
	<h1 style="text-align: center;">가 정 통 신 문</h1> <h2 style="text-align: center;">희귀 질환 및 당뇨병 인식 개선 교육 안내</h2>		 http://www.gaon21.ms.kr/
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.

① 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.

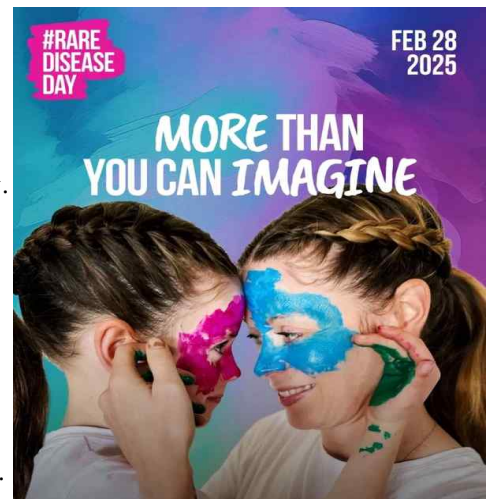
희귀질환의 날은 희귀 질환에 대해 연대하는 세계적인 운동으로, 사회적 기회, 의료, 그리고 희귀질환 환자들의 진단 및 치료에 대한 사회적 기회의 평등을 위해 노력합니다. 매년 2월 마지막 날을 희귀질환의 날로 기념하는데, 특히 2월 29일은 4년에 한 번 돌아오기 때문에 더욱 의미 있는 날입니다.

② 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.



③ 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.

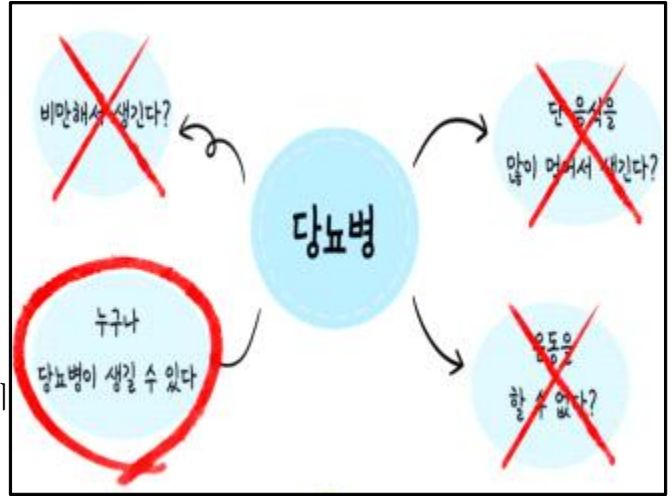
④ 당뇨병의 종류

- 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 않았습다.
- 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.

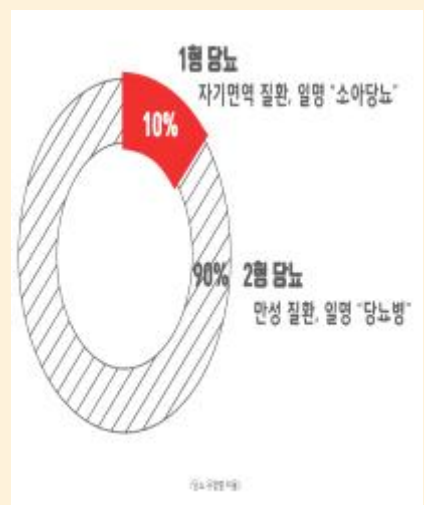
⊙ 당뇨병의 원인

- 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"> • 췌장의 베타세포의 파괴로 인슐린 결핍 • 자가면역 • 원인불명 	<ul style="list-style-type: none"> • 인슐린 분비저하 • 인슐린 저항성 (insulin resistance) • 유전 • 환경적 요인 (비만, 서구화된 식습관, 운동 부족, 스트레스 등)
치료 방법	<ul style="list-style-type: none"> • 인슐린 주사 반드시 필요 • 식사, 운동요법 동반 	<ul style="list-style-type: none"> • 경구용 혈당강하제 또는 인슐린 주사 • 식이, 운동요법 중요



⊙ 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]