

# 당뇨병 환자를 위한 사회적 지지

박차남

강원대학교병원 사회사업실

## Social Support for Diabetes Patients

Cha-Nam Park

Department of Social Work, Kangwon National University Hospital, Chuncheon, Korea

### Abstract

Diabetes is a chronic disease whose management requires not only patient effort, but also social support from family, diabetes educator, and community. The social support is considered to be important for patients, and active coping strategies for tasks of daily life help in diabetes management. By understanding social support for diabetes patient, diabetes educators will be able to contribute to improving their quality of life and help patients deal with the difficulties of their disease.

**Keywords:** Diabetes mellitus, Social support

### 서론

당뇨병은 만성질환으로 관리와 치료과정에서 발생하는 여러 가지 어려움에 대처하고 적응하기 위해 당뇨병 환자 개인의 노력뿐만 아니라 가족, 당뇨병 교육자, 지역사회 등의 사회적 지지가 필요하다. 사회적 지지는 질병이 있는 사람에게 중요한 역할을 하며, 특히 만성질환인 당뇨병에 있어서도 일상생활에서 요구되는 다양한 변화에 적극적으로 대처할 수 있도록 돕는다.

이에 본고에서는 당뇨병 교육자들이 사회적 지지의 개념을 이해하고, 효과적인 당조절을 위해 사회적 지지체계를 활용할 수 있도록 정보를 제공하고자 한다.

### 본론

#### 1. 사회적 지지의 개념

사회적 지지에 대한 관심은 1976년 Cassel, Cobb,

Corresponding author: Cha-Nam Park

Department of Social Work, Kangwon National University Hospital, 156 Baengnyeong-ro, Chuncheon 24289, Korea, E-mail: firstp@hanmail.net

Received: Feb. 1, 2016; Accepted: Feb. 18, 2016

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Copyright © 2016 Korean Diabetes Association

Caplan과 Killilea가 논문제목으로 저술하면서 높아지기 시작하여 가족, 친구, 이웃, 기타 사람에 의해 제공된 여러 형태의 도움과 원조를 의미하는 데 널리 이용되어 왔다[1].

앞서 언급한 사회적 지지는 주변사람들로부터 얻게 되는 여러 형태의 도움과 원조로써[2], Lin 등[3]은 사회적 지지란 타인, 집단, 지역사회에 의한 사회적 결속을 통하여 개인이 얻을 수 있는 지지라고 하였다. Kim[4]은 선행연구들의 정의를 종합해서 사회적 지지는 개인을 둘러싸고 있는 가족, 친구, 지역사회 등이 제공하는 다양한 원조 및 관계라고 하였다.

사회적 지지의 개념은 학자마다 다양하게 정의되고 있다는 것을 알 수 있다. 본고에서는 당뇨병 환자를 위한 사회적 지지 개념은 당뇨병 환자를 둘러싸고 있는 가족, 친구, 의료진, 지역사회 등이 제공하고 있는 다양한 도움과 원조라고 정의하고자 한다.

## 2. 사회적 지지의 유형

당뇨병 관련 선행연구에서 당뇨병 환자의 사회적 지지의 유형이 다양하게 이루어지고 있음을 알 수 있다.

Wright 등[5]은 사회적 지지를 네 가지 유형으로 분류하고 있다. 존중, 애정, 신뢰, 배려와 같은 정서적 지지(emotional support), 현금, 노동력, 시간 등과 같이 직접적으로 도움을 주는 도구적 지지(instrumental support), 충고, 제안, 정보 제공 등과 같은 정보적 지지(informational support), 역할 수행과 행위와 관련하여 스스로 평가할 수 있게끔 하는 확인이나 피드백과 같은 평가적 지지(appraisal support)로 분류하였다.

당뇨병 환자에게 있어서 중요한 당뇨병 관련 지지는 크게 도구적 지지와 정서적 지지로 나누었는데, 도구적 지지란 당뇨병 관리를 수행하기 위해 수행해야 할 구체적인 과업들을 위하여 물질적, 실제적으로 도와주거나 정보를 제공해 주는 것이라고 하였고, 정서적 지지란 당뇨병과 관련한 심리적 부담을 이해해주고 이야기를 들어주는 등 당뇨병 환자의 심리적 상태를 이해하고 지지해 주는 것이라고

하였다[6].

사회적 지지의 유형은 일반적 사회적 지지와 당뇨 관련 지지의 구분, 지지의 출처에 따른 구분, 지지의 유형이나 기능에 따른 구분 등이 혼재되어 있으므로 당뇨병 교육자는 목적에 따라 어떠한 측면의 사회적 지지 유형이 유용한지를 선택해서 활용해야 할 것이다.

본고에서는 당뇨병 환자를 위한 사회적 지지의 유형을 당뇨병 환자에게 있어서 중요한 당뇨병 관련 지지인 도구적 지지와 정서적 지지뿐만 아니라 정보적 지지와 평가적 지지를 포함시키는 것으로 정의하였다.

