



성인당뇨병 환자의 임상 교육 상담

이제연

한림대학교강남성심병원 사회사업팀

Clinical Educational Counseling of Adult Diabetes Patients

Jea Yeon Lee

Department of Social Work, Hallym University Kangnam Sacred Heart Hospital, Seoul, Korea

Abstract

Diabetes patients are steadily increasing. As such, the importance of diabetes education is being emphasized as the number of diabetic patients continues to increase. Diabetes education is being conducted by experts in most hospitals. Medical social workers are part of the diabetes education team and are conducting educational counseling to help patients manage diabetes. The purpose of this article is to examine educational counseling for adult diabetic patients from the viewpoint of medical social workers.

Keywords: Diabetes; Educational counseling; Medical social worker

서론

2022 대한당뇨병학회의 Diabetes Fact Sheet에 따르면 국내 당뇨병유병률은 2018년도부터 꾸준히 증가하는 추세로, 2020년 기준으로 30세 이상 성인 6명 중 1명이 당뇨병을

가지고 있는 것으로 나타났다. 당뇨병전단계에 놓인 성인 비중은 2019~2020년 당뇨병전단계 유병률 분석결과에 따르면 30세 이상 성인 약 10명 중 4명(44.3%)이 당뇨병전단계에 해당했다. 또한 초고령사회를 앞두고 2020년 기준 전체 당뇨병 환자 중 65세 이상은 39.2%로 특히 65세 이상 여성의 경우 2

Corresponding author: Jea Yeon Lee

Department of Social Work, Hallym University Kangnam Sacred Heart Hospital, 665-3 Siheung-daero, Yeongdeungpo-gu, Seoul 07442, Korea, E-mail: jyeon0305@naver.com

Received: Oct. 31, 2022; Accepted: Nov. 1, 2022

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Copyright © 2022 Korean Diabetes Association

명 중 1명 이상(51.2%)이 당뇨병을 앓고 있어 노인당뇨병 관리의 중요성도 점차 커지고 있다[1].

이렇듯 지속적으로 당뇨병환자가 증가하는 추세로 당뇨병 교육의 중요성은 강조되고 있으며 이미 대다수 병원에서 다양한 전문가들에 의해서 당뇨병교육이 진행되고 있다.

당뇨병교육은 여러 전문가들에 의해 진행되는데, 여기서 의료사회복지사의 교육목적은 환자와 가족들에게 질병에 대한 이해를 돕고, 환자와 생활에서 비롯되는 제반 문제나 어려움을 극복하게 하는 심리적 지지 환경을 조성함으로써, 가족 구성원들이 치료와 재활에 적극적으로 참여하도록 돕는 데 있다[2].

당뇨병교육은 대상자의 당뇨병 관련 지식과 자기관리 행동의 향상, 혈당조절을 포함한 임상적 생리지표의 개선, 만성 합병증 발생률의 감소, 환자 만족도 증가 등 다양한 영역에서 효과적임을 알 수 있다[3].

당뇨병의 자기관리 및 임상결과에 영향을 미치는 심리행동 모델을 분석한 연구에서는 당뇨병 치료결과 자기관리에 다양한 심리사회적 요인이 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이를 통해 환자의 자기관리와 치료결과에 영향을 미치는 심리사회적 요인에 개입을 하는 것이 중요하다고 볼 수 있다[4].

특히 당뇨병관리 및 교육전문가협회(Association of Diabetes Care & Education Specialist, AADE)에서는 사회복지사가 당뇨병의 심리사회적 측면을 탐색하는 것을 돕는 동시에 자기관리와 대처 전략에 도움이 되는 적절한 치료와 자원을 가진 고객들을 연결하고 지원하는 당뇨병관리팀의 핵심 구성원임을 인정하며 명시하고 있다[5].

