
	<h1>가 정 통 신 문</h1>		 <a href="http://www.gaon21.ms.kr/">http://www.gaon21.ms.kr/</a>
교훈 : 성실	경기도 시흥시 장현순환로 100, ☎ (교무실) 031-365-8200, ☎ (행정실) 031-365-8207		담당 : 예체건강부

학부모님, 안녕하십니까?

희귀질환 및 당뇨 학생에 대한 교육적 측면에서의 관심과 지원이 요구됨에 따라 희귀질환 및 당뇨병에 대한 교육자료를 안내합니다.

## ▶ 희귀질환이 뭔가요?

‘희귀질환’은 이름 그대로 적은 숫자의 사람들이 앓고 있는 질환을 이야기합니다. 이 희귀질환의 80%는 유전적인 원인으로 발생하게 되고요. 이름이 무색하게도 희귀질환으로 알려져있는 7,000여 가지가 넘는 질환은 세계 인구 중 4%, 약 3억 명 이상의 사람들에게 영향을 주고 있습니다. 하지만 사회적 인식과 전문가, 진단 및 치료 기술의 부족으로 인해 정확하게 진단 받고 적절한 약물과 재활 치료로 이어지는 경우는 매우 적은 상태입니다.

희귀질환의 날은 희귀 질환에 대해 연대하는 세계적인 운동으로, 사회적 기회, 의료, 그리고 희귀질환 환자들의 진단 및 치료에 대한 사회적 기회의 평등을 위해 노력합니다. 매년 2월 마지막 날을 희귀질환의 날로 기념하는데, 특히 2월 29일은 4년에 한 번 돌아오기 때문에 더욱 의미 있는 날입니다.

## ▶ 2025년 세계 희귀질환의 날 슬로건

올해 세계 희귀질환의 날의 슬로건은

‘당신이 상상하는 그 이상(MORE THAN YOU CAN IMAGINE)’입니다.

이 슬로건에는 희귀질환이 많은 사람들이 상상하는 것보다 더 광범위하고 복잡하며, 삶에 큰 영향을 미친다는 의미가 담겨있습니다.

## ▶ 당뇨병이란

당뇨병은 신체가 인슐린을 충분히 생산하지 못하거나 인슐린에 정상적으로 반응하지 못하여 혈당(포도당) 수치가 비정상적으로 높아지는 질환입니다. 당뇨병 증상에는 배뇨와 갈증 증가가 있을 수 있고, 노력하지 않음에도 불구하고 체중이 감소할 수 있습니다.



## ▶ 당뇨병의 종류

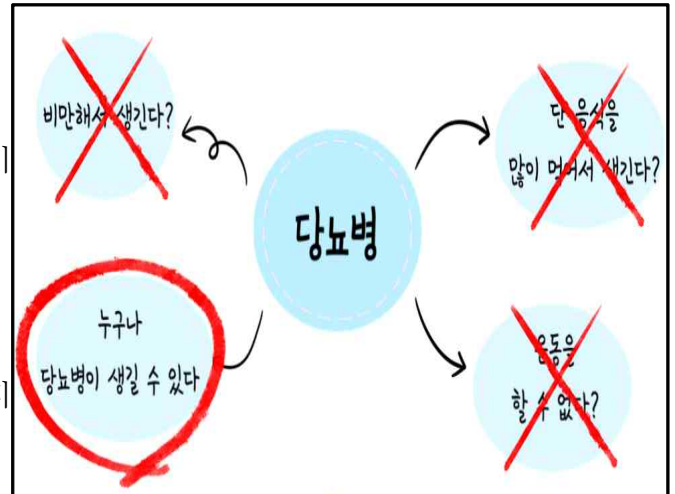
- 1형 당뇨병: 인슐린을 전혀 생산하지 못하는 당뇨병으로, 주로 소아·청소년기에 많이 발병하여 이전에는 '소아 당뇨병'이라고 불렸습니다. 1형 당뇨는 생활 습관과 관련이 없으며 아직 확실한 원인이 밝혀지지 않았습니다.
- 2형 당뇨병: 인슐린이 상대적으로 부족한 당뇨병으로, 유전적 요인(가족력)과 환경적인 요인(비만 등)이 함께 작용해 발생하는 경우가 많습니다. 생활 습관(균형 잡힌 식사 및 운동)으로 예방할 수 있습니다.
- 임신성 당뇨병: 임신 중 발생하는 당뇨병입니다.

## ▶ 당뇨병의 원인

- 유전적 요인: 부모가 모두 당뇨병인 경우 자녀가 당뇨병이 생길 가능성은 30% 정도이고, 한 사람만 당뇨병인 경우는 15% 정도입니다.

- 환경적 요인 : 고령, 비만, 스트레스, 임신, 감염, 약물(스테로이드제제, 면역억제제, 이뇨제) 등이 있습니다.
- 췌장질환: 췌장염, 췌장외상, 췌장절제, 췌장암 등이 당뇨병을 일으킬 수 있습니다.
- 식습관: 섬유질이 많은 음식을 먹으면 당뇨병의 발생이 적습니다.

※ 당뇨병의 발생 원인은 아직 정확하게 규명이 되어있지 않으며, 여러 가지 인자들이 함께 작용합니다.



종류	제1형 당뇨병 (인슐린 의존형, 소아형)	제2형 당뇨병 (인슐린 비의존형, 성인형)	
기전 및 원인	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 췌장의 베타세포의 파괴로 인슐린 결핍</li> <li>• 자가면역</li> <li>• 원인불명</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 인슐린 분비저하</li> <li>• 인슐린 저항성 (insulin resistance)</li> <li>• 유전</li> <li>• 환경적 요인 (비만, 서구화된 식습관, 운동 부족, 스트레스 등)</li> </ul>	
치료 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 인슐린 주사 반드시 필요</li> <li>• 식사, 운동요법 동반</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 경구용 혈당강하제 또는 인슐린 주사</li> <li>• 식이, 운동요법 중요</li> </ul>	

#### ▶ 희귀질환 학생에게 필요한 정서적 지원

- 사회적 편견을 없애고 이해하려고 노력한다.
- 질병 발생 후 치료 과정 및 완치 후 학교와 사회에 적응하는 단계에서 또래집단을 포함하여 교사, 이웃 등에게 차별이나 소외를 당하지 않아야 한다.
- 극복할 수 있다는 자신감을 느끼도록 지지와 격려를 한다.
- 질병 치료 등으로 또래 관계를 지속해서 맺기 어려우므로 또래 관계 증진을 위해 노력한다.

인식 개선을 위한 우리의 노력은 희귀난치성 환우들의 여정이 더 외롭지 않게 됩니다.  
우리 모두의 관심과 사랑으로 함께 성장해 나가길 바랍니다.

2025. 4. 2.

시흥가온중학교장[직인생략]