

관절내시경으로 어깨 통증 '진단·치료' 동시에

요즘에는 나이가 많지 않아도 어깨 통증에 시달리는 사람들이 많다. 운동을 하던 중 통증을 느꼈다고 하는 이들도 있고, 오래 전부터 심하지는 않았지만 고통이 있었다는 환자도 있다. 더러 이유없이 갑자기 통증이 시작됐다는 사람들도 있다.

하지만 이들의 상당수는 자신이 무리해서 아프겠구나 하며 가볍게 생각하거나 그때 그때 상황에 따라 가벼운 처치를 하는 정도에 그치는 경우가 많다.

심할 경우 통증이 심해 꼼짝도 못하지만 수술을 받는다고 생각하면 통증, 흉터, 휴유증 등에 대한 두려움 때문에 병원을 찾는 일도 차일피일 미루기도 한다.

어깨 관절 통증의 치료와 관절 내시경 수술에 대한 궁금증을 상무병원 김중석 정형외과 원장으로부터 들어본다.

—왜 어깨가 아프고, 손을 못 올리게 돼 굳어가는 증세가 생기게 되나요?

▲과거에는 어깨 관절 전문의가 드물었고, MRI와 관절 내시경 등 첨단 의료 장비가 없어 정확한 진단이 어려웠습니다. 이 때문에 예전에는 어깨 결리고 손이 안 올라가면 막연히 '이제 오십견이 왔구나' 하고 지레 진단으로 스스로 진단하고, 주변에서 들은 이런 저런 민간 처방을 하며 지내는 경우가 많았습니다. 하지만 요즘은 전에 오십견이라고 불렀던 어깨 질환의 원인이 대부분 밝혀졌습니니다.

어깨를 들어 올리는 힘줄에는 바깥쪽과 안쪽 근육이 있습니다. 오랜 시간동안 일상 생활, 운동 또는 직업적으로 반복해 안쪽에 있는 회전근개라는 근육이 계속 날개뼈 쪽 어깨를 둘러싸는 부분인 견봉을 자극하게 되면 견봉 아래 부분에서 염증을 일으키게 되고 견봉 끝에서 힘줄이 자라나게 됩니다. 염증으로 인한 통증 때문에 관절 운동을 못하게 되어 관절이 굳게 되고, 결국 회전근개가 끊어지게 되면 손을 올리게 못하게 됩니다.

—어깨가 아플 때 꼭 수술을 해야 되나요?

▲아직 회전근개가 끊어지지 않고 견봉 아래 부분에서 염증으로 인한 통증이 있을 때는 주사, 약, 스트레칭 운동, 물리 치료 등을 통해 수술하지 않고 염증이 가라앉게 되는 경우가 많습니다. 이런 치료에도 효과가 없으면 관절내시경을 이용해 견봉 아래에서



상무병원 김중석 정형외과 원장이 5개월째 어깨 통증에 시달리는 40대 환자의 어깨 관절 상태를 진찰하고 있다.

회전근개파열, 오십견으로 착각 방치 쉬워

팔 올릴때 어깨에 통증...염증·헛뼈 제거를

습관성 어깨관절탈구뎀 봉합 수술 받아야

생긴 염증을 제거하고 헛 자라난 뼈를 제거 해줘야 어깨 통증을 없앨 수 있고, 회전근개가 끊어지는 것을 막을 수 있습니다. 회전근개라는 어깨 안쪽의 힘줄이 끊어질 경우 바깥쪽 근육만 어깨를 드는데 사용되므로, 제대로 어깨 힘을 쓸 수 없고 바깥 쪽 근육이 안쪽 근육 못까지 일을 해야 하므로 만성적인 어깨 통증에 시달릴 수 있습니다. 그래서 가능하다면 관절내시경을 이용해 끊어진 근육을 꿰매주는 것이 중요합니다.

—어깨가 굳어있는 것 자체만으로도 수술을 해야 하나요?

▲어깨 힘줄 주위의 염증과 상관없이 아

무 이유 없이, 혹은 당뇨나 갑상선 질환을 앓는 경우에 어깨가 굳는 경우가 있습니다. 이런 경우에 관절이 굳게 되면 그 자체가 어깨 통증의 원인이 되는 경우가 많습니다. 운동 치료나 물리 치료를 통해 굳어있는 관절을 펴지 못한 지가 6개월이 지나면 관절경을 이용해 활막을 잘라주는 수술을 해 좋은 결과를 볼 수 있습니다.

—어깨가 빠지는 경우에는 어떻게 해야 하나요?