## 3. 당뇨병 관리와 사회적 지지

당뇨병 관리에 중요하게 영향을 미치는 요인 중의 하나는 의료진, 가족, 주변사람들로부터 받는 사회적 지지라고 하였으며, 이 사회적 지지는 당뇨병 환자의 질병관리와 정적인 상관관계가 있는 것으로 밝혀졌다고 하였다[2].

성인 당뇨병 환자의 사회적 지지에 관한 연구들은 대체적으로 사회적 지지가 순응도에 미치는 영향은 긍정적인 것으로 밝혔고[5], 당뇨병 환자에서 사회적 지지가 건강신념을 긍정적으로 변화시키고, 환자 역할 이행을 증가시켰다고 하였다[2].

사회적 지지가 당뇨병 환자의 식이요법 이행에 미치는 영향을 연구한 Park [7]의 논문에서 사회적 지지는 유형과 출처에 관계없이 식이요법에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

## 4. 당뇨병 환자의 사회적 지지 특성

당뇨병 교육 지침서에 의하면 당뇨병 환자들은 삶의 과정에서 당뇨병 관리를 하는 데 아동은 부모에게, 청소년은 또래 친구들에게, 성인은 배우자, 다른 가족구성원, 친구, 동료들로부터 중요한 사회적 영향을 받는 것으로 제시되어 있다[8].

아동 당뇨병 환자는 질병관리의 책임을 혼자 감당하기 어

렵기 때문에 많은 경우 부모의 적극적인 개입이 함께 요구된다. 선행연구에서 부모의 당뇨병 관리에 대한 적극적 관여가 아동 당뇨병 환자의 질병 관련 결과에 긍정적 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다.

Hains 등[9]은 소년 당뇨병 환자의 경우 당뇨병 관련 스트레스와 혈당조절 간의 관계가 친구들의 지지에 의해 매개되고 있음을 보여준다. 즉 친구 혹은 또래의 반응이 부정적인 것으로 생각하는 청소년 당뇨병 환자들의 경우 사회적 상황에서 당뇨병 관리 지침을 따르는 데 더욱 많은 어려움을 느끼며, 스트레스도 높은 것으로 나타났고, 이로 인하여 혈당조절이 잘 되지 않는 것으로 나타났다[6].

성인 당뇨병 환자에게 있어 당뇨병 진단을 받고 치료 방법을 선택, 결정하는 요인으로 가족의 조언과 지지는 절대적 영향을 미치는 것으로 나타났고, 노인 당뇨병 환자에게 있어 가족 지지가 당뇨병 관리 순응도에 중요한 영향을 미치고 있음을 밝히는 연구가 최근에 보고되고 있다.

이상에서 대상자별 당뇨병 환자의 사회적 지지 특성을 살펴보면, 당뇨병 환자의 일차적인 사회적 지원망으로서 가족의 지지의 중요성을 인식할 수 있었고, 최근 핵가족화, 이혼, 별거 등의 가족관계 변화, 여성인구의 직업 활동 등으로 지속적 부양의무자 부재 등의 한계가 있으므로 가족 외 지역사회의 지지체계 확대가 중요하다는 것 또한 알 수 있다 [10].

## 5. 당뇨병 환자의 사회적 지지 평가

사회적 지지체계가 취약한 당뇨병 환자의 경우 낮은 수준의 사회적 지지를 경험할 수 있으므로 적절한 시기에 적절한 개입을 제공하기 위해서는 사전에 간단한 사회적 지지 평가가 이루어져야 한다. 아래는 현장에서 당뇨병 교육자들이 환자의 사회적 지지평가를 할 때 유용하게 사용할 수 있는 질문들로, 당뇨병 교육지침서[8]에 수록된 사회적 지지 평가를 위한 유용한 질문들을 활용할 수 있도록 아래와 같이 제시하였다.

- 당신의 당뇨병 관리 노력에 누가 도움을 주십니까?
- 주위 사람들이 무엇을 할 때 당신에게 도움이 될 것 같습니까?
- 당신은 이러한 지지가 좀 더 실질적이고 정서적이라고 생각하십니까?
- 당신이 당뇨병 관리를 하는 데 실질적 혹은 정서적 지지를 해주는 사람이 있습니까? 만일 있다면, 가능한 구체적으로 누구인지 말씀해 주시겠습니까?
- 당뇨병 관리를 더 어렵게 만드는 누군가가 있습니까? 만일 있다면 그 사람은 누구인지 구체적으로 말씀해 주시겠습니까?
- 일상생활의 당뇨병 관리를 위해 당신은 어떤 지지를 받고 싶습니까?
- 당신은 원하는 지지를 얻기 위해서 어떠한 것을 할 수 있습니까? 이 이외의 것이 있습니까?
- 당신이 원하는 지지를 얻을 수 있도록 제가 무엇을 도와드릴까요? (예: 가족과의 만남, 가족들이 읽을 자료, 참석할 수 있는 교육 혹은 지지집단과 같은 대안을 제시)

당뇨병 환자들에게서 사회적 지지 평가를 위한 질문 중 일부를 활용할 수 있을 것이다. 그러나 위 사항들은 일반적이며, 구체적인 사회적 지지를 평가하기에는 부족하다.

