456억 원의 상금이 걸린 의문의 서바이벌에서 목숨을 걸고 극한의 게임에 도전하는 넷플릭스 시리즈, 〈오징어 게임〉에 전 세계가 열광했다. 〈오징어 게임〉 속 질병 이야기를 풀어본다.

글 편집실

방치하면 무서운 합병증
평생 관리가 필요한 '당뇨병'

드라마 〈오징어 게임(2021)〉

어머니의 당뇨병을 치료하라

넷플리스 시리즈 〈오징어 게임〉이 세계적인 흥행 신기록을 세우면서 드라마 속에 등장한 질병도 관심을 받고 있다. 바로 '당뇨병'이다. 주인공 성기훈(이정재)이 목숨을 건 서바이벌 게임에 참가하게 된 이유는 바로 어머니의 치료비 때문. 그의 어머니는 당뇨 합병증으로 발이 괴사되는 '당뇨발(당뇨병성 족부병증)'에 걸려 당장 입원해야 하는 상황이지만 돈이 없어 치료를 받기가 어렵다. 구조조정으로 실직한 후 도박과 사채 빚으로 전전하고 있는 주인공은 어쩔 수 없이 의문의 게임에 참여하게 된다.

당뇨병은 우리 몸의 췌장에서 충분한 인슐린이 생산되지 않거나 생산된 인슐린이 비효과적으로 작용하여 혈당이 정상보다 높아지는 질병이다. 한국인 5대 사망 원인 중 하나로 꼽히며 30세 이상 인구 7명 중 1명이 앓고 있다. 그러나 정작 당뇨병 환자의 3분의 1은 자신이 환자인지도 모른 채 방치하는 경우가 많다. 대한당뇨병학회에 따르면 2018년 기준 30세 이상 성인의 당뇨병 유병률은 13.8%에 달하며, 494만 명이 앓고 있다. 당뇨병 인지율은 65%이며, 치료율은 60%에 불과하다.

철저한 예방과 관리로 합병증 피해야

당뇨병은 다른 질환에 비해 상대적으로 진단이 간편하고 치료 및 관리가 용이하지만 평소에는 별다른 증상이 없기 때문에 관리의 중요성 및 심각성을 간과하기 쉽다. 그러나 일단 발병하면 완치되기 어렵고, 방치하면 눈, 신장, 심혈관, 뇌혈관 등 여러 부위에서 복합적인 합병증을 유발할 수 있다.

당뇨는 완치 없이 평생을 관리해야 하는 만성질환이다. 온몸에 다양한 합병증이 나타날 수 있어 '질환보다 합병증이 더 무서운 병'으로 알려져 있다. 가장 흔한 합병증인 당뇨망막병증은 시력이 저하되고 심할 경우 실명으로 이어질 수 있다. 이 합병증은 고혈당 상태가 장기화하면서 망막에 혈액을 공급하는 말초혈관에 장애가 생기고, 이로 인해 눈 모세혈관이 손상돼 발생한다.

〈오징어 게임〉에 등장한 '당뇨발'은 정식 명칭이 '당뇨병성족부병증'으로, 혈액이 발끝까지 전달되지 않아 작은 상처도 금방 낫지 않고, 상처 범위가 점점 넓어진다. 당뇨발은 제때 제대로 치료하지 않으면 급격하게 악화, 결국엔 다리의 절단까지 이어질 수 있어 철저한 예방과 관리가 중요하다.

식단 관리와 운동으로 정상 혈당 유지해야

당뇨병 환자는 정상적인 혈당 유지로 합병증 발생을 최대한 늦춰야 한다. 이를 위해 적절한 약제를 복용하고 식단 관리와 운동을 하는 것이 중요하다. 당뇨병이 있으면 같은 양의 음식을 먹어도 혈중 포도당 수치가 과도하게 높아지기 때문에 음식을 조금씩 여러 번 나눠 먹는 습관을 갖는 것이 좋다.

당뇨병을 조기에 진단하고 관리하기 위해서는 정기 검진을 받아야 한다. 고위험군이라면 매년 규칙적으로 건강검진을 받아야 한다. 당뇨병을 앓은 지 수년이 지났다면 매년 합병증 검사를 받는 것이 좋다.

당뇨병이 의심되나요? 체크해보세요!

- ☐ 음식을 섭취해도 공복감이 계속 든다.
- ☐ 갈증 때문에 물을 자주 마신다.
- ☐ 소변 횟수가 증가한다.
- ☐ 체중이 갑자기 감소한다.
- ☐ 눈이 침침하거나 시야가 흐릿하다.
- ☐ 몸이 항상 피곤하고 불면증이 생긴다.

TIP

당뇨병 예방하기

- 규칙적인 운동을 한다.
- 비만인 경우는 체중 감량을 하고 적정체중을 유지한다.
- 수시로 혈당을 체크하고 적정 혈당을 유지한다.
- 금연하고 적절한 약제를 복용한다.