



무릎 통증

# 폐경기 여성, 무릎 건강부터 살피세요

평소에 무릎관절 때문에 고통을 시달리는 사람들이 많이 보게 된다. 무릎통증은 이처럼 보편적인 질환이며 흔한 질병이다. 예전에는 주위에서 나이 든 어르신들이 호소하는 관절염이 많았고, 최근에는 스포츠 인구의 증가로 젊은 층에서도 무릎손상이 늘어나는 추세다.

많은 사람들이 무릎통증이 발생하게 되면 단순한 통증으로 생각해 소홀히 여기는 사람들이 많다. 하지만 단순한 손상이 아닐 경우 상황에 따라 큰 결과를 초래할 수도 있다.

◇**무릎관절의 중요성**=무릎관절은 체중을 견뎌야 하고 손상이 생기면 대개의 경우 지속적인 발생하게 되며, 이러한 문제를 방지하게 되면 관절염으로까지 진행해 보행에 큰 지장을 초래한다. 따라서 무릎통증이 발생하면 단순 근육통으로 생각하지 말고 신속히 전문병원을 방문, 정확한 진단에 따라 치료하는 것이 좋다.

만약 단순 근육의 염증이 아니라 연골이 닳아 나거나 스트레칭, 휴식, 근육운동으로 치료가 가능하겠지만 인대나 연골 손상의 문제라면 단순한 문제가 아니다.

◇**반월상 연골파열**=무릎을 다친 후에 붓고, 충분히 쉬었음에도 불구하고 통증이 지속된다면 일단은 반월상 연골파열을 의심해야 한다. 반월상 연골이란 무릎 위아래 뼈사이의 충격 흡수를 해주는 초승달 모양의 구조물인데 손상이 자주 일어난다. 대개는 상대방과 충돌에 의한 접촉성 손상보다는 비접촉성 손상(순간 방향 전환, 급정지, 미끄러짐)에 의해서 발생한다.

반월상 연골의 손상은 단순 X-ray촬영으로는 알 수 없기 때문에 MRI촬영으로 확인해야 한다. 반월상 연골손상은 일단 파열이 되면 저절로 낫는 경우는 드물고 관절내시경을 통해 찢어진 반월상 연골을 봉합하거나 찢어진 부분을 제거하는 수술을 하게 된다. 반월상 연골손상을 조기에 진단해 관절내시경 수술을 하는 경우, 대개 일주일 후에는 일상생활이나 사회활동이 가능하고 대퇴사두근의 근력이 회복되면 스포츠 활동도 다시 가능한 경우가 많다.

◇**십자인대 파열**=십자인대 파열은 전방십자인대파열과 후방십자인대파열로 나뉘어 지는데, 운동중에 주로 발생하거나 사고에 의한 충격으로 다리가 뒤틀리는 경우에 발생하기 쉽다. 십자인대는 파열되는 순간 관절에서 '딱'하는 소리와 함께 관절이 붓고 통증이 나타나는 데 막상 다쳤을 때는 통증이 심했다가 며칠 후엔 통증이 감소하는 경우가 많기 때문에 정확한 진단이 중요하다. 따라서 손상 후에 정형외과를 보고 불안정한 느낌이 있다면 정밀검사를 받아 주위 구조물의 이차적인 손상을 막고 십자인대에 대한 치료를 하는 것이 좋다.

◇**퇴행성관절염**=50~60대 이상에서 주로 발



신동민 광주수원병원 무릎관절 클리닉 원장이 퇴행성 무릎관절로 인해 고통을 시달리는 노인 환자를 진료하고 있다.

## ‘퇴행성 관절염’ 50~60대 주로 발생... 심할때 인공관절수술 스포츠활동 많은 젊은층, 무릎연골·심자인데 파열 주의해야

생하는 퇴행성관절염은 관절을 보호하고 완충하는 역할을 하는 연골이 닳아서 빠와 빠가 맞닿아 발생하는 염증성 질환을 말한다. 물론 퇴행성관절염은 무릎뿐 아니라 발목, 엉덩이 관절, 어깨, 손목 등에도 발생할 수 있지만 쓰임새가 많고 체중부하가 가해지는 무릎관절에 제일 흔하다. 연령의 증가에 따라 발생하지만 비만, 운동습관, 직업, 외상 후유증 등의 원인으로 관절염이 진행돼 심한 통증과 보행 장애가 생긴다. 특히 무릎관절이 내반슬(O자형 다리)이 심한 폐경기 이후의 여성이 가장 문제가 되는 경우가 많다.

