

가정의학

당뇨병 합병증-급성 합병증 (Acute Complication) (1)

당뇨병의 합병증은 급성합병증(acute complication)과 만성합병증(chronic complication)으로 나눌 수 있습니다.

당뇨병에서 나타날 수 있는 합병증들은 대부분이 상당히 진행되어도 증상(symptom)이 없어서 당뇨병질환의 진행(progress) 정도를 잘 모르고 지나거나, 혹은 합병증이 시작되었다고 알고 있어도 특별한 치료(treatment)를 받지 않고 지내는 경우가 자주 있습니다.

당뇨병을 조절하지 않아서 오는 만성 합병증도 매우 심각하지만, 당뇨병성 혼수(diabetic coma)와 같이 급성으로 생기는 합병증은 생명에 직접적인 위협을 주기도 합니다.

당뇨성 혼수가 나타날 수 있는 경우는 당뇨병성 케톤산혈증(diabetic ketoacidosis), 심한 고혈당(hyperglycemia)에 의한 비케토성 고삼투성 혼수(hyperosmolar non-ketotic coma: 줄여서 HONKC로 표현하기도 함), 심한 저혈당(hypoglycemia)에 의한 저혈당성 혼수(hypoglycemic shock)의 세 가지가 있습니다.

먼저 당뇨병성 케톤산혈증은 혈당치가 높아지면서 갑자기 대사장애(metabolism disorder)를 일으키는 당뇨병의 대표적인 급성 합병증으로 대부분 제1형 당뇨병(type 1 diabetes mellitus)에서 나타나므로 대개 어린이 혹은 청소년(adolescent)에게서 발생합니다.

발생 원인은 체내에 인슐린(insulin)이 절대적으로 부족(insufficient)하거나, 인슐린 양이 어느 정도는 있지만 실제로 작용하기에는 충분하지 않은 상태로 인해 대사활동에 포도당(glucose)을 사용하지 못하게 되어서 혈당(blood glucose)이 올라가고, 대신에 에너지원(source of energy)으로 사용하기 위해서 지방분해(lipolysis)가 증가되는 대사과정을 밟으면서 케톤체(keton body)가 생성되면서 체내에 축적되어서 나타나는 현상입니다.

오문목 가정의학비뇨기과
원장 오문목 의학박사
TEL (949) 552-8217



치과

경제적인 임플란트

보통 몇 개의 치아가 빠지면 양옆의 건강한 치아를 갈아서 보철물(브릿지)을 씌우고 빠진 치아 부분을 그곳에 거는 방법을 사용하거나 부분 틀니를 썼다. 그러나 이 시술법은 나중에 건강한 치아에까지 무리가 가서 수명을 단축하는 결과를 가져오는 단점이 있다.

또 사용할 때 이물감과 함께 불편함을 많이 느끼게 된다. 제 3의 영구치라고 불리는 임플란트는 치아를 상실한 부위의 잇몸 뼈에 특수 티타늄으로 만들어진 인공치아를 심고 그위에 보철물을 볼트 형태 혹은 접착 형태로 연결해 자신의 본래 이처럼 씹게 해주는 치료법이다.

최근엔 많은 진보된 임플란트 치료방법이 소개되고 있고 성공률도 90%를 넘을 만큼 대중화되고 검증된 치료 방법이다.

실패하는 경우도 수술 자체의 잘못이 라기보다 환자 자신의 건강 상태나 치아의 위생상태를 잘 관리하지 않아 생기는 것이 더 많다.

그런데 “임플란트가 좋기는 하던데 워낙 비싸서...” 하는 반응을 보이는 환자들이 많다. 사실 임플란트는 아직은 다른 의료수가에 비해 좀 비싸다. 그러나 엄밀하게 경제성을 따져 보면 임

플란트가 오히려 유리한 경우가 많다. 브릿지나 틀니의 자연적인 수명은 5~7년 안팎이다.

또, 틀니의 경우 잇몸에 부담을 주고 잇몸뼈가 흡수돼 줄어들면 그 변화에 따라 수시로 교정, 또는 새로 제작해야 하는 경우도 생기며 브릿지는 건강한 양옆의 치아에 거는 방식이라 주변 치아에 부담을 줘 수명이 단축된다. 그러나 임플란트의 수명은 개인에 따라 다르긴 하지만 잘 관리하면 15년 이상 쓸 수 있다.

따라서 60, 70대 노인이 임플란트를 한 경우 그 수명이 반영구적이란 표현을 써도 그리 틀린 말은 아닌 듯 싶다.

또, 임플란트는 주변 치아에 의존하지 않으므로 결과적으로 주변 치아의 수명이 길어지게 된다. 이런 점까지 감안하면 임플란트는 결코 비싼 것이 아니라 오히려 비용과 시간과 불편함에서 빨리 벗어날 수 있는 최선의 방법임에 틀림없다.

남태준 종합치과
남태준 원장
TEL (714) 871-4962



생활건강

아직 늦지 않았습니다

어느 어른신의 이야기입니다

누구 하나 알아주지도 않는 먼 이국 땅. 이 수모저 수모다 겪으며 여기까지 왔습니다. 단돈 500불 들고 찾아온 키 크고 큰 사람들만 있는 나라, 말도 안 통하고 기댈 곳 없는 타국 땅에서 오직 한마음 - 잘 살아보겠다고, 성공해보겠다고 찾아온 나라에서 갖은 땀 다 당하며 힘들게 일하여 간신히 돈 조금 모았습니다. 자식들이 별탈없이 잘 자라준 것만으로도 고맙게 생각하며 어려움을 잊었습니다.