▲운동을 하다가 또는 사고를 당해 어깨가 빠지는 경우를 종종 볼 수 있는데, 계속 반복적으로 빠지면 수술 외에는 치료 방법

이 없습니다. 이런 경우에 관절경을 이용해 찢어진 어깨 연골판과 인대를 꿰매어 제자리로 회복 시켜 주는 일이 필요합니다.

—관절 내시경 수술은 어떻게 하는 것인가요?

▲약 4 mm 두께의 관절 내시경을 관절 내에 넣으면 원래 크기의 약 10배 정도로 관절 구조물이 확대돼 화면에 나타나, TV 화면을 보는 것처럼 내시경 수술을 합니다. 2~3개의 다른 구멍을 통해 너털너털하게 찢어진 관절 활막, 연골판, 힘줄 등을 잘라내고, 길어진 뼈를 깎고, 예전에 사용되었던 레이저 대신 고주파 열 치료기를 이용해 깨끗이 다듬는 치료를 하게 됩니다. 만약 찢어진 것을 다시 붙여야 되는 경우, 실 또는 실이 달린 고정 장치를 이용해 원래대로 꿰매 수 있게 됩니다.

어깨가 1달 이상 계속 아프다면 어깨 관절 전문의에게 진료를 받는 것이 중요하며, 원인을 정확히 알고 적절한 치료를 받는 것이 이전의 정상 생활로 빨리 복귀할 수 있는 지를 갑니다.

【도움말=김중석 상무병원 정형외과 원장 /채희종기자 chae@kwangju.co.kr】

의료 리اون지 medical lounge



조선대병원 신종플루 전담 진료팀 운영

조선대병원(병원장 조남수)은 신종 인플루엔자 치료 거점병원 지정에 따라 최근 신종플루 진료지침서를 마련하고 감염내과, 호흡기내과, 응급의료센터 등 의사와 간호사 및 약사 행정지원 전담진료팀을 구성, 휴일 없이 24시간 운영한다.

조선대병원은 항바이러스제 투약

이 필요한 환자들이 신속하게 치료를 받을 수 있도록 임시 진료공간을 확보하는 등 비상체제에 들어갔다.

또 임시진료실 바로 옆에 환자 대기 공간으로 천막을 설치해 혈액검사, 스크린검사, 확진검사 등을 통해 의심 환자에 대하여 전문검진을 실시하고 있다.

전남대병원 신종플루 시민건강 강좌

전남대병원은 오는 4일 오후 2시 병원 5동 1층 강당에서 신종인플루엔자 감염 예방을 위한 시민건강강좌를 실시한다.

감염내과 박경화 교수의 '신종인플루엔자 예방과 치료' 주제로 실시하

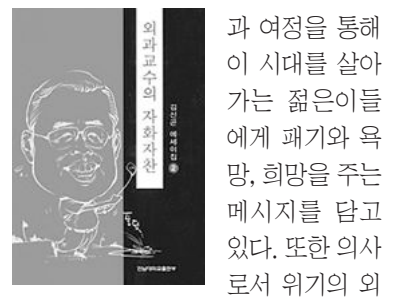
는 이번 강좌에서는 현재 전 세계적으로 유행하고 있는 감염을 일으키고 있는 호흡기 질환의 원인 바이러스인 신종인플루엔자에 대하여 증상, 치료, 예방법, 안전수칙 등에 대해 자세히 설명한다.

전남대병원 김신곤 교수 에세이 출간

전남대병원 소아외과 김신곤 교수의 두 번째 에세이집 '외과 교수의 자화자찬'이 최근 출간됐다.

첫번째 에세이집 '어느 외과교수의 연가집'에 이은, 이 책에는 첫 에세이집에 빠진 글과 그동안 중앙·지역일간지와 동창회보·학회지·사보 등에 게재한 글이 모여져 있다.

지난 달 25일 정년퇴임식을 가진 김신곤 교수의 이 책에는 외과외과사의 삶



과 여정을 통해 이 시대를 살아 가는 젊은이들에게 패기와 욕망, 희망을 주는 메시지를 담고 있다. 또한 의사로서 위기의 외과를 살리는데 어떤 역할을 해야 할 것인가 등을 잘 설명하고 있다.

건보공단 '건강검진 체험 수기' 공모

국민건강보험공단 광주지역본부(본부장 강병권)는 건강검진을 통한 질병의 조기발견과 조기치료를 정착시키기 위해 '건강검진 체험 수기'를 공모한다.

공모 주제는 공단에서 실시하는 일반건강검진(생애전환기 건강검진 포함), 영유아건강검진, 암검진을 통해 질병 및 암을 조기발견, 조기치료해 건강한 생활을 유지하고 있는 귀중한

체험 이야기이다. 국민 누구나 응모 가능하며 건강보험가입자인 외국인, 재외국민도 참여할 수 있다.