관절염은 초기, 중기, 말기로 나뉘어 진행 정도에 따른 치료를 한다. 초기 관절염의 치료는 생활습관의 변화, 체중감량, 적당한 근력과 유산소 운동 등의 운동요법과 진통제 또는 비스테로이드성 소염제를 복용한다. 이러한 기본적인 치료로 호전되지 않은 초·중기 관절염의 경우 연골 윤활주사나 PRP주사를 통해 손상된 연골에 윤활작용을 돕거나 연골 재생을 기대할 수 있다. 초음파치료나 레이저 충격파 등 특수 물리치료나 운동 재활요법 또한 기본적인 약물요법에 효과가 없는 관절염의 치료에 좋은 치료법이다.

중기 관절염의 치료로는 일단 내반슬을 교정하는 것이 제일 중요하다. 먼저 관절내시경으로 연골손상의 정도에 따라 미세천공술, 자가골연골이식술, 변연절제술을 시행 후 안쪽으로 힌다리를 절골술을 통해 교정하면 인공관절을 하지 않고도 무릎통증을 감소시킬 수 있다.

관절염이 더 진행해 하여 약물요법에 반응하지 않고 일상생활에 어려울 정도로 통증이 지속되는 경우에는 인체에 무해한 무릎인공관절을 대체하는 수술을 하게 된다.

많은 환자들이 무릎인공관절을 자신의 몸에 삽입한다는 자체를 부담스러워 하고 수술에 대한 두려움과 함께 수술을 받으면 통증이 더 심해지고 뻣뻣다리가 될까하는 두려움 때문에 수술을 주저하기도 한다. 하지만 최근에는 최소절개법으로 수술부위도 적고 불필요한 근육과 인대의 손상을 줄여 무릎 통증이 없어지고, 무릎관절의 운동범위도 회복을 보여 즐거운 일상생활을 가능하게 해주는 경우가 많다. 이렇듯 무릎관절 질환은 충분한 경험이 있는 전문의의 정확한 진단 및 적절한 치료를 받는 것이 중요하다.

〈광주수원병원 무릎관절클리닉 신동민원장〉  
/정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

# 전남대병원 ‘친절병원 만들기’ 힘찬 결의

두번째 관리자 워크숍... 대기시간 단축 등 다양한 대책 제시

전남대병원(원장 송은규)이 친절한 병원으로 거듭나기 위한 힘찬 결의를 다졌다.

전남대병원은 지난 27·28일 이틀간 여수에서 ‘친절한 병원을 위한 제2차 관리자 워크숍’을 개최했다.

전남대병원·화순전남대병원·전남대치과병원 팀장급 이상 직원 200여명이 참가한 가운데 열린 이번 행사에서는 친절하고 빠른 안내, 쉽게 설명하는 진료, 대기시간 줄이기 등 환자가 만족하고 감동받는 의료서비스를 제공하기 위한 방안 등에 대해 열띤 토론을 펼쳤다. 특히 올 1분기 동안 접수된 환자들의 민원내용을 분석해 불만을 최소화할 수 있는 고객만족(CS)체계 구축과 활성화 방안 등이 중점적으로 논의됐다.

또 이번 워크숍에서는 의료진이 지난 4개월간 실시했던 대기시간을 줄이기 위한 진료 프로세스 개선결과도 발표했다. 먼저 입원환자에 대한 모니터링과 관련 부서와 긴밀

한 협조 끝에 입원일수를 지난해 7.9일에서 올해 7.2일로 0.7일 단축했다고 보고했다. 외래진료대기시간도 지난해에 비해 10% 단축했으며, 응급실 체류시간도 지난해에 비해 28시간 단축한 것으로 나타났다.

이 밖에도 의료 질 향상과 환자안전을 위한 병원관리 기술 개선과 현재 공사 중인 1동 리모델링 공사로 인한 소음과 먼지 피해 최소화 방안 등도 논의됐다. 이번 행사는 전남대병원과 화순전남대병원, 전남대치과병원에서 수립한 친절병원 실천전략에 대한 주제발표가 있었으며 고객만족 특강, 타병원 운영실황 초청특강 등으로 진행됐다.

