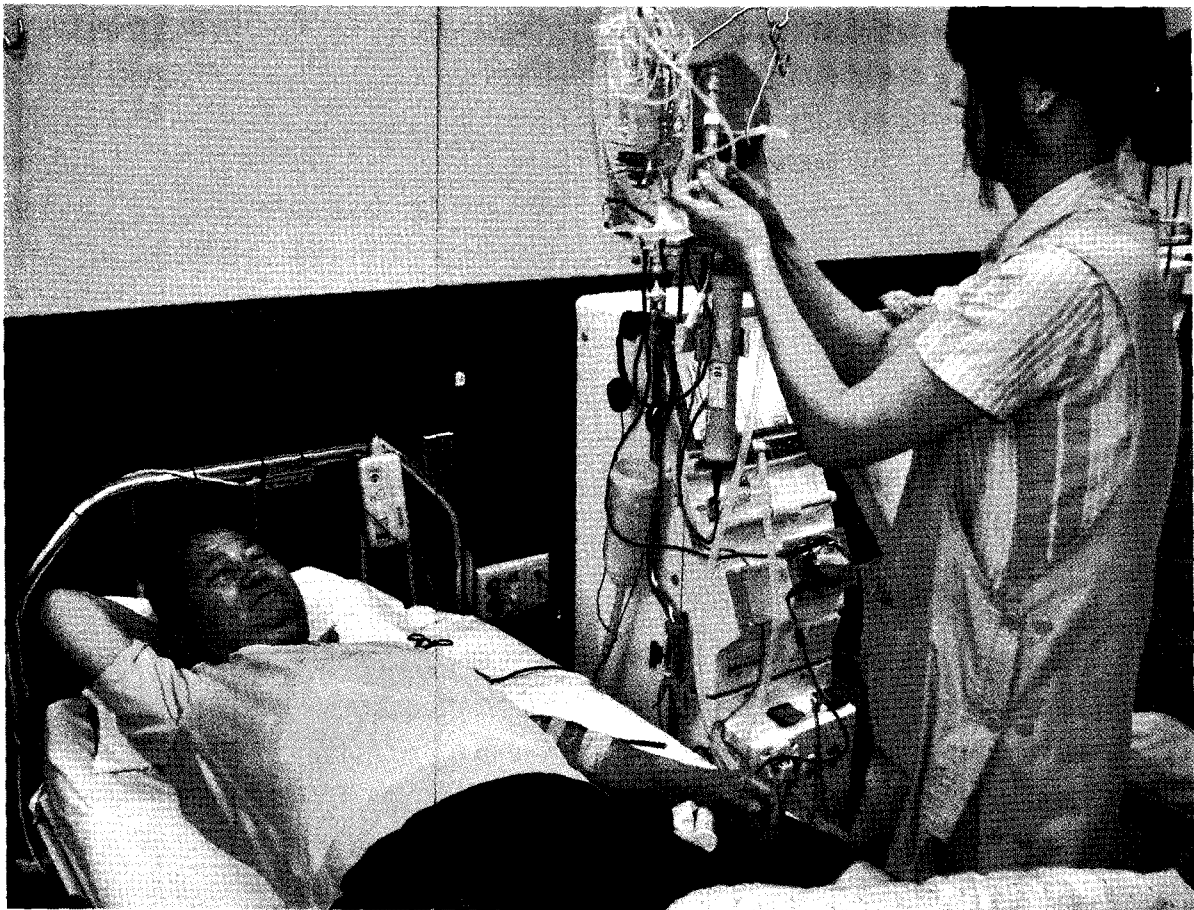


| 만성신부전 투석 환자 인터뷰 |

말기신부전환자의 혈액투석현장을 가다

제 1형 당뇨병 30년차 장 왕 규(50세)



장맛비가 개고 파란 하늘에 뭉게구름이 예쁘게 걸려 있던 지난 5일 아침 5년째 혈액투석 중인 네이버 카페 '당뇨와 신장병 환우들의 모임'의 운영자 장왕규(50세·제 1형 당뇨병 30년 차)씨를 만나 혈액투석 과정을 지켜보았다.