이렇듯 사회복지사의 당뇨병환자의 심리사회적 측면에 대한 개입 중요성만을 강조하는 것뿐만 아니라, 실제로 1차의료에서의 당뇨병환자를 위한 사회사업 상담 내용 및 결과를 분석한 연구에서는 당화혈색소 9% 이상, 저밀도 콜레스테롤 130 mg/dL 이상, 수축기혈압 160 mm Hg 이상, 체질량지수 30 kg/m² 이상인 당뇨병환자 집단에 사회복지사가 개입한 집단이 비교집단에 비해 당화혈색소, 저밀도 콜레스테롤이 유의미하게 개선되는 결과를 볼 수 있어[6], 의료사회복지사의 개입이 당뇨병환자의 자기관리와 치료에 영향을 미치는

것을 확인할 수 있었다.

이렇듯 국외 선행연구를 통해 당뇨병환자에 대한 의료사회복지사의 개입 필요성 및 효과성을 확인할 수 있었다. 이에 본 원고에서는 의료사회복지사로서 성인당뇨병 환자를 대상으로 교육 상담을 할 때, 앞으로의 의료사회복지사 개입의 근거를 마련하고 더 나아가 개입 효과성을 입증할 수 있는 토대를 마련하기 위해 임상 현장에서 실제 상담 시 활용할 수 있는 임상실천 노하우를 제안하고자 한다.

본론

1. 상담 준비 단계

당뇨병교육을 의뢰 받았다면 의뢰된 당뇨병환자의 입원 이유에 따라 교육상담을 구분할 수 있다. 당뇨병을 처음 진단 받았는지, 혈당조절을 위한 입원치료가 필요한지, 합병증 치료를 위한 입원인지에 따라 교육이 구분될 수 있으며 이에 따라 의료사회복지사의 상담 접근 방법이 달라질 수 있다.

그 다음으로 중요한 것은 교육상담을 진행하기 전 환자의 의무기록을 확인하는 것이다. 가장 기본적으로 확인해야 할 내용은 주로 당화혈색소 수치, 입원 후 진행한 혈당체크 기록지, 합병증을 가늠할 수 있는 결과에 대한 자료들이다. 환자의 의무기록을 확인하는 것은 환자 입원 전 혈당관리 유지 여부, 합병증 진행 정도에 대한 확인 등을 통해 교육상담을 진행하기 전 환자의 현재 의료적 상황에 대해 이해할 수 있어 대단히 중요하다고 할 수 있다.

2. 상담 진행 단계

당뇨병환자 상담 초기에는 의료사회복지사의 역할과 상담 필요성에 대해 명시하는 것이 필요하다. 의료사회복지사는 질병에 대한 다각적인 접근 방법을 바탕으로 질병을 가진 개인과 환경과의 상호작용 관계에 초점을 두고, 환자 및 가족의 사회기능 향상을 위해서 개입하는 역할을 하게 된다. 당뇨병환자가 자기관리의 주체가 되어 당뇨병 자체를 스트레스, 위

기라고 인식하지 않고 당뇨병과 함께 살아갈 수 있도록 삶의 양식을 변화시키고 지속할 수 있도록 의료사회복지사가 실질적인 도움을 줄 수 있다는 것을 환자가 이해할 수 있도록 해야 한다[7].

그 다음으로 당뇨병에 대한 환자의 생각 및 자기관리의 어려움과 생활습관변화를 위해 필요한 질환에 대한 정확한 정보인지 및 환자 스스로 변화가 필요한 부분을 파악하여 평가해야 한다. 당뇨병관리에 있어 환자의 자기관리가 매우 중요하고 이를 위해서는 적절한 혈당관리를 위한 행동변화가 필요하다. 행동변화를 촉진시키고, 변화된 행동을 유지하기 위해서는 환자의 동기수준을 평가하고 그 수준에 맞는 행동변화 전략 등이 수립되어야 하기 때문에, 이를 평가하기 위한 환자의 행동변화 단계를 파악하는 과정이 함께 진행되어야 한다.

