

당뇨와 싸움꾼[▲] 당뇨의 시작과 무지

글 / 장일환·당뇨병 10년차

당뇨 발병 후 나의 생활과 일상을 차근차근 더듬어보며 반성도 하고 다시 한 번 새로운 다짐을 할까 합니다. 그리고 많은 분들께 당뇨를 알아가는 데 많은 도움이 되었으면 하는 소박한 바람도 해봅니다.

전 처음부터 당뇨는 아니었습니다. 흔하다고 하면 흔한 췌장염으로 시작했습니다.

솔직히 췌장에서 인슐린이 생산 된다는 것 자체도 모르고 당뇨가 합병증이 온다는 사실도 모르는 무지에서 시작을 했습니다. 그 땀 그 것만이 최선의 선택이라 생각했습니다. 수술, 그것만이 내가 조금 더 오래 살 수 있는 선택이라 믿고 싶었습니다. 그 땀 작은 놈(아들)도 돌 전이었기 때문에 오래 살아야겠다는 생각을 수도 없이 했습니다. 당시 처음 진단은 간염, 간경화였습니다.

영똥한 진단을 받으면서 허송세월만 보내지 않았더라도 좀 더 나은 치료를 받았을지도 모릅니다. 한동안 왼쪽 등이 참기 힘들 정도로 통증이 와 고생도 많이 했습니다.

세브란스 병원 응급실에 입원을 하면서 간이 아닌 췌장에 이상이 있다는 사실을 알게 되었습니다. 오진으로 병만 키우며 살아 온 것입니다. 그간 간 치료만 하고 있었으니 말입니다.

그 땀 의사의 권유로 췌장 일부를 잘라내고 얼마간 시간이 흐르면 췌장도 자란다는 말에 조금 더 살려고 췌장을 잘라내는 수술을 받았습니다.

췌장을 잘라내면 당뇨가 온다는 말은 듣지도 못한 채 말입니다. 살려고 잘라낸 췌장이 당뇨란 큰 병을 만든 것입니다.

누가 병을 만들려고 수술을 하겠습니까. 췌장을 일부 잘라내도 다시 원상복구 된다는 말에 인생을 걸었던 것입니다. 사실 지금은 그 선택이 후회막급, 정말 우스운 이야기입니다. 그 저 약 먹고 생활하면 치료가 되고 살아갈 수 있다는 안일한 생각과 행동이 지금 합병증이란 무서운 덧에 걸리고 말았습니다.

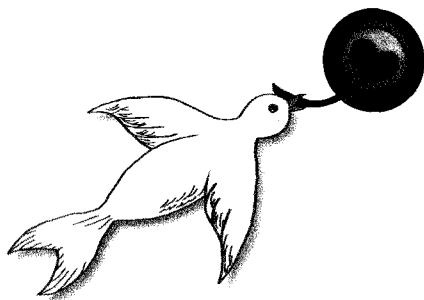
처음엔 한 가지 합병증만 있었던 것이 한 두가지 더 생기고 갈수록 내 자리를 잃어버리고 말았습니다.

그 때 안일한 생각이 지금 후회의 한 페이지로 남아있습니다.

내겐 관리란 단어가 없었습니다. 그저 식 후 한 시간씩 걸어 다니는 것이 전부였습니다.

그 한 시간도 산책에 불과했습니다. 물론 혈당 체크 같은 건 하지도 않았습니다.

약만 먹으면 혈당은 알아서 조절되는지 알았습니다. 그 당시 인슐린 주사를 맞으면 평생 맞아야 하고 되도록 약으로 치료하는 것이 좋다고 개인병원 의사가 귀뜸해 주었습니다. 인슐린 주사를 맞지 말고 단 음식을 피하고 과식을 하지 말고 술, 담배를 멀



리하고 약만 잘 먹으면 치료가 저절로 되는지 알았습니다.

그걸로 당뇨치료가 다 되는 줄 알았습니다. 하지만 먹지 말아야 하는 음식이 너무 많았고 제약이 너무 심했습니다. 처음엔 술도 멀리하고 담배도 멀리하고 음식도 가려먹었습니다. 하지만 인간사 어찌 순리대로만 살 수 있는지요.

술도 조금씩 먹고 담배도 조금씩 피우고 음식도 '이번 한 번만 먹고 다음부터는 안 돼' 하면서 정상인과 같이 먹고 마시고 피우며 살았습니다.

하지만 그 뒤에 합병증이란 대단한 녀석이 숨어있었습니다.

송두리째 인생을 바꿔 버린 아주 무서운 놈이란 걸 이제야 깨달은 어리석은 나입니다. 후회가 이렇게 심하게 다가 설 줄은 예전에 미처 생각지도 못했습니다.

처음 다리에 합병증이 왔을 때 정신을 차렸어야 했는데 몸 소 체험을 하고서 '이게 합병증이구나' 하고 생각하는 어리석은 내 모습은 송두리째 인생을 패배자로 만들고 말았습니다.

한 시간씩 산책을 하고도 혈당체크를 하지 않았으니 운동 후 혈당이 떨어졌는지 올라갔는지 모르며 그저 약 하나로 인생을 던져버린 말로가 너무나 비참하게 느껴집니다.

당뇨인이 된 후로는 가족은 나를 신임하지 않았습니다.

불량 음식을 먹고도 안 먹었다고 거짓말하고, 술 담배를 하면서도 하지 않는다고 하고 한 번 두 번 거짓말이 아예 못 믿을 망종이 되고 만 것입니다.

한 번 잃은 양심은 지금까지도 불신으로 늘 따라 다닙니다.

다리는 코끼리 다리 모양으로 부어오르고 살은 갈수록 아위어 갔습니다.

180cm의 키에 45kg은 상상하기 힘들 정도로 아위어 갔습니다. 욕실서 샤워 후 거울에 비친 내 모습은 마치 모형 해골같이 보였습니다.

그 모습에 내 자신도 숨이 멎는 듯한 공포를 느꼈습니다. 그래서 거울보기가 두려워졌습니다. 당뇨로 음식을 많이 먹지 못했고 음식 맛을 잃어서 더더욱 아위어갔는지도 모릅니다. 특별히 다른 방법이 없었습니다. 내가 알고 있는 당뇨는 약으로 치료될 수 있으리란 믿음밖에는 아무런 생각이 없었습니다. 무지가 가르쳐 준 한 가지, 합병증만이 나를 기다리고 있을 뿐 이었습니다.

당뇨발병 처음부터 인슐린 치료를 받았으면 합병증은 막을 수 있었을 것입니다.

현재 췌장기능을 전혀 할 수 없다고 혈액 검사 후 의사가 말을 했습니다.

지금은 인슐린을 맞지 않으면 거의 아무 것도 먹지 못하고 그냥 먹으면 혈당수치가 'HI' 라고 뜰 정도 측정이 불가능합니다. 한마디로 500이상이란 말입니다. 추가 주사를 맞아도 30분에 50mg/dl 정도 떨어집니다. 어쩔 땐 추가 주사 후 저혈당에 빠지고 합니다. 처음 인슐린을 맞을 때 저혈당으로 몇 번이나 병원신세를 졌습니다. 기억에는 없지만 119 응급차가 나를 실어 날랐다고 식구들이 전합니다.

다음호에 계속... >