

특집

당뇨병

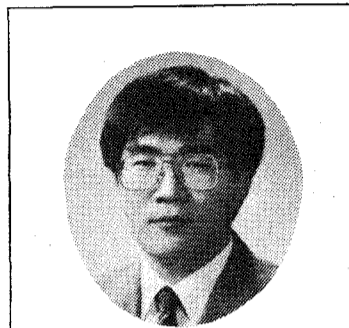
치료

당뇨병은 급성 합병증과 만성 합병증을 수반하는 질환으로, 급성합병증은 수일에서 수주내의 비교적 짧은 기간내에 환자의 상태가 급격히 나빠지는 것으로서 심한 고혈당, 케톤산 혈증, 고삼투압성 혼수, 감염 등이 있으며, 응급치료를 포함한 입원 치료 및 인슐린 치료를 요한다. 만성합병증으로는 망막, 콩팥, 신경 등에 나타나 시력 소실, 만성 신부전, 감각 소실 등을 초래하는 미세혈관 장애, 심장, 뇌혈관 등이 좁아져 협심증, 중풍 등을 초래하는 거대 혈관 장애 등이 존재하며, 당뇨병 유병기간이 10여년 이상 경과하면서 나타난다. 당뇨병의 치료 목표는 1) 당뇨병으로 인한 증세 제거, 2) 급성 합병증 예방, 3) 미세 혈관 및 신경병증 등의 만성 합병증 예방, 4) 당뇨병이 없는 일반인과 동일한 수명을 누리도록 하는데 있다. 일반적으로 평균 혈당을 200mg/dl 이하로 유지하면 다음, 다식, 다뇨, 체중

2) 심하게 진행된 만성 합병증이 없으며, 3) 집중적 혈당 조절을 시행하기 어려운 동반 질환(예를 들면 중풍이나 심장병)이 없어야 하고, 4) 환자 자신이 철저한 혈당 조절을 하겠다는 의지가 있을 때 효과적이다. 심장, 뇌, 다리 등에 자주 나타나는 대혈관 합병증을 예방하기 위하여는 혈당조절 이외에도 흡연, 고혈압, 고지혈증 등의 관련 위험인자들도 적절히 조절되어야 하며, 당뇨병 환자에서의 혈압이나 혈중 지질 조절 목표는 일반인에서의 조절 목표와는 달리 좀더 정상에 가까운 철저한 조절이 요구된다.

본란에서 다루는 당뇨병의 치료는 당뇨병의 대부분을 차지하는 인슐린비의존형(성인형) 당뇨병에 대한 것으로서 인슐린의존형(소아형) 당뇨병과는 다른 부분이 있을 수 있다. 당뇨병은 인슐

단백질, 지방 등의 적절한 비율을 유지인데, 의료인이 추천하는 일반인에게 알맞도록 쓰여진 당뇨병 교육 책자를 통하여, 혹은 주위의 병, 의원에서 행하는 당뇨병 교실에서 효과적인 정보를 얻을 수 있다. 적절한 운동은 혈당



홍성관
〈울산의대 교수〉

식사 요법 및 운동 요법만으로 혈당이 목표대로 조절되지 않으면, 인슐린 분비를 증가시키는 약제, 식후에 혈당이 치솟는 것을 방지하기 위한 알파 글루코시다제억제제, 말초에서의 포도당 이용을 증가시키는 약제 등을 환자 특성에 맞추어 사용한다. 많은 성인형 당뇨병 환자들이 시간이 지남에 따라서 인슐린 분비능이 감소하며, 이에 따라 경구 약물 요법으로 당뇨가 잘 조절되던 환자도 혈당이 점진적으로 상승하는 것을 흔히 접하게 된다. 이때에는 인슐린 주사로 변경하거나 경구 약물과 더불어 인슐린 주사를 함께 하는 치료가 필요하다. 식사, 운동 요법만으로 혈당이 목표대로 조절되지 않을 때 인슐린 치료를 바로 시행할 것을 주장하는 사람도 있는데, 인슐린 주사로 인한 체중 증가, 지질 이상 및 고인슐린 혈증의 문

타날 수 있는데 가볍게는 식은 땀, 두근거림, 어지러움 등으로 나타날 수 있으며, 심하면 의식이 변하거나 혼수 상태가 될 수도 있다. 약물을 사용하고 있는 환자나 그 가족은 저혈당 소견을 잘 인지하고, 우선은 이를 예방하기 위한, 규칙적인 식사, 처방에 의한 약물 사용, 혈당 측정 등을 시행하고, 저혈당 발생시의 대처방법에 대하여 알고 있어야 한다.