송은규 원장은 “병원의 경쟁력은 의료 수준 못지않게 친절도가 큰 비중을 차지한다”면서 “친절한 병원을 만들기 위해서는 어떠한 상황에서도 환자를 가장 먼저 생각하는 따뜻한 환자중심 가치관을 가져야 한다”고 강조했다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

# 화순전대병원, 해외환자유치사업 3년 연속 선정

전국 유일... 첨단 관절치료 최우수 관실

화순전남대학교병원(병원장 국훈)이 보건복지부의 ‘해외환자 유치 지역선도 의료기술 육성사업’ 공모에서 전국에서 유일하게 3년 연속 선정됐다.

화순전남대병원은 29일 전남도 및 화순군과 함께 제출한 ‘첨단 관절치료기술 세계화 사업’이 정부의 최우수 공모사업으로 뽑혔다고 밝혔다.

보건복지부의 공모사업은 지역별 특화 의료기술과 관광자원을 융합, 해외환자의 수도권 쏠림을 완화하고 새 전략거점을 확충하려는 데 역점을 두고 있다.

이번 공모사업에는 전국 12개 시·도가 응모해 치열한 경쟁을 벌였으며, 정부는 그 중 전남과 인천·대전·서울(강서구)·대구·제주 등 6곳을 선정했다.

화순전남대병원은 국내 대학병원 중 최초로 로봇과 내비게이션을 이용한 인공관절수술 등으로 명성을 얻고 있다. 미국 특허를 획득한 인공 고관절수술법은 수술 후 회복이 빠르고, 합병증이 적어 국제적인 관심을 모으고 있다.

총괄책임자인 윤택림 교수는 “그동안 관절치료에서 세계적 경쟁력을 확보해왔고 많은 해외환자를 진료해 왔으며, 외국의료인에 대한 연수는 물론 모의진료 등을 통해 철저한 준비를 해왔던 것이 이번 선정에서 중요한 역할을 했다”고 설명했다.

이에 따라 화순전남대병원은 의료기술 증진과 해외환자 진료를, 전남도·화순군은 해외환자 진료 인프라 구축을 위한 행정적 지원을 맡게 된다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

# 취약계층 위한 ‘무료 ONE-STOP 결핵검진’

대한결핵협회 호남지회, 5월3일부터

대한결핵협회 호남지회(지회장 김용익)는 광주·전남도와 함께 ‘결핵퇴치 New 2020계획’에 따라 2012년 ‘취약계층 ONE-STOP 검진사업’을 오는 5월3일부터 실시한다.

“건강강림 행복나눔”이란 이동검진차량을 이용해 결핵검사에 취약한 외국인, 다문화가족, 청소년연령, 장애인, 중증노인복지시설과 여자대학생 등을 대상으로 실시하는 이번 검진에서는 결핵검진 가능성 있는 약 8000여명을 11월까지 검진하게 된다.

ONE-STOP 결핵검진이동차량은 디지털 엑스선 촬영장비, 결핵검사기 장비, 골밀도 검사기, 체지방 분석기, 혈압기 등 첨단장비와 장애인 전용리프트가 설치돼 중증 장애인 및 노인 등 거동이 불편한 대상자도 누구나 검진이 가능한 시설을 갖추고 있다.



의사·간호사·방사선사·임상병리사 등이 합팀으로 구성돼 흉부 엑스선촬영과 객담 도말검사를 현장에서 실시해 결과를 바로 알 수 있으며, 결핵환자로 판정되면 지역보건소와 연계해 무료로 치료 받을 수 있게 한다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

**특이점** 특허등록 : 3개월후수거업으로선정된법원경매정보대한민국대표사이트!

『법원경매』의 길잡이 **다와옥션** 이 함께하는!