당뇨병환자는 당뇨병 진단 후, 규칙적인 약물요법, 임상영양요법, 혈당검사, 운동, 정기적인 병원 내원 등 생활습관 전반에 걸친 변화가 요구된다. 임상 현장에서 환자들은 개인, 가족, 지역사회 영역에서의 당뇨병 자체에 대한 영향, 질병관리의 영향에 따른 심리적 어려움을 많이 경험한다. 또한 생애주기별 발달과정상 어떤 단계에 속하고 있는지에 따라 당뇨병환자의 사회적 특성은 다양하게 나타나며, 이에 따른 어려움 또한 당뇨병자기관리의 방해요인으로 영향을 미칠 수 있다.

환자의 개별적 상황을 반드시 고려하여 자기관리능력을 평가하여 생애주기별 각 발달과정상의 심리적 특성을 이해하는 것은 필수이며, 다각적인 부분들을 면밀히 고려해 다양한 상황과 특성에 놓여진 환자를 이해하여 체계적이고 개별화된 접근이 필요하다. 여러 자료들에서 소개된 다양한 상담 기법 등을 활용하여 환자의 치료동기를 부여하고 개선의지를 이끌어내는 것이 매우 중요하다고 볼 수 있다.

3. 상담 마무리 단계

이 단계에서는 상담을 통해 얻은 정보 및 환자의 상황을 평가하여 퇴원 이후 환자가 당뇨병자기관리를 위한 생활습관변화 계획을 수립하여 실천할 수 있도록 도울 수 있다.

환자가 변화를 위한 행동을 결심하여 자신감을 가지고 행동에 옮길 수 있도록 의료사회복지사의 지지적인 태도도 중요하다. 임상 현장에서 환자들이 어려워하는 생활습관변화 계획표를 함께 작성해보면서 명확한 목표와 단기간에 달성할 수 있는 구체적이고 현실 가능한 계획들을 함께 세워보는 것도 필요하다. 또한 환자의 성향 등을 고려하여 일상 생활에서 당뇨병자기관리에 도움이 될 수 있는 미디어 활용에 대한 정보제공 및 당뇨병환자가 속한 지역사회의 자원을 활용할 수 있도록 서비스 연계도 진행할 수 있다.

결론

임상 현장에서 당뇨병교육은 환자에게 매우 중요하며, 교육의 필요성을 알리는 것 또한 당뇨병교육 전문가들이 해야 할 역할이다.

병원 내에서 이루어지는 당뇨병교육은 다양한 전문가들로부터 당뇨병관리에 필요한 정보들과 자기관리 기술을 습득하는 것을 도와준다. 의료사회복지사는 여기서 그치는 것이 아니라 환자 개개인의 삶 속에서 당뇨병관리를 위한 작은 변화를 이끌어내는 중요한 역할을 수행해야 한다. 이를 위해 의료사회복지사는 다각적인 시각에서 당뇨병환자를 바라보고 환자들의 욕구를 면밀히 파악하여 환자들에게 실질적인 도움을 줄 수 있는 전문가로서의 민감성을 높이는 것 또한 필요하다.

REFERENCES

1. Korean Diabetes Association. Diabetes fact sheet in Korea 2022. Seoul: Korean Diabetes Association; 2022. p6-13.
2. Lee GJ. Social work in health care. Seoul: HW BOOK; 2002.
3. Kim HS. Role of diabetes educators and effectiveness of diabetes education. J Korean Diabetes 2013;14:194-8.
4. Gonder-Frederick LA, Cox DJ, Ritterband LM. Diabetes and behavioral medicine: the second decade. J Consult

- Clin Psychol 2002;70:611-25.
5. Association of Diabetes Care & Education Specialists. ADCES Now offering social work credit. Available from: <https://www.diabeteseducator.org/news-and-publications/press-releases/press-releases/2022/03/01/adc-es-now-offering-social-work-credit> (updated 2022 Mar 1).
6. Rabovsky AJ, Rothberg MB, Rose SL, Brateanu A, Kou L, Misra-Hebert AD. Content and outcomes of social work consultation for patients with diabetes in primary care. J Am Board Fam Med 2017;30:35-43.
7. Choi GY. The role of medical social worker engaging in diabetes management. J Korean Diabetes 2019;20:251-4.