

소아당뇨인, 학교생활을 점검한다

**소아당뇨인은 어떤 경우든
떳떳히 행동할 것이며
당뇨관리에 학교생활을
맞추지 말고 학교생활에 자신의
당뇨관리습관을 맞출것을
강조했다.**

이제 40여일만에 걸친 긴 겨울방학도 끝나고 모든 학교들이 일제히 개학을 했다. 방학동안 주인없이 침잠했던 교실에는 깔깔거리는 웃음과 부산한 움직임으로 마치 멈추었던 영사기가 다시 돌아가기 시작한 느낌마저 갖게 한다. 마침 찬바람불던 추운 날씨도 풀려 움츠렸던 어깨가 당당하게 펴지는 때가 온 것이다.

그래서 3월은 무언가 새로운 일을 시작하는 적기로 꼽힌다. 특히 학교생활은 이런 마음을 충족시키기에 무엇하나 부족함이 없다.

입학, 한학년 진급은 물론 새로운 선생님과 급우들, 바뀐 교과서와 교실등 제반환경부터 구태인 것을 찾아보기가 어렵다.

반면 정작 당사자인 학생들은

하루 아침에 바뀐 새로운 환경에 빨리 적응키위한 마음의 준비와 동요를 겪게 된다. 이때 변화된 환경은 불안과 긴장을 불러일으켜 극심한 스트레스를 가져오기도하며 각 개인은 나름대로 적응키위한 필사적인 노력을 의식·무의식적으로 진행시키게 된다.

새로운 환경변화, 스트레스의 요인

그러나 소아당뇨인의 경우는 자신의 의지만큼 변화된 환경에 적응치못하는 경우가 많아 더욱 과중한 스트레스를 받을 수 있다는게 의료진의 공통된 의견이다.

대다수가 한창 감수성 예민한 청소년기인 소아당뇨인에게는 새로운 환경변화가 기껏 적응해 온 생활패턴을 무너뜨리는 방해요인이 될 수 있다는 해석이다.

실제로 소아당뇨인에게 학교생활중에서 겪었던 어려움을 질문해본 결과 선생님들이 어린이가 무슨 당뇨병이나하며 이해해주지 않는다, 친구들이 전염병이 옮는다고 같이 놀아주지 않는다, 또 체육시간에 마음대로 운동할 수 없다, 친구들이 과자

나 아이스크림을 먹으며 놀려서 속상했다는 얘기가 많아 소아당뇨병에 관한 인식이 얼마나 잘못되었나를 극명하게 드러내 준다.

이제 개학이 되었고 소아당뇨인들은 매년 이맘때쯤이면 반복되는 고민들을 신속히 결론짓고 해결해야 할 때가 임박한 것이다.

고민들은 대략적으로 자신이 소아당뇨병임을 선생님에게 알려야 할지, 급우나 친구들에게 설명해도 좋을지, 설명하더라도 선생님이나 친구들이 올바르게 이해하고 협조해줄지에 대한 두려움, 또 학교에서 해야 되는 당뇨관리, 예를 들면 검사, 주사, 저혈당시 처치등을 어떻게 적절히 조화시킬지등 학교생활과 당뇨관리가 미묘하게 직접적으로 연결돼있다.

이런 문제들이 신속히 해결되지 않은채 방치된다면 자칫 소아당뇨인들은 학교라는 공동체 내에서 소외되어 학교생활을 포기하거나 반대로 당뇨관리를 소홀히 하게되는 심각한 부작용을 낳을 수 있으므로 이에대한 철저한 교육과 관심이 필요하다는 데 이견이 있을 수 없다.



학교생활과 당뇨관리가 적절한 조화 이뤄야

때문에 지난 1월 18일에는 신나는 학교생활이라는 주제의 강좌가 서울·경인지역 소아당뇨 캠프위원회에 의해 마련돼 이에 대한 중요성이 한층 부각되기도 했다.

이날 친구, 선생님 그리고 나라는 주제로 강연한 박혜영 사회사업분과장은 새로운 환경에 적응키위한 최선의 방법은 학교생활에서 생길 수 있는 문제들을 미리 알고 준비하는 것이라

고 전제한뒤 학교와의 긴밀한 협조는 매우 중요하며 이를 위해 신학기 초에 보호자가 학교를 방문하는 것이 좋겠다고 권유했다.

또 소아당뇨인은 어떤 경우는 떳떳히 행동할 것이며 당뇨관리에 학교생활을 맞추지말고 학교생활에 자신의 당뇨관리습관을 맞출것을 강조했다.

한편 학교교사중 소아당뇨병임을 알려야 할 대상은 최소한 담임, 양호, 체육교사 정도. 이때 교사들은 소아당뇨병에 대한

지식이 전혀 없거나 잘못 알고 있을 수 있으므로 최대한 정확하게 알려줘야 한다고.

특히 전달방법에 있어서 너무 합병증을 강조해 교사에게 무리한 부담을 주게되면 도리어 아이의 학교생활을 경직시키는 결

과를 초래하는 요인으로 역작용하게되므로 신중을 기해야한다. 기초적인 생활지도와 함께 저혈당과 같은 응급시 신속히 대처하는 방법등, 치료팀의 한사람으로 흡수할 수 있도록 교육해야 한다는 것.

교사대상으로 당뇨교육 시행돼야

소아당뇨인이 정상적인 학교생활을 유지하는데 또하나 빼놓을 수 없는 것이 바로 교우관계이다.