응모방법은 200자 원고지 20매 내외 분량 수기를 공단 건강관리실에 우편 또는 전자우편(yongh@nhic.or.kr)으로 오는 30일까지 접수하면 되고, 당선작은 10월 21일 공단 홈페이지(www.nhic.or.kr)를 통해 발표한다. 【채희종기자 chae@kwangju.co.kr】

이연안과병원이 2010년 탁상달력 디자인 공모전을 개최한다.

이번 공모전은 개원 20주년을 맞이하는 2010년을 기념하기 위해 기획됐으며, 디자인을 전공하는 학생 및 일반인들의 새롭고 참신한 디자인과 다양한 콘텐츠를 발굴하기 위해 마련됐다.

공모전 주제는 소중한 눈, 치료, 치유, 환한 세상, 건강한 세상 등 이연안과병원

“내년 탁상달력 디자인 공모합니다”

이연 안과 내달 5일까지...대상 200만원

의 이미지와 맞는 자유 주제며, 2인 이하의 팀을 구성해 누구나 참여 가능하다. 공모 당선 작품은 2010년 이연안과병원

달력 디자인으로 채택돼 배포된다. 대상 수상자에게는 200만원의 상금과 상패가 수여되고 우수상은 상패 및 상금

100만원, 장려상은 상장 및 상금 50만원이 주어진다.

접수기간은 10월 5일까지이며 우편 방문을 통해 접수 가능하다. 수상자 발표는 10월 중순이다.

이연안과병원 관계자는 “개원 20주년을 맞아 발행되는 달력인 만큼 참신한 아이디어와 역량을 가진 분들의 많은 참가를 기다린다”고 밝혔다. 【채희종기자 chae@kwangju.co.kr】

메가박스	콜롬버스 시네마	하미 시네마	씨너스 전대	제일 시네마
<p>www.megabox.co.kr</p> <p>1관 국가대표 (12세)</p> <p>2관 해운대 (12세)</p> <p>3관 나의 로맨틱 가이드 (15세)/불신지옥 (15세)</p> <p>4관 블랙 (전세)</p> <p>5관 지.아이.조 (15세)</p> <p>6관 요가학원 (15세)</p> <p>7관 코코샤넬 (15세)</p> <p>8관 퍼펙트캐터웨이 (15세)/소피의 연애매뉴얼 (12세)</p> <p>9관 국가대표 (12세)</p>	<p>www.joybc.com/1588-7941</p> <p>1관 10억 (15세)/업-더빙 (전세)</p> <p>2관 불신지옥 (15세)</p> <p>3관 국가대표 (12세)</p> <p>4관 국가대표 (12세)</p> <p>5관 4교시 추리영역 (15세)/아이스에이지-3 (전세)</p> <p>6관 해리포터와 혼혈왕자 (전세)/아이스에이지-3 (전세)</p> <p>7관 해운대 (12세)</p> <p>8관 퍼블릭에너미 (15세)</p> <p>9관 지.아이.조 (15세)</p> <p>10관 해운대 (12세)</p>	<p>www.hamcinema.co.kr/1588-9120</p> <p>1관 요가학원 (15세)</p> <p>2관 코코샤넬 (15세)</p> <p>3관 국가대표 (12세)</p> <p>4관 퍼펙트캐터웨이 (15세)/라르코원치 (18세)</p> <p>5관 오픈-천사의비밀 (18세)</p> <p>6관 해운대 (12세)/퍼블릭에너미 (15세)</p> <p>7관 아이스에이지-3 (전세)</p> <p>8관 지.아이.조 (15세)</p> <p>9관 국가대표 (12세)</p> <p>10관 해운대 (12세)</p>	<p>www.dnusa.co.kr/1544-0070</p> <p>1관 지.아이.조 (15세)</p> <p>2관 오픈-천사의비밀 (18세)</p> <p>3관 해운대 (12세)</p> <p>4관 소피의 연애매뉴얼 (12세)/요가학원 (15세)</p> <p>5관 코코샤넬 (15세)</p> <p>6관 블랙 (전세)</p> <p>7관 국가대표 (12세)</p>	<p>www.primuscinema.com/www.jellicinema.co.kr</p> <p>1관 국가대표 (12세)</p> <p>2관 국가대표 (12세)/아이스에이지-3 (전세)</p> <p>3관 퍼블릭에너미 (15세)</p> <p>4관 코코샤넬 (15세)</p> <p>5관 오픈-천사의비밀 (18세)</p> <p>6관 해운대 (12세)</p> <p>7관 지.아이.조 (15세)/아이스에이지-3 (전세)</p> <p>8관 퍼블릭에너미 (15세)</p>