검색 | 다와옥션 | 검색

인터넷 검색창에 검색하세요!  
www.dawauction.co.kr

**다와옥션 부동산 경매학원**

**호남유일의 정통 경매학원!**  
불만족시 수강료 전액환불!

**실전기본반 : 매주 수요일**  
○오전 : 10시 30분 / 저녁 : 7시 (3개월, 14주, 25만원)  
○강사 : 이 정석 교수(저자직강)

**실전투자반 : 매주 토요일**  
○오전 : 10시(임장시 오후까지) (3개월, 14주, 50만원)  
○강사 : 안 성욱 교수(저자직강)

○수시모집중(기수별 선착순 30명)  
○국내유명강사 초청 특강(강좌외)

☎ 문의 010-4911-4989 (062-268-8949) ☎ 문의 062-352-8589 (010-8004-6767)

**남구 월산동 돌고개역 1번 출구/ 신한은행 4층(구.전남경찰청 4거리)**

**(주)오천경매 투자연구소**

경매에 관한 모든상담!

**경매투자**

- 실전경매 배우면서 수익 내실 분
- 배우면서 투자가능 / 최비 330만원
- 유치권등 특수물건만 투자
- 투자자 모심 / 법적보장

(주)오천경매 H.010-3605-5000

**입찰대리**

- 확실하게 입찰 대리 합니다
- 처음부터 끝까지 함께 합니다.
- 매수 입찰대리 범원인가

오천경매 H.010-4667-9300

**대인동삼일부동산**

좋은 자리에 상가 건물을 싸게 사실분

상가 전문소개업체인 저희 부동산으로 오십시오.

광주시내 전지역 상가중 점포가 잘 형성되어 월세가 다른지역보다 더 많이 나오고 앞으로 더욱 좋아질 비전있는 곳으로 1층 점포가 4~5칸 정도에 점포가 여러칸인 상가를 대표적인것만 골라 물건을 많이 확보하고 있어 일일이 광고하지 못합니다.

사장님께서 중요한 결정을 내리실 때에는 상기전문 소개업체인광주에서 오랜전통 있는 저희 부동산에 꼭 한번 방문 하시면 책임지고 최선을 다하겠습니다.

☎ (FAX)223-1772 현 011-602-2532 (광주은행 신본점앞, 대인동 소방서건너편)

**매매교환 전문 빌딩, 모텔, 상가 건물**

10억이상~100억이상 건물을 급히 구합니다.

각 지역의 골프장 및 음식점을 급매대로 찾습니다.

**매수 매도 대기중**

30년 부동산 중개 비법의 노하우로 여러분의 소중한 재산을 높은 수익이 되도록 최선을 다하겠습니다.

지금 계속된 상담받고 있습니다.

**최기철공인중개사**  
광주시 광산구 수완동 965-201호  
062)956-6660  
010-2139-6255  
FAX. 956-6608

**최기철 공인중개사 사무소**

광주, 전라남북도 일원의 부지가 치가 높고 보장된 물건을 다량 확보하고 있으며, 어렵고 복잡한 물건(경매,공매)들을 안정되고 확실하게 고객님의 취향껏 정리해 드릴수 있는 비법이 있습니다.

30년 이상 부동산 중개 비법의 노하우를 가진 본 업체는 고객님의 고통을 이용해서 수수료나 몇 푼 챙기기에 급급한 무책임한 중개는 절대 하지 않습니다.

한번 고객은 평생고객이 되는 사명을 가지고 있습니다.

전국 전지역의 사무나, 모텔, 오피스텔, 빌딩, 상가, 대지 등 고객님의 소중한 부동산으로 인해 가슴앓이를 하고 계신다면 지금 조용히 상담해 주십시오. 소중한 재산 믿고 맡겨만 주시면 신속하고 정확하게 분석하여 최고의 수익을 창출해 낼 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

**상가 및 사무나 (매매)**

지역 Ⅱ 북구 삼각동 (사무나 현 성안동) 면적 Ⅱ 대지 900평, 건물 : 2500평  
지역 Ⅱ 첨단지구 월계동 (무인텔 골매) 면적 Ⅱ 대지 : 338평, 건물 : 440평 객실 : 22실  
지역 Ⅱ 광천터미널 부근 모달하우스(사무기) 면적 Ⅱ 대지 : 91000평, 건물 : 2803평  
지역 Ⅱ 봉선동 대지 314평 매매  
지역 Ⅱ 수완지구 롯데메이트부근 빌딩상가 매매 및 분양중

**최상의 전월주택 부지 적합**

지역 Ⅱ 담양 1만평~2만평이상 5만평~10만평  
지역 Ⅱ 정성 1만평~5만평 (각 타지역의 토지 또한 대량 보유하고 있음)

956-6660-010-2139-6255