

# 당뇨약에 대해 귀하의 의사에게 문의할 질문

## 당뇨병 이해하기

당뇨병은 귀하의 혈당수치를 증가시킬 수 있는 건강 질환입니다. 귀하의 혈당에 영향을 미치는 요소에는 귀하가 섭취하는 음식, 스트레스 수준, 운동량 등이 있습니다. 과도한 혈당은 장기에 손상을 미치고 건강상 문제를 일으킬 수 있습니다.

당뇨병은 인슐린 호르몬을 생성하는 췌장이라는 체내 장기에 영향을 미칩니다. 인슐린의 역할은 귀하가 섭취하는 음식에서 얻어지는 당—또는 당분—이 혈액에서 세포로 흡수되도록 돕는 것입니다. 세포는 당을 에너지로 사용합니다.

가장 일반적인 형태의 당뇨병은 다음과 같습니다:

### 제 1 형 당뇨병

체내에서 매우 소량의 인슐린을 만들거나 전혀 만들지 못합니다. 체내 면역 체계가 인슐린을 만드는 췌장 내 세포를 공격하여 파괴하는 경우에 이 유형의 당뇨병이 발생합니다.

### 제 2 형 당뇨병

체내에서 충분한 양의 인슐린을 만들지 않거나 인슐린을 효과적으로 사용하지 않습니다. 이 유형의 당뇨병을 유발하는 일반적인 원인으로서는 과체중, 운동 부족, 인슐린 저항성 또는 유전 요인 등이 있습니다.

### 임신성 당뇨병

일부 임산부에게서 이 유형의 당뇨병이 나타나며 출산 후에는 사라집니다. 임신성 당뇨병의 경우 향후 제 2 형 당뇨병이 나타날 위험이 높아질 수 있습니다.



현재 당뇨병에 대한 완치약은 없습니다. 그러나 당뇨병 조절 및 건강 유지를 위해 취할 수 있는 대책이 있습니다. 당뇨병은 다음과 같은 건강한 생활 습관을 통해 관리해 나갈 수 있습니다:



혈당 관찰



운동



건강한 식단



건강한 체중 유지



의사의 지시에 따른 약 복용

당뇨약에는 정제 또는 인슐린 주사가 있습니다. 귀하의 복용약이 체내에서 어떻게 작용하는지에 대한 이해는 매우 중요하며 당뇨병을 정확하게 관리하는 데 도움을 줄 수 있습니다. 반드시 귀하의 당뇨약에 대해 다음 사항을 의사에게 문의하십시오:

- ✦ 1 회 복용량은 얼마나 됩니까?
- ✦ 1 일 복용 회수는 몇 번입니까?
- ✦ 몇시에 복용해야 합니까?
- ✦ 식전, 식사와 함께 또는 식후 중 언제 복용해야 합니까?
- ✦ 복용량을 변경해야 하는 이유가 있습니까?
- ✦ 약 복용을 잊었을 경우 어떻게 해야 합니까?
- ✦ 복용하는 다른 약으로 인해 혈당이 낮아질 수 있습니까?
- ✦ 복용약에는 어떤 부작용이 있을 수 있습니까?
- ✦ 아파서 음식을 먹은 후 토한다 해도 계속해서 약을 복용해야 합니까?

더 자세한 사항은 CalOptima 건강관리부 **1-714-246-8895** 로 문의하십시오. 월-금요일 오전 8 시부터 오후 5 시까지 상담해드리며 TTY 사용자를 위한 무료전화는 **1-800-735-2929** 입니다. 저희 직원이 귀하의 언어로 상담해 드립니다. 저희 홈페이지 주소는 **www.caloptima.org** 입니다.

출처: [www.nih.gov](http://www.nih.gov)



A Public Agency

**CalOptima**  
Better. Together.