체중측정에서 혈액투석까지

경기도 부천에 위치한 ‘허연무 내과’에서 투석 중인 장왕규씨는 투석전 화장실부터 들렀다. 혈액투석 중에는 화장실을 가려면 투석기를 멈추고 잠시 중단해야 하므로 될 수 있으면 미리 대소변을 본 뒤 시작하는 것이 좋다.

그는 익숙하다는 듯이 병실에 들어서자마자 체중계 위에 올랐다.

“74.5kg이요.”

장왕규씨의 말에 간호진은 투석준비로 분주해지기 시작했다. 지난번 투석을 마치고 난 후에 비해 몸무게에 얼마나 늘었는지 알아야 오늘 투석하는 동안 제거해야 할 수분량을 정할 수 있기 때문에 몸무게를 재는 것은 매우 중요한 과정이다. 장왕규씨는 늘 견체중에서 1kg 이하로 유지하기 때문에 혈액투석에 별다른 어려움을 겪지 않는다고 한다. 간호사에게 체중을 불러준 그는 정해진 침대에 가서 누웠다.

주변을 둘러보니 병원 안은 투석 중인 환자들 십여 명이 보였다. 기운 없이 축 늘어져 있는 모습이 맑은 날과는 대조적으로 을씨년스러운 분위기를 풍겼다.

“혈당이 56이네? 안 어지러웠어?” (간호사)

“원래 아침 8시에 먹는데, 여기서 먹는다고 안 먹어서 그래.” (장왕규)

먼저 혈당과 혈압을 잰 후 그의 팔에는 투석을 위한 두 개의 커다란 주삿바늘이 꽂혔다. 바늘을 통해 빠진 피가 관을 타고 흘러 기계로 들어갔다. 투석기로 흘러간 피는 투석액과 혈액 사이에 불질교환으로 노폐물을 버리고 깨끗한 피로 바뀌어 다른 쪽 바늘을 통해 몸으로 들어온다.

투석하면서 그는 아침 식사를 했다. 다소 늦은 감이 있긴 하지만 투석 날은 늘 병원에 와서 먹는다.

식사하는 중에도 투석기는 열심히 돌아가고 모니터는 쉴 새 없이 수치를 표시해주었다.

병원의 침상에는 개인 TV가 놓여 있다. 한번 투석을 시작하면 4시간은 받아야 하는 환자들의 지루함을 달래기 위한 배려인 듯했다. 환자들의 대다수는 투석을 받으면서 수면을 취하고 있었다. 그동안 간호사들은 중간마다 혈압을 재고, 이상이 없는지 모니터를 체크한다. 장장 4시간에 걸친 혈액투석이 끝나면 바늘을 빼고, 지혈한다. 지혈을 마친 뒤에 다시 몸무게를 재서 확인하면 병원에서의 투석 일정은 끝이 난다.

당뇨에 무지했던 시절

장왕규씨는 혈당, 체중 모두 안정적으로 관리가 돼서 투석하는 데 무리가 없어 투석을 받는 동안 그와 이야기를 나누어 보았다.

“해외에서 근무 중이던 어느 날 목이 마르고 한 달에 5~6kg씩 살이 빠져나갔습니다. 그래서 병원에 가니 당뇨라고 하더군요.”

당뇨로 귀국을 결심한 그는 90kg 나가던 체중이 귀국 당시 50kg 밖에 되지 않았다고 했다. 당뇨의 유형조차 몰랐던 그 당시 좋다는 것은 두루 섭렵하면서 지냈고 그래도 병세는 좋아지지 않았다.

“그러다 전 아내가 동네 약국에 퇴역간호사가 있어 영양제를 맞으면 좋다고 해서 맞았습니다. 영양제를 맞으면 힘이 날까 해서 맞게 되었는데 시간이 지나자 구토가 나고 결국 정신을 잃고 쓰러졌습니다.”

케톤산증으로 혼수를 처음 경험한 그에게는 아찔한 경험이었다. 4일 만에 깨어난 뒤 그제야 제 1형 당뇨병이라는 것을 알게 됐다. 그때부터 인슐린을 처방받아 생활하기 시작했다.

