

당뇨병 캠프에서 의사의 역할

아주의대 소아청소년과

황진순

Doctor's Role in the Diabetic Camp

Hwang, Jin Soon

Department of Pediatrics, Ajou University School of Medicine

1921년 프레데릭 밴팅과 찰스 베스트가 인슐린을 발견하여 당뇨병의 치료제로 사용하기 시작하면서 1형 당뇨병을 가진 환자들의 생명은 정상인과 다를 바 없이 되었다. 당뇨병을 가진 소아 및 청소년들에게 조금 더 윤택한 생활을 제공해주고 '자신 혼자만이 질병을 가지고 있는 것이 아니다'라는 것을 알려주기 위해 시작하게 된 것이 당뇨병 캠프가 아닌가 생각된다. 당뇨병 캠프를 이루는 구성원들은 당뇨병 환자, 의사, 간호사, 영양사, 사회복지사, 자원봉사자로 이루어진다. 당뇨병환자를 제외한 스태프들은 캠프에서 각자의 역할이 있으며 이 역할들을 잘 수행함으로써 캠프가 성공적으로 끝나게 된다.

당뇨병 캠프에서 의사가 할 역할은 많다. 캠프를 구성하기 위한 캠프 계획을 세우는 것이 캠프의 시작이라고 할 수 있으며 캠프 계획자로서 얼마나 탄탄한 계획을 세우는가가 중요하다고 하겠다. 그 다음으로 이 계획을 실행하기 위한 재원을 확보해야 한다. 재원 확보를 위해 기부자들을 만나 캠프 계획에 대한 설명을 하고 지속적으로 캠프를 후원할 수 있게 하는 것이 중요하다.

캠프 계획을 세울 때 캠프의 구성원이 단일병원인지, 아니면 여러 병원의 환자들을 구성원으로 할 것인지에 따라, 또 캠프의 기간을 얼마로 할 것인가에 따라 스태프들이 해야 할 역할도 달라진다. 현재 국내에도 여러 개의 캠프가 있지만 대부분 그 기간은 1일에서 3일을 넘지 않는다. 1일 캠프에서는 그 기간이 짧음으로 인해 캠프 구성원들 간의 교류가 제한되어 교육위주의 캠프로 진행될 수밖에 없다. 반면 3박 4일 또는 4박 5일의 캠프에서는 캠프들 간의 교류도 일어나므로 캠프들의 활동과 교육을 어느 정도 동시에 진행하는 프로그램을 진행할 수 있다. 캠프의 목적을 달성하기 위해서는 캠프의 프로그램을 잘 구성하는 것이 중요하다. 프로그램을 교육 위주로 편성할 것인지, 아니면 활동위주로

편성할 것인지, 캠프를 주관하는 의사의 판단이 중요한 역할을 할 것이다. 캠프를 진행하기 위해서는 캠프에 참여하는 스태프들 간의 잦은 모임이 필요하다. 이 모임의 횟수는 캠프의 일정에 따라 다르며 모임 시 스태프들 간의 이견이 존재하므로 의견일치를 위해 노력해야 하는 역할 또한 의사의 역할중 하나이다.

캠프 기간동안 캠프의 안전은 그 무엇보다도 가장 중요한 것이다. 캠프의 책임자인 의사의 가장 중요한 역할은 캠프 기간동안 캠프들을 무사히 생활하게 하여 가정으로 돌아가게 해주는 것이 가장 중요한 임무이다. 당뇨병에 관한 다른 교육이 아무리 중요하다고 하더라도 캠프의 안전을 담보로 하여서는 이루어질 수 없다. 혹시 만에 하나 발생하지도 모를 안전사고를 대비하여 캠프들의 신상명세를 미리 파악하여 보험에 가입하여야 하는 것은 필수적으로 챙겨야 할 일이다.

당뇨병 캠프를 가지는 가장 큰 목적은 캠프에서 당뇨병과 함께 일상생활을 불편함이 없이 영위할 수 있게 하면서 정신적인 안정과 자기존중심, 자신감 등을 향상시키는 것이라고 하겠다. 실제로 캠프에서 환자들은 스스로를 돌보는 방법들을 배우게 되며 자긍심 또한 향상되는 것을 여러 해 동안의 캠프를 통해서 알 수 있다.

환자들의 자긍심과 자신감을 높이기 위해 스스로 부모님과 의료진의 도움이 없어도 독립적으로 생활할 수 있는 방법들을 캠프생활을 통해서 환자들에게 배워야 한다. 가장 우선 실제적인 당뇨병 관리 기술을 경험적으로 익히도록 도와주어야 한다. 이렇게 하여 환자들이 자가 치료방법에 대해 익숙해지도록 이끌어 주어야 한다. 환자들이 가지고 있는 경험을 본인 외의 다른 환자들도 공유할 수 있는 장소를 만들어주는 것도 캠프 목적의 하나이다. 캠프들이 일상생활에서 스스로 자신을 돌보기위해서는 많은 지식과 경험이 필요

하다. 이러한 것들이 단시일 내에 이루어지기는 힘들지만 캠프생활을 통해서 되도록 많이 배워가게 해주는 것이 의사의 역할이며 이러한 것들은 주로 캠프기간동안의 교육을 통해서 이루어진다.