중학교 3학년인 한 소아당뇨인은 학급 친구들이 자신에 대한 지나친 관심 또는 따돌림으로 친한 친구를 1명도 사귀지 못했다고 토로했다. 그만큼 소

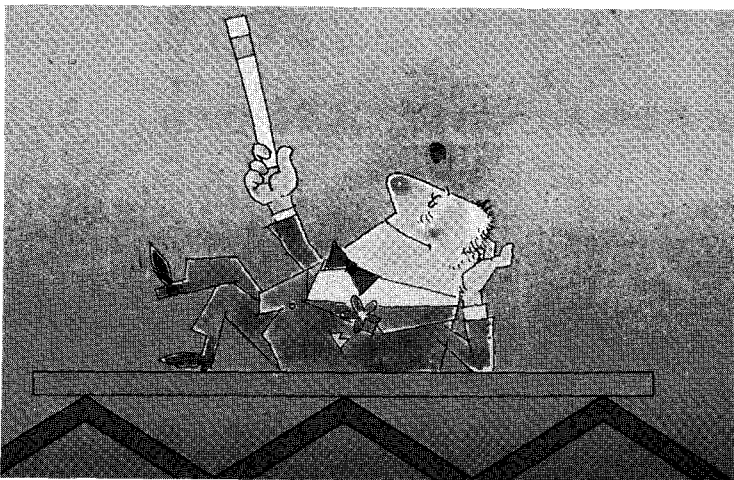
아당뇨병은 인격형성을 좌우하는 친우관계에 큰 걸림돌이 되고 있으며 자칫 성장기 청소년에게 큰 상처로 남을 여지가 충분하다는 뜻이다.

이에대해 박혜영씨는 친한 친구나 가능하면 학급전체를 대상으로 소아당뇨병에 대해 알려주기를 권유하며 교사를 통한 강의를 제시하고 있다. 특히 당뇨병에 대한 정보가 없는 반 아이들은 당뇨병이 전염된다고 생각하는 사례가 많으므로 잘못된 인식을 바로잡고 저혈당의 증상과 발생시 대처방법을 일러두어야 한다.

반면 소아당뇨인들은 방과후 친구들과 어울리게 될 때를 대비해야 한다. 많은 소아당뇨인들은 친구와 함께 간식을 먹을 때 혼자서만 개별행동을 하기 어려워서 아니면 스스로 소외되기 싫어서 유혹에 넘어가는 경우가 빈번히 발생한다. 이런 이유로 방과후에 먹지말아야 할 것을 먹게되며, 친구들과 함께 어울리다 인슐린주사를 늦게 맞는 경우를 발생키시거나 혈당검사를 빼먹을 수도 있으므로 미리 친구들과 함께 먹게될 간식의 칼로리를 알아둘 필요가 있



많은 소아당뇨인들은 친구와 함께 간식을 먹을때 혼자서만 개별행동을 하기 어려워서 아니면 스스로 소외되기 싫어서 유혹에 넘어가는 경우가 빈번히 발생한다.





다.

스스로 대처하는 대범성 길러야

한편 소아당뇨인들은 자신이 먼저 선생님이나 친구들에게 소아당뇨병에 대해 설명해주는 문체에 대해서는 대부분 자신을 전부 보여주는 것이 싫다 또는 부끄럽다는 반응을 보여 매우 소극적인 사고와 행동영역을 가지고 있는 것으로 알려졌다.

이는 친구들이 당뇨병에 대해 곤란한 질문을 건네올때 당황하거나 절망하는 사태를 초래하기 때문에 반복될 수도 있는 이런 질문에 어떻게 대처할 것인지를 미리 생각해둘 필요가 있다.

박혜영씨는 이런 경우 만일

소아당뇨인 당사자와 상대방이 당뇨병에 대해 1:1로 얘기하는 것이 좋다면 「미안해, 나는 여러 사람들 앞에서 나의 당뇨병에 대해 설명하는게 편하지 않아. 우리 둘이 있을때는 얘기할 수 있으니까 다음에 시간을 내서 함께 얘기하자」고 직접적인 의사표시를 하라고 권한다. 또 당뇨병에 대해 전혀 얘기하고 싶지않다면 「너의 관심은 고마워. 하지만 나의 당뇨병에 대해 얘기하고 싶지 않아. 내 기분을 네가 이해해주리라고 생각해」라는 식으로 솔직히 답변하는 것이 중요하다고.

하지만 무엇보다 소아당뇨인 스스로 마음의 문을 열고 자신이 이해받고 위로받기를 원하는

만큼 상대방 또한 이해해주려는 배려가 서로 간에 필요하다는 것을 간과해서는 안된다.

솔직한 교우관계 사회생활 에도 영향미쳐

물론 이러한 생활태도와 방식이 소아당뇨인이나 그 가족들의 전적인 양보와 책임으로 떠넘겨져서는 안될 것이다. 사회는 공동운명체이며 학교 역시 그 범주에 속하기 때문이다.

그러므로 학교를 비롯한 사회 전체는 당뇨병 관리에 지쳐있는 당뇨인들에 대한 올바른 인식 전환을 통해 이해와 격려를 아끼지 않는 사회풍토가 마련돼야 한다는 지적이다. 전인적 교육을 표방하고 있는 교육기관이 최우선적인 적용대상임은 두말할 여지도 없을 것이다.

결국 교사는 물론 일반 학생들을 대상으로 정확하고 올바른 당뇨병교육이 선행돼야 하며 이는 당뇨병 환자에 대한 시각교정은 물론 잠재되어 있는 당뇨인구를 감소시키는 기초작업이 될 전망이어서 향후 대책마련이 절실한 것으로 요청되고 있다.

〈閔〉