이젠 조금 살 만하기도 하고 숨도 조금 쉴 때가 되었습니다. 어느덧 은퇴할 나이도 지났고, 조금 쉬어 보려니 몸이 아프기 시작합니다. 살아보겠다는 마음 하나로 내 몸 아끼지 않고 뛰어온 것에 대한 보답이자 결과였습니다.

이젠 멘탈이 약해집니다. 부부가 만들어 놓는 집 한 채마저 자식에게 물려주고 슬슬 자식들 눈치가 보입니다. 나이 들어도 오로지 자식 생각, 자식들 마음고생 안 시키려면 노인아파트나 들어가야지. 그 다음엔 양로병원에 가겠지. 마음은 자꾸 약해지고 몸은 더 아파옵니다

이민자로 살아온 어느 어른신의 삶의 이야기입니다. 가슴이 아려 옵니다.

멘탈. 우리가 살아온 세월이 있는데 그

리 쉽게 무너지지 않습니다. 또 우리의 멘탈이 아무리 강하다 해도 살다 보면 고통스러운 일도 생기게 마련이고 생각지 않게 약해지기도 합니다. 내가 약해질 때는 나에게 뭔가 안 좋은 일이 생긴 것입니다. 화불단행(禍不單行, 나쁜 일은 홀로 오지 않음)이라고 이런 일은 하나씩 오게 아니고 한꺼번에 밀려옵니다.

멘탈이 무너지는 큰 이유는 우리의 멘탈을 찾아온 첫번째 공격을 내가 굳건하게 견뎌내지 못한 때문으로, 평소 같으면 견뎌낼 수 있었던 추가 타격으로 더 큰 데미지를 입고 더 큰 틈이 생기고 하나씩 무너져 갑니다.

그러나 다시 한 번 생각하세요. 어른신들은 강합니다. 젊을 적 내가 얼마나 힘들게 살았는지 한번 차분히 돌아보시면 지금의 정신적인 어려움 굳건히 이겨낼 수 있습니다.

노년, 얼마든지 활기차고 웃으며 지낼 수 있습니다. 아직 늦지 않았습니다

Honey Pharmacy
매니저 유 벤자민
TEL (562) 403-2332
7002 Moody St, #106
La Palma, CA 90623



척추건강

교통사고 후유증 어떻게 예방할까?

미국에서는 16살 이상이면 합법적으로 운전할 수 있다. 그래서 많은 사람들이 고등학생 때부터 운전대를 잡는다.

더구나 미국은 대도시를 제외하고는 대중교통을 이용하기가 불편해 장거리 이동을 위해 자가 운전을 피하기 어렵다.

척추 신경과 의사로서 환자를 진료하다 보면 교통사고 후유증으로 고생하시는 많은 분들을 어렵지 않게 만날 수 있다. 사고 당시에는 아프지 않았지만 몇 달 아니 몇 년 후에 사고로 인한 통증이 찾아오기도 한다.

척추는 갑작스런 충격이 가해지면 한쪽 방향으로 비틀어 지는 경우가 많다. 충격으로 비틀어진 척추를 교정해주지 않으면 척추 사이에 자리한 디스크는 영양분을 받지 못하여 물기가 없어지며 결국 척추 협착 상태에 이르게 된다. 그러므로 작은 충격의 교통사고라도 척추 상태를 꼭 점검해야 하며 가능한 한 빨리 척추 교정과 물리치료를 받아야 척추 건강을 지킬 수 있다.

‘조이척추신경병원’을 오픈하기 전에 주로 백인 환자들이 내방하는 척추신경병원에서 환자를 치료한 적이 있

었다. 그들은 조그마한 충격에도 척추신경병원 찾기를 주저하지 않았다. 그런데 우리 한인사회에서는 본인 자동차 보험으로 치료 받는 것을 꺼려하는 경향이 있다. 사실 미국 사회에서는 본인 차 보험으로 먼저 치료하는 경우가 대부분이다. 사고가 상대방 과실로 인한 것이었다면 자신의 차 보험을 이용해 치료를 받아도 보험료가 올라가지 않기 때문이다. 또한 차 보험에는 대부분 Medical payment라는 항목이 있는데 이는 교통 사고가 발생할 경우 보험 납입자에게 치료비를 지급하기 위한 것이다.

물론 가장 바람직한 것은 안전한 운전으로 자동차 사고를 사전에 예방하는 것이다. 그러나 어떤 이유에서라도 자동차 사고가 나고 그로 인해 작은 충격이라도 받았다면 주저하지 말고 척추신경병원을 방문해 치료를 받는 것이 좋다. 자동차 사고가 나서 우리 병원에서 치료받은 환자 가운데는 사고 전에 있던 통증까지 더 나아지는 경우도 많다.

조이 척추신경병원
원장 Joy H. Kim, D.C.
TEL (714) 449-9700
1401 S. Brookhurst Rd, #103
Fullerton, CA 92833

