

# 당뇨병 합병증(급성 합병증\_저혈당)

개요

• 등록일자 : 2020-03-30    • 업데이트 : 2023-10-13    • 조회 : 9819    • 정보신청 : 109

## 개요

저혈당은 약물치료를 받는 당뇨병 환자가 가장 흔히 겪는 합병증입니다. 저혈당이 발생하면 혈당을 효과적으로 조절하기 어렵습니다. 또한 저혈당이 반복적으로 생기면 뇌혈관질환과 심혈관질환 및 치매 등의 발생 위험에 증가하며, 심한 경우 사망할 수도 있습니다. 그러므로 당뇨병 환자는 저혈당을 예방하고, 저혈당이 발생했을 때 적절히 대처할 수 있어야 합니다.

## 증상

저혈당이 발생하면 자율신경계의 기능이 올라가 생기는 증상과 중추신경계에 포도당이 부족해 생기는 증상 및 징후가 나타날 수 있습니다.

### 1. 자율신경계 관련 증상

- 맥박수 증가
- 손떨림
- 불안감
- 식은땀 흘림
- 공복감

### 2. 중추신경계 관련 증상

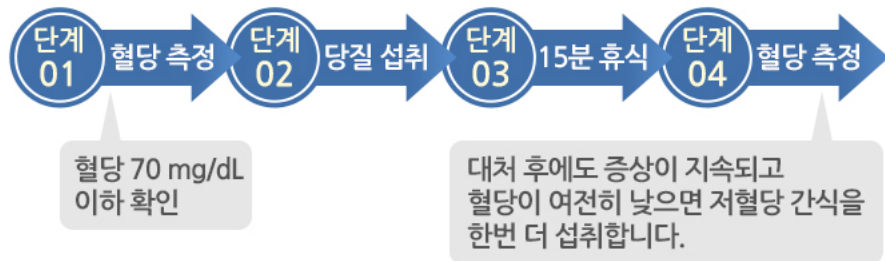
- 쇠약
- 피로
- 어지럼
- 의식의 변화

## 진단 및 검사

저혈당이 의심되는 경우 환자가 혈당을 측정할 수 있다면 정확한 진단을 위해 혈당측정기로 혈당 수치를 확인합니다. 환자가 혈당을 측정하기 어렵다면 먼저 저혈당에 대한 처치를 한 뒤 혈당을 측정합니다.

## <그림 저혈당 응급식품>

### 저혈당이 나타나면?



### 저혈당이 오면 어떤 음식을 먹을까요?



- ▶ 저혈당 간식은 의식이 있는 경우에만 먹습니다.
- ▶ 회복되면 자가혈당측정을 통해 확인하고 간식이나 식사를 하여 추가적인 저혈당 발생을 예방합니다.
- ▶ 식사가 어렵다면 당질과 단백질이 포함된 간식(우유 또는 두유 등)을 섭취하도록 합니다.
- ▶ 초콜릿 등 지방이 함유된 간식은 흡수 속도가 느리므로 피합니다.

## 치료

측정한 혈당 수치가 70 mg/dL 미만이고 의식이 있는 환자는 15~20 g의 포도당을 섭취하고 15분 간 휴식을 취한 뒤 혈당을 측정합니다. 혈당이 정상 범위로 회복되지 않았다면 포도당 섭취를 반복합니다.

포도당 15~20 g에 해당하는 음식은 다음과 같습니다.

- 설탕(15 g)이나 꿀 (15 mL) 1큰술가락
- 요구르트 1개(100 mL)
- 주스나 청량음료(175 mL)
- 사탕 3~4개

초콜릿이나 아이스크림처럼 지방이 함유된 음식은 흡수 속도가 느려 혈당이 빨리 올라가지 않을 수 있으므로 저혈당에 대한 처치로 적절하지 않습니다. 환자가 스스로 처치할 수 없거나 의식이 없는 경우에는 음식을 먹이면 안 되고, 정맥주사를 통해 포도당을 주입해야 합니다.

## 위험요인 및 예방

### 1. 위험요인

저혈당은 다음과 같은 상황에서 발생할 수 있습니다.

- 당뇨병약의 투여 용량, 시간 및 방법 등이 부적절한 경우[특히 인슐린이나 설폰닐유레아(sulfonylurea)와 같이 상대적으로 저혈당 발생 위험이 높은 약물을 투여하는 경우]
- 식사를 불규칙하게 하는 경우
- 신체활동이 평소보다 많은 경우
- 과도한 음주를 하는 경우

또한 다음과 같은 병력이 있는 경우에는 종종 저혈당이 발생할 수 있으므로 주의해야 합니다.

- 이전에 종종 저혈당이 있었던 경우
- 진행된 당뇨병 합병증이 있는 경우
- 다른 만성질환이나 종종 질환이 있는 경우
- 혈당을 엄격하게 조절하는 경우
- 고령이나 소아청소년 환자
- 당뇨병을 오래 전에 진단받은 경우

### 2. 예방

저혈당을 예방하려면 저혈당의 위험인자가 있는지 확인해 교정해야 합니다. 평소엔 혈당을 자주 측정하고, 규칙적으로 식사와 운동을 하며, 약물을 처방에 따라 올바르게 투약해야 합니다. 필요한 경우 의료진과 상의해 약물을 조절할 수 있습니다.

또한 환자는 저혈당이 발생할 경우에 대비해 저혈당의 증상 및 징후와 대처 방법을 잘 알고 있어야 합니다. 저혈당이 생길 위험이 높다면 항상 포도당이 포함된 음식을 가지고 다니는 것이 좋습니다.

### 참고문헌

1. 대한당뇨병학회 진료지침위원회 (2021). 2021 당뇨병 진료지침 (제7판). 서울: 대한당뇨병학회.
2. 대한당뇨병학회 (2018). 당뇨병학 (제5판). 서울: 범문예두케이션.
3. Umpierrez, G., & Korytkowski, M. (2016). Diabetic emergencies - ketoacidosis, hyperglycaemic hyperosmolar state and hypoglycaemia. Nature reviews. Endocrinology, 12(4), 222-232. doi.org/10.1038/nrendo.2016.15

#### ☐ 관련 건강정보

[당뇨병 합병증\(급성 합병증\)](#), [당뇨병 합병증\(급성 합병증, 당뇨병케토산증, 고혈당고삼투질상태\)](#), [당뇨병 합병증\(만성 합병증\)](#)



본 공공저작물은 공공누리 "**출처표시+상업적이용금지+변경금지**" 조건에 따라 이용할 수 있습니다.

☰ 목록