단, 건강상태, 경제적, 정서적, 심리, 정서적 상황, 가족 상황 등의 특성을 고려한 사회적 지지 평가도구의 개발도 동시에 필요하다.

## 6. 당뇨병 환자에게 유용한 사회적 지지

마지막으로 Hwang [11]의 논문을 참고하여 당뇨병 교육자가 당뇨병 환자에게 제공하는 유용한 사회적 지지에 대해 살펴보고자 한다.

### 1) 정서적 지지(emotional support)

- 당뇨병 환자의 심리적 상담으로 당뇨병 진단 후 당뇨

병과 관련한 심리적 부담을 이해해 주고 이야기를 들어주는 등 심리적 어려움을 완화시키는 지지상담

- 당뇨병 환자의 지지모임으로 당뇨병 환자들이 소집단을 구성하여 비슷한 입장에 있는 사람들의 생각과 감정을 나눔으로써 상호지지와 정보를 교환할 수 있도록 지지체계 마련

## 2) 도구적 지지(instrumental support)

- 당뇨병 치료 전 과정
- 경제적 지원: 치료비 후원 연계
- 국민기초생활보장제도, 장애인 등록 등의 당뇨병 관련 사회복지정보 제공
- 저소득층 당뇨병 환자를 위한 복지(무료) 간병인 연계

## 3) 정보적 지지(informational support)

- 당뇨병 교육: 약물, 식이, 운동요법 등 정보제공
- 당뇨병과 스트레스 관리: 스트레스 대처방법 모색

## 4) 평가적 지지(appraisal support)

- 긍정적 피드백, 수용, 정서적 환기, 인정하기, 반영하기

## 결론

사회적 지지는 국내외 많은 연구에서 당뇨병 관리에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌고, 당뇨병 환자가 당뇨병 관리로 인해 겪는 심리적 어려움의 적응을 돕고 문제해결능력을 강화시켜 준다는 것으로 살펴볼 수 있었다.

당뇨병 교육자는 당뇨병 관리에 영향을 미치는 사회적 지지를 어떻게 적절하게 제공해서 당뇨병 환자의 당뇨병 관리 행위를 도와줄 수 있도록 몇 가지 제언하고자 한다. 첫째, 당뇨병 교육자는 당뇨병 환자가 당뇨병으로 인한 부정적인 영향을 최소화하기 위해 환자의 사회적 지지체계를 사정하고 환자 주변의 지지체계를 강화할 수 있도록 개입해야 할 것이다. 둘째, 당뇨병 교육자는 당뇨병 환자의 대상자별 사회적 특성을 고려해서 사회적 지지를 높일 수 있는 프로그램

램을 개발해야 할 것이다. 셋째, 사회적 지지체계가 취약한 당뇨병 환자는 낮은 수준의 사회적 지지를 경험할 수 있으므로 당뇨병 교육자는 지역사회와 유기적으로 네트워크를 형성하고 지속적인 관리를 제공하여 환자의 건강권 확보 및 삶의 질 향상에 기여해야 할 것이다.

## REFERENCES

1. Park JW. A study to development a scale of social support [doctor's thesis]. Seoul: Yonsei University; 1985.
2. Lim SC, Rhee CW. Parent-child communication and self-management of adolescents with type 1 diabetes: the mediating effect of diabetes-related family support. Fam Soc Work 2011;32:235-60.
3. Lin N, Ensel WM, Simeone RS, Kuo W. Social support, stressful life events, and illness: a model and an empirical test. J Health Soc Behav 1979;20:108-19.
4. Kim MK. Effects of social support on quality of life of the middle aged and elderly with multiple chronic diseases [master's thesis]. Seoul: Seoul National University; 2012. p14-6.
5. Wright KB, Sparks L, O'Hair D. Health communication in the 21st century. Malden, MA, Oxford: Blackwell Pub; 2008.
6. Rhee CW. Relationship between diabetes-related social support and depression in people with diabetes. Soc Welf Stud 2007;33:273-93.
7. Park DY. The effect of social support on compliance to dietary regimen in noninsulin-dependent diabetes mellitus. Korean J Human Ecol 2001;4:108-20.
8. Korean Diabetes Association Education Committee. The guide for diabetes education. 2nd ed. Seoul: gold' Planning and Development; 2006. p386-7.
9. Hains AA, Berlin KS, Davies WH, Smothers MK, Sato AF, Alemzadeh R. Attributions of adolescents with type

- 1 diabetes related to performing diabetes care around friends and peers: the moderating role of friend support. *J Pediatr Psychol* 2007;32:561-70.
10. Choi KA. Elderly diabetic's self-management program implemented by intervention research [doctor's thesis]. Seoul: Ehwa Womans University; 2009.
11. Hwang SH. Study on the effects of social support provided by medical social worker on care-giving burden in burn patients' families [master's thesis]. Seoul: Catholic University of Korea; 2006.