당뇨병이 캠퍼 자신이나 부모, 또는 타인의 잘못으로 발병되지 않았음을 인지시키도록 하는 것도 중요하다. 당뇨병의 발병원인에 대해 교육을 하여 캠퍼들이 당뇨병 발병을 부모나 자신의 탓으로 돌리지 않도록 이끌어준다.

당뇨병을 삶의 일부로서 받아들이 적극적으로 건강한 삶을 누리려는 동기를 스스로 불러일으키도록 한다. 캠퍼들 중 자신이 병에 걸렸다는 사실을 부정하려는 경향을 가지거나 미리 자포자기하여 치료를 등한시 하는 경우가 간혹 있다. 이런 캠퍼들에게 당뇨병을 인정하고도 건강하고 행복한 삶을 영위할 수 있다는 사실을 교육시켜야 한다.

자가혈당 측정이 왜 중요한 지 알 수 있게 해주어야 한다. 실생활에서 왜 자가혈당 측정을 해야 하는지?, 그것을 통해서 무엇을 얻을 수 있는지 교육한다.

소변의 케톤을 어느 경우에 측정하는지 알 수 있게 해주어야 한다. 고혈당을 의심하는 상황에서 소변의 케톤을 측정하는 것이 어떤 도움을 줄 수 있는지 교육한다.

저혈당의 정의를 알고 그 원인들이 무엇이 있는지 교육시키고 저혈당을 혈당 측정 전 인지할 수 있는 증상들에 대해 교육하며 저혈당 발생 시 어떤 대처를 해야 하는지 교육한다. 또 실생활에서 저혈당을 예방하는 방법과 만일 저혈당을 방치하였을 때 어떤 결과가 생기는지에 대해 철저한 교육을 한다.

고혈당의 원인들을 교육시키고 스스로 인지할 수 있도록 해준다. 고혈당 발생 시 대처방법에 대해서도 교육한다.

아픈 날의 경우에 어떻게 대처해야 하는지에 대해 교육한다. 설사가 있을 때는 인슐린 주사를 줄인다든지, 고열이 있을 경우에는 인슐린 주사를 늘인다든지 등의 교육을 통해 스스로 특수한 날에 대처할 수 있는 능력을 키워준다.

이 모든 교육을 통해서 스스로의 혈당 조절 상태를 면밀히 관찰하고 당뇨병을 조절하는데 필요한 올바른 지식을 가르쳐 스스로 관리할 수 있는 능력을 갖추도록 도와준다.

캠프의 가장 중요한 구성원은 캠퍼이다. 따라서 앞에서도 적었지만 캠프 기간동안 캠퍼의 안전이 그 무엇보다도 가장 중요하다. 의사는 항상 캠퍼의 안전을 최우선으로 고려하고 그 다음에 캠퍼들에게 필요한 활동과 교육을 시행한다.

캠프 종료 시 보호자, 환자, 참가 스태프 간의 대화를 통하여 프로그램의 목적이 어느 정도 달성되었는지 확인하여 부족한 점은 다음 캠프 때 보완될 수 있게 기록해야 한다.

당뇨병은 만성질환으로 가족 구성원들의 협조가 환자의 치료에 많은 영향을 미친다. 특히 소아 및 청소년들에서는 부모와 형제를 포함한 가족들의 도움이 치료에 절대적이라고 해도 과언이 아니다. 소아 및 청소년들에서 처음 당뇨병이 진단되었을 때 부모들의 절망은 굉장히 크다. 부모들이 당뇨병에 대한 교육을 환자인 자녀들보다 더 철저하게 받아야 자녀들의 치료가 성공적으로 이루어질 수 있으며 식사와 운동을 포함한 모든 생활에서 환자인 자식의 모범이 되어야 한다. 따라서 이에 따르는 부모의 스트레스는 매우 심하다. 당뇨병 캠프는 부모들과 다른 가족들이 일시적이거나 이런 중압감에서 벗어날 수 있는 휴식 기간을 제공해준다. 이것은 당뇨병 캠프를 시행하는 또 다른 목적이다.

위에서 언급한 캠퍼들의 활동과 교육에 관한 역할은 간호분과와 영양분과, 사회사업분과에서 대부분 담당하게 된다. 실제로 당뇨병 캠프에서 의사는 관리자로서의 역할을 충실히 하는 것이 중요하다. 캠프 프로그램이 무리없이 진행되고 있는지, 캠프스태프들 간의 이견은 없는지, 캠퍼들은 잘 생활하는지, 캠퍼들의 안전에는 이상이 없는지 등을 살펴 구성원 각자가 소기의 목적을 달성할 수 있게 하게 하는 것이 당뇨병 캠프에서 의사가 해야 하는 가장 중요한 역할이다.