“젊어서는 건강해서 인지 혈당관리를 안 해도 합병증이 일어나지 않았습니다. 그러다 25년이 지나고

나니 망막증이 오더라고요. 더운 여름날 집에서 잠을 자려는데 날파리가 돌아다니더라고요. 그러러니 하고 다음날 일어났는데 갑자기 눈이 보이질 안더라고요.”

당뇨병성 망막병증에 걸린 그는 수술을 했으나 현재 보이지 않는 상태이다. 그 뒤 오른쪽도 같은 증세가 나타나서 수술을 받았다. 2년 동안 보이지 않아서 시각장애 1급을 받았다가 지금은 시력을 어느 정도 회복해서 오른쪽 눈은 0.6 정도 보이지만 뿌옇게 보이는 상태이다. 그마저도 빛을 받으면 보이질 않아서 선글라스를 써야 하는 실정이다.

“그러다 다시 다리에 부종이 생기고 쥐가 나기 시작했습니다. 숨쉬기도 어렵고 구토가 계속 올라오더라고요. 그래서 병원에 갔는데 큰 병원에 가보라면서 진료서를 끊어 주더라고요.”

병원에 가보니 당뇨병성 신증이 만성신부전증 단계까지 진행된 상태라 투석이 불가피 했다. 그는 혈액투석을 결심했고, 동정맥루 시술을 받아 지금은 벌써 5년째 혈액투석 중이다.

살아가는 길은 많이 배우는 길이다

“그 뒤부터 이러면 안 되겠다 싶어서 공부하기 시작했습니다. 카페를 운영하면서 사람들이 물어보는 걸 답변해줘야 하니까 더욱더 열심히 공부하게 되더라고요.”

그는 당뇨병의 식사 원칙을 배우고, 신부전의 식사 원칙을 배우며 이해를 하려고 노력했다.

신부전 식사의 가장 기본이 되는 것은 흰 쌀밥이

다. 신부전이 있으면 잡곡을 먹을 수 없기 때문이다. 적당한 크기의 그릇에 한 공기 약 200g을 담고, 국과 고기나 생선을 40g 담는다. 칼륨과 인, 단백질에 가장 주의를 둔다. 칼륨제거법을 사용해서 작게 썰어 물에 2시간 이상 담가두었다 요리를 한다. 음식의 성분은 인터넷으로 검색하여 식단을 짠다.

“밥을 다 먹고 나면 체중계에 올라 몸무게를 재보면서 체중이 얼마나 늘었는지를 꼭 확인해요. 체중이 늘면 수분을 제거해야 해서 투석하는데 부담이 되니까요.”

“운동은 무리하면 안 되니까 걷기를 주로 합니다. 마트를 돌면서 채소 종류들을 둘러보고 단백질, 나트륨, 칼륨, 인의 정보를 검색해 맞춰온 재료를 구매하죠.”

그렇게 다음 식단에 필요한 재료를 구매 하면서 천천히 걸으면 한 시간이 조금 넘는다고 한다.

살려는 노력 해야

“혈액투석을 시작한 지 벌써 5년, 지금 아는 것을 그때도 알았더라면 하는 후회가 생깁니다. 미리 알았더라면 지금과 같은 고통을 당하진 않았을 텐데 말이죠. 하지만 그렇게 고통스럽진 않습니다. 제가 하는 노력을 다른 이들과 함께하면 어떨까 하고 카페도 운영하고 있고요.”

“자신의 병을 알면서 고치려고 노력하지 않는 것은 옳지 않습니다. 제 병이 늘 안타깝다고 생각하고 주저앉아 있지 않습니다. 살려고 노력해야죠.”

글/ 김선주 기자

투석 환자에게서(특히 혈액투석) 적절한 수분관리를 목표로 삼는 체중을 말한다. 투석 환자는 소변량이 적거나 없으므로 땀과 대변, 호흡을 통하여 몸 밖으로 배설되는 것 이외에는 섭취된 수분이 체내에 고이게 된다.