

‘당뇨를 부탁해, 우리나라 당뇨병 관리사업의 이론과 실제’

서울의대 국민건강지식센터 ‘제 12회 국민건강나눔포럼’

- 당뇨병은 각종 합병증으로 환자를 평생 괴롭힐 수 있는 만성질환이다. 하지만 잘못된 생활습관과 꾸준한 관리 부족으로 중증 환자가 갈수록 늘고 있어 ‘당뇨병 500만시대’를 목전에 두고 있다. 특히 유병률과 합병증으로 인한 환자 사망률이 지속적으로 증가하고 있어 사회적 관심과 맞춤형 관리 및 치료가 요구된다.
- 이에 서울대학교 의과대학 국민건강지식센터(소장 노동영 교수)는 한국건강관리협회(회장 조한익)와 함께 9월 16일 수요일 오후 4시 서울대학교 의과대학 암연구소 이건희 홀에서 ‘당뇨병 관리사업의 이론과 실제’라는 주제로 제 12회 국민건강나눔포럼을 개최하고 우리나라의 당뇨병 관리 현황과 미래 발전 전략을 논의했다.
- 국민건강지식센터 박준동 부소장의 사회로 진행된 포럼은 국민건강지식센터 노동영 소장과 한국건강관리협회 조한익 회장의 인사로 시작됐다. 1부에서는 △‘당뇨병 전 단계, 의미와 관리’ - 나은희 소장(한국건강관리협회 건강증진연구소) △‘2형 당뇨병 조기발견을 위한 전략’ - 곽수현 교수(서울대학교 의과대학)의 발표가 있었다. 2부에서는 △‘당뇨병 관리사업, 국내사례’ - 박종태 교수(고려대학교 산업의학과) △‘공중보건 관점에서 본 당뇨병 관리 미래 전략’ - 정율원 전문연구원(질병관리본부 만성질환관리과)의 발표가 이어졌다.
- 포럼의 주제가 되는 당뇨병은 혈액 내에 포도당 농도가 정상 이상으로 높아져 소변으로 당이 배설되는 질환이다. 음식을 통해 섭취된 포도당이 에너지원으로 활용되려면 체내에서 생성된 인슐린에 의해 적절한 포도당의 대사가 이뤄져야 한다. 그런데 인슐린의 결핍이나

이상에 의한 대사장애가 장기간 지속되면 ▲뇌졸중 ▲관상동맥질환 ▲당뇨성망막병증 ▲당뇨성 콩팥병증 ▲당뇨족(족부궤양) 등 심할 경우 사망에 이르게 하는 다양한 합병증을 유발하게 된다.

- 당뇨가 문제가 되는 이유도 바로 여기에 있다. 당뇨병에 걸리게 되면 혈당이 높아지는 현상만으로도 동맥경화의 진행이 빨라지고 이로 인해 뇌출혈, 뇌경색, 심근경색 등과 같은 치명적인 대혈관 장애가 나타날 수 있기 때문이다. 특히 어떤 원인으로든 혈당 조절 능력이 떨어져 당뇨병이 발생하면 갈증, 소변량 증가, 체중 감소 등의 당뇨병 초기 증상이 나타나게 되는데 만약 이를 당뇨병 증상이라고 생각하지 못하거나 다른 질병과 착각하여 치료가 늦어지게 되면 합병증이 동반될 수 있다. 따라서 조기에 엄격한 혈당 조절은 물론 가능한 당뇨병 전 단계부터 적극적인 관리가 필요하다는 것이 전문가들의 의견이다.
- 질병관리본부가 지난 8월 발표한 「주간 건강과 질병」의 ‘우리나라 당뇨병의 현황과 중재연구의 필요성’에 따르면 2014년 기준 우리나라 30세 이상 성인 3명 중 1명꼴로 당뇨병 환자이거나 잠재적 당뇨병 고위험군인 것으로 나타났다.
- 질병관리본부는 대한당뇨병학회가 역학 조사한 자료를 인용해 2009년부터 2013년까지 5년간 국내 당뇨관련 자료를 분석한 결과 2013년 기준 국내 30세 이상 성인의 11.9%(319만명)는 당뇨병을, 24.6%(660만명)는 당뇨병 전 단계인 공복혈당장애를 갖고 있다고 설명했다. 공복혈당장애란 공복혈당 수치가 정상범위를 벗어나지만 아직 당뇨병으로 진단될 정보는 아닌 상태를 말한다. 그러나 공복혈당장애를 갖고 있는 성인 5~20%가 1년 안에 당뇨병으로 이환된다.
- 대한당뇨병학회는 당뇨병의 연도별 유병률이 2001년 8.6%에서 2010년 10.1%, 2013년 11.9%로 증가한 추세를 볼 때 2050년에는 당뇨병 환자가 591만 명에 달할 것으로 분석했다. ‘당뇨 대란’은 결코 과장된 표현이 아닌 셈이다.
- 이처럼 급증하는 당뇨환자는 진료비 부담으로도 이어진다. 현재 당뇨는 고혈압에 이어 건강보험 재정 지출 2위를 차지하고 있다. 국내 당뇨병 진료비는 4818억 5396만원에서 2011년 5219억 4824만원, 2012년 5381억 9186만원, 2013년 5818억 6780만원에 이어 지난해에는 6252억 560만원을 기록했다. 때문에 당뇨를 예방하고 관리하는 것은 국가 경제를 관리하는데 불가피한 과제가 됐다.
- 국민건강지식센터 소장 노동영 교수는 “당뇨는 생활습관 개선과 꾸준한 관리로 예방 또

는 호전될 수 있는 질환인 만큼 올바른 건강정보의 인식과 사회적 관리가 절실하다”며 “국민건강지식센터의 제 12회 국민건강나눔포럼을 계기로 학계와 의료계는 물론 일반인에게도 당뇨 관리의 중요성에 대한 대국민적 공감대가 형성되길 바란다”고 말했다.

- 서울의대 국민건강지식센터는 국민건강증진이라는 목표에 기여하기 위해 2012년 설립됐다. 2013년부터는 올바른 건강 지식의 전달과 새로운 건강 문화 패러다임을 정착시키기 위한 사업으로 사회 각 분야의 전문가들이 참여하는 ‘국민건강나눔포럼’과 ‘여성건강문화포럼’을 정기적으로 개최하고 있다. 이번에 12회를 맞은 국민건강나눔포럼은 매 분기별 각기 다른 주제로 개최돼 의료·학문·산업계는 물론 일반인들에게 건강에 대한 다양한 이슈를 제 공하고 사회 발전과 기여 방안을 모색하는 주체역할을 하고 있다.

- 국민건강지식센터의 ‘제 12회 국민건강나눔포럼’ 자료집은 국민건강지식센터 홈페이지 (<http://hqcenter.snu.ac.kr>)에서 무료로 다운받을 수 있다.

[붙임 : 제12회 국민건강나눔포럼 사진]



국민건강지식센터는 16일 서울대학교 의과대학 암연구소 이건희 홀에서 '당뇨병 관리사업의 이론과 실제'라는 주제로 제 12회 국민건강나눔포럼을 개최하고 우리나라의 당뇨병 관리 현황과 미래 발전 전략을 논의했다.