



## 신경병

당뇨병으로 인해 신경이 손상되는 신경병증은 서서히 감각을 잃게되면서 발생합니다. 이런 신경병은 다리나 발에 서서히 영향을 미치는데 때로는 팔과 손에도 그 증상이 나타납니다. 당뇨병을 가진 사람들에게서 볼 수 있는 이 신경병증의 원인은 통상 혈중 포도당 농도가 장기적으로 통제불능이기 때문입니다.

**이 신경병증의 일반적인 증상은 다리나 발의 감각에 이상이 생기는 것인데, 그 증상은 다음과 같습니다:**

- 예리한 전격통증
- 화끈거림
- 저림
- 바늘로 찌르는 것같은 따끔거림
- 박동성
- 마비 (통증이나 열 또는 차거움을 잘 느끼지 못함)

의료전문가들은 모노필라멘트 (짧은 나일론 줄 - 머리빛의 강모와 비슷 - 막대기에 붙어 있음)를 사용하여 신경감응정도를 측정할 것입니다. 만약 당신이 당뇨병을 앓고 있다면 당신을 담당하고 있는 의료종사자들은 주기적으로 당신의 발을 검사해야 할 것입니다.

만약 당신이 신경병증을 갖고 있다면 당신은 맞는 신발을 착용하는 한편 정기적으로 발검사를 함으로써 당뇨병으로 인한 발의 종양같은 신경병증의 폐해를 사전에 예방할 수 있을 것입니다.

감각이 정상인 사람들은 발에 가해지는 압력을 받아들이기 위해 끊임없이 움직이므로써 통증을 느낄수도 있는 부위에 압력이 가해지는 것을 피하려 할 것입니다. 그러나 발의 감각에 이상이 있는 사람들은 통증이나 부상에도 불구하고 그대로 보행을 하게

됨으로써 그 증상을 더 악화시킬 수 있습니다. 신경병증이 있는 사람들은 잘 맞지 않는 신발을 신거나 혹은 유리조각같은 것을 밟고 지나가면서도 그것을 인식하지 못하여 그 부상을 더 악화시킬 수도 있습니다.

당신은 잘맞는 적절한 신발을 착용하거나, 최소한 하루 한번씩은 발을 검사해 보거나 (발바닥을 직접 볼 수 없을 경우에는 거울을 사용), 무언가 잘못되어가고 있는 것 같다는 생각이 들 때에는 지체없이 의사에게 진찰을 받아봄으로써, 신경병증의 부작용-당뇨병으로 인한 발의 종양같은 것을 예방할 수 있을 것입니다.

신경병증은 여러가지 어려움을 수반합니다. 그러나 당신이 바른 선택을 하기만 한다면 발을 보호하며 인생을 최대한 즐길 수 있을 것입니다!