혈당은 식사, 활동, 스트레스, 약물 등에 의하여 변동이 매우 심하다. 당뇨병의 다음, 다식, 다뇨, 체중감소, 피로감 등의 증세가 있으면 당뇨 조절이 매우 안되는 것을 짐작할 수는 있지만 이러한 당뇨병 증세가 없다고 하여 적절한 혈당 조절이 되고 있다고 할 수 없으며, 증세에 의존한 혈당조절로는 만성 합병증 발생을 예방할 수 없다. 즉 혈당 측정에 의한 정확한 당뇨 상태 판별 및 당뇨 조절이 필요하다. 많은 환자들이 평생 당뇨를 조절해야 한

꾸준히 혈당조절에 힘써야 합병증 예방할 수 있어

적절한 운동 및 식사요법이 최선의 치료대책



저혈당증의 대처는 신속히

감소, 심한 피로감 등의 증세는 없앨 수 있으며 150~165 mg/dl로 유지하면 환자는 비교적 양호한 건강상태를 유지할 수 있다. 그러나 만성 합병증이나 임신중의 합병증을 예방하기 위하여는 좀더 철저한, 거의 정상에 가까운 혈당조절이 요구된다. 만성 합병증을 예방하기 위한 철저한 혈당 조절은 1) 남은 수명이 10~15년 이상이고,

린 분비 능력과 근육, 지방 등의 말초 조직에서의 인슐린 작용 능력이 조화를 이루지 못해서 발생하므로, 적절한 식사 요법으로 인슐린 분비 요구량을 줄이고, 운동이나 체중 감량으로 인슐린 작용을 증가시키는 비약물요법은 당뇨병 조절에 필수적이다. 식사요법의 근간은 적절한 체중을 유지하기 위한 열량(칼로리) 섭취, 탄수화물,

을 낮추고 이상 지질을 개선하며 심장 질환 및 고혈압의 위험도 줄이면서 체중감소에도 효과적이다. 만인에게 적용되는 운동은 있을 수 없으며, 본인이 즐길 수 있으면서 지속적으로 할 수 있는 운동을, 한번에 30분 이상, 일주에 3번 이상하는 것이 바람직하다. 평소에 운동을 하지 않던 사람이나 심장질환, 뇌졸중 등이 있는 분은 운동 의학과가 개설된 병원 등에서 의사의 자문을 얻어 적절한 운동을 지도받는 것이 필요하다. 식사, 요법만으로 혈당 조절이 잘되는 환자가 많고, 약물요법이나 인슐린 주사를 맞는 환자에서도 적절한 식사요법 및 운동, 적절한 체중유지는 효과적인 혈당 조절을 위해서 꼭 필요하다.

제가 제기되고 있어 아직 확립된 방법은 아니다. 단지 최근에 알려진 소견중 하나는 지속된 고혈당 자체가 인슐린 분비능 및 인슐린 작용을 억제한다는 것으로서, 고혈당이 심한 사람에서는 경구 혈당강하제를 복용해도 잘 반응하지 않는 경우가 흔히 있다. 이때에는 일정기간(1~2주간) 인슐린 주사로 혈당을 조절한 후 경구 혈당강하제로 대체하는 수순을 거침으로써 경구 혈당강하제에 반응하게 되는 경우도 있다.

약물치료를 받고 있는 당뇨병 환자에서 고혈당 못지않게 위험한 것이 저혈당이다. 식사를 불규칙하게 하여, 혹은 운동 중에, 혈당에 의거하지 않는 약물 투여 등으로

다고 하면 낙담하여 근거없는 각종 민간 요법을 사용하면서 일시적 혈당변화에 현혹되거나, 때로는 선전 및 소문을 듣고 완치 방법을 찾아서 전국을 순회하는 동안 합병증이 발생하거나 악화되어 치료시기를 놓치는 경우를 자주 경험하게 된다. 치명적인 만성 합병증의 예방은 짧은 기간 동안의 혈당 조절로서 이룰 수 있는 것은 아니며 꾸준히, 인내를 가지고 철저한 혈당 조절을 행할 때에 가능하다.

당뇨병에 대한 올바른 이해와 함께 환자에 적합한 치료를 적극적으로 시행할 때, 당뇨병에 끌려다니는 환자가 아니라, 병을 극복하고 이겨나가는 인간 승리의 주역이 될 수 있을 것이다.

맨파오

精力·氣力 증강을 위한 秘方

中國皇室秘方生藥 31種
 鹿茸 廣狗腎 黑驢腎 當歸
 人參 牡丹皮 海馬 杜仲 阿膠
 桂枝 仙茅 菟絲子 補骨脂
 淫羊藿 胡蘆巴 巴戟天 肉蓯蓉
 鎖陽 川續斷 熟地黃 覆盆子
 山藥 茯苓 麥冬 牛膝 甘草
 炮附子 枸杞子 玄參 黃耆 白朮
 山茱萸 茯苓 麥冬 牛膝 甘草



● 표준소매가: 40캡슐/30,000원, 120캡슐/80,000원
 ● 문의처: (02)464-0861, 학슬부

맨파오는 이미 중국에서 男寶라는 이름으로 큰 호평을 받고있는 대표적인 자양강장제(腎虛)를 보(補)하는 동식물성 생약이 무려 31종이나 배합되어 있으며 옛부터 중국황실에만 전해져 내려오는 비(秘)方(方)과 중국의학 및 동양의학 사상에 근거를 둔 처방으로 중년기 이후 쇠약해지기 쉬운 기력 및 활력 증강에 매우 탁월한 효과를 보인다고 한다.



‘맨파오’란 무엇인가?

‘맨파오’는 강장(強壯) 및 강정(強精)을 중심으로한 동식물성 생약이 무려 31종이나 복합처방 되어있는 광범위한 효능·효과의 자양강장제입니다.

수입·판매원
 한일약품공업주식회사
 서울특별시 성동구 성수1가2동 656-408
 제조원
 日本·田辺製藥株式会社
 日本·大阪
 製造원
 中国天津市力生製藥廠
 中国天津市南開区黄河道491号