

2형 당뇨병 한의치료 프로그램

한약

» 당뇨병 전단계 및 2형 당뇨병 환자의 혈당 개선을 위하여, 한약을 복용하는 것이 효과적입니다.

다수의 임상시험에서 한약의 혈당 개선 효과가 입증되었습니다.

한약의 종류는 매우 다양하지만, 대표적으로 육미지황환, 금계신기환, 황련해독탕, 갈근금련탕 등의 한약이 사용됩니다.

한의사의 전문 진료를 통해 개개인의 상태와 특성에 따라 적절한 처방이 이루어집니다.



뜸

» 2형 당뇨병 환자의 혈당 개선을 위하여, 경구혈당강하제 복용과 더불어 뜸 치료가 효과적임이 임상시험을 통해 입증되었습니다.



기공

» 당뇨병 전단계 및 2형 당뇨병의 혈당 개선을 위하여, 기공(도인요법)을 고려할 수 있으며, 특히, 복용중인 경구혈당강하제와 더불어 기공요법을 같이 시행하는 것이 좋습니다.

다수의 임상시험에서 기공요법이 당뇨병 전단계 및 2형 당뇨병 환자의 혈당 강하에 효과적임이 확인되었습니다.

대표적인 기공 요법으로는 팔단금, 태극권 등이 있습니다.



침, 전침

» 당뇨병 전단계 및 2형 당뇨병 환자의 혈당 개선을 위하여, 통상적인 항당뇨병제와 침 치료를 병행하는 것이 더 효과적입니다.

일반적으로 폐수, 비수, 중완, 족삼리, 태충, 태계 등의 혈위에 침 치료를 시행합니다.

» 당뇨병 전단계 및 2형 당뇨병 환자의 혈당 개선을 위하여, 통상적인 항당뇨병제와 전침치료를 병행하는 것이 더 좋습니다.



한의학표준임상진료지침은 의료기관에 내원한 환자가 최적의 한의의료 서비스를 받을 수 있도록 돕기 위해 임상 근거에 기반하여 개발된 진료 가이드라인입니다. 본 지침은 보건복지부의 지원을 받아 한의약혁신기술개발사업단을 통해 인증받았으며, 의료 현장에서 참고하여 활용할 수 있습니다.

2형 당뇨병

한의학표준임상진료지침



2형 당뇨병이란?

- ◆ 2형 당뇨병은 인슐린의 분비반응 저하 또는 인슐린 작용의 장애로 유발되는 만성 고혈당 상태를 특징으로 한 대사성 질환으로 정의합니다.
- ◆ 본원에서는 일차적으로 혈당측정기를 통해 8시간 이상 공복혈당이 126mg/dL 이상 측정되거나, 당뇨병의 전형적인 증상(다뇨, 다음, 설명되지 않는 체중감소)이 있으면서 무작위 혈당 200mg/dL 이상으로 측정된 경우, 당뇨병을 의심하게 됩니다. 당뇨병이 의심되는 경우, 혈액검사를 통하여, 최종적으로 2형 당뇨병을 진단하게 됩니다.
- ◆ 한의학에서는 2형 당뇨병을 대사 장애가 발생한 질환으로 인식하며, 변증과 병증 유형을 파악하여 한약, 침, 뜸, 기공 치료 등으로 치료합니다.
- ◆ 치료 시작 3개월 이후에도 혈당 조절이 되지 않거나, 신경병증, 망막병증, 신장병증 등 합병증이 나타난 경우는 전문의의 상담 및 진료가 필요합니다.



임상진로지침은 의사와 환자가 적절한 의료서비스를 결정할 수 있도록 돕기 위해 체계적으로 개발한 가이드 라인으로, 임상현장에서 참고하여 활용할 수 있습니다. 본 지침은 한의약혁신기술개발사업을 통해 인증받았으며, 의료현장에서 참고하여 활용할 수 있습니다.

진단 기준



- ◆ 당뇨병 전단계의 진단기준은 다음과 같습니다.
 - 공복혈당장애 : 공복혈당 100-125mg/dL로 정의합니다.
 - 내당능장애 : 75g 경구당부하 후 2시간 혈당 140-199mg/dL로 정의합니다.
 - 당뇨병 전단계(당뇨병 고위험군) : 당화혈색소 5.7-6.4%에 해당하는 경우로 정의합니다.
- ◆ 당뇨병의 진단 기준은 다음과 같습니다.
 - ① 당화혈색소 6.5% 이상
 - ② 8시간 이상 공복혈당 126mg/dL 이상
 - ③ 75g 경구당부하 후 2시간 혈당 200mg/dL 이상
 - ④ 당뇨병의 전형적인 증상(다뇨, 다음, 설명되지 않는 체중감소)이 있으면서 무작위 혈당 200mg/dL 이상으로 측정된 경우, 당뇨병으로 진단합니다.
- ◆ 2형 당뇨병의 기준은 다음과 같습니다.
 - 공복혈청 C-Peptide 1.0ng/mL 이상을 충족하면 2형 당뇨병으로 분류합니다.

추가적으로, 자가항체 검사를 통하여 특정 당뇨병의 종류를 진단할 수 있습니다.

당화혈색소에 따른 진단 기준



생활 관리



- ◆ 2형 당뇨병을 발생시키거나 혈당을 높이는 위험인자는 조절할 수 있는 위험인자와 조절할 수 없는 위험인자가 있습니다. 조절 가능한 위험인자를 줄이는 것이 2형 당뇨병의 예방 및 관리에 도움이 됩니다.

조절 불가능한 인자

- ☑ 나이
- ☑ 가족력

조절 가능한 인자

- ☑ 비만
- ☑ 운동부족
- ☑ 흡연
- ☑ 음주과다
- ☑ 당 섭취
- ☑ 스트레스



당 섭취 조절 및 규칙적이고 균형잡힌 식단, 체중 감량, 운동, 금연, 금주 등의 생활요법이 당뇨병 전단계나 2형 당뇨병의 혈당 조절에 필수적입니다. 그러므로, 당뇨병 전단계 및 2형 당뇨병의 혈당 조절을 위해 적극적인 생활요법 실천이 중요합니다.