

光州日報·전남대병원 공동주최
헤마가 있는 시민건강강좌 <109>
요통

5분만 걸어도 다리 당기면 협착증 의심

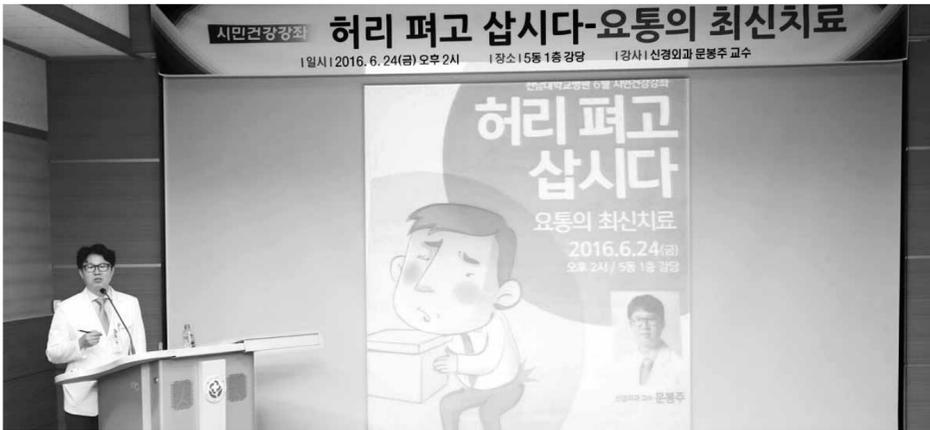
20~30대 이후 척추디스크 퇴행
 요통 원인 다양...정확 진단 필요
 레이저 시술, 통증 완화 지속 효과

요통의 원인은 매우 다양하다. 단순한 근육통부터 디스크, 협착증, 골다공증성 압박골절, 후관절 증후군, 천장관절 증후군, 척추 수술후 통증, 후만변형(앞으로 숙여짐), 척추 측만증(옆으로 휜) 등 여러 원인이 있다.

◇디스크와 협착증=요통의 가장 흔한 원인은 디스크 즉, '추간판 탈출증'이다. 원래 디스크는 척추 몸통 사이에서 완충 역할을 한다. 하지만 디스크가 변성이 되면 가장자리를 둘러싸고 있는 섬유유착이 약해지고 균열이 생겨 디스크 안의 수핵이 섬유유착을 뚫고 나오거나 섬유유착과 같이 돌출되어 나오게 된다. 이때, 디스크에 염증이 생겨 요통이 발생하며, 또한 돌출된 디스크가 신경을 압박하게 되면 요통과 함께 다리 통증이 심해진다.

두 번째로 흔한 것은 신경관(통로)이 좁아지는 협착증이다. 척추디스크는 보통 20~30세 이후에 퇴행성 변화가 시작되는데, 이때 디스크를 둘러싸고 있는 섬유유착도 퇴행성 변화를 일으켜서 뼈에 부착된 곳이 갈라지고 이로 인해 이차적으로 뼈가 자라서 신경관이 좁아지게 된다. 따라서 신경관이 좁아지면 신경이 압박돼 통증을 일으킨다. 또한 척추가 전방 또는 후방으로 전위돼 신경관이 좁아져서 신경을 직접 압박하기도 한다.

이와 같은 척추의 퇴행성 변화는 연령증가에 따른 자연적인 변화로서 60세 이상이 되면 목에서는 약 60%, 허리에서는 약 90% 정도에서 X-선 촬영을 시행하면 나타나지만, 별다른 증상이 없는 경우가 많으므로 증상이 있는 경우에만 치료를 하게



문봉주 신경외과 교수가 최신 요통 치료법에 대해 설명하고 있다.

<전남대병원 제공>

된다.
 ◇원인과 치료=요통의 원인을 찾기 위해서는 MRI(자기공명영상)가 필요하다. MRI에서 돌출 또는 파열된 디스크의 정도, 협착증의 정도에 따라 치료 방향이 결정된다.

디스크의 돌출된 정도가 심하지 않고, 다리로 내려가는 신경을 압박하지 않는다면, 1~2개월 가량 약물치료나 물리치료 및 견인치료 등으로 80% 정도가 호전된다. 20%는 만성으로 진행하게 돼 지속적으로 요통을 일으키게 되며, 이런 경우에는 보존적 치료 외에 좀더 적극적인 치료가 필요하다.

협착증은 걷거나 서있을 때 다리가 당기고 쥐어짜는 듯한 통증이 나타나게 되는데, 이 통증의 정도에 따라서 치료방향이 달라진다. 5~10분 정도 걷거나 서있을 때 위의 증상이 나타나게 되면 협착증의 정도가 심한 상태이므로 빨리 치료를 받아야 한다.

요통의 치료증 가장 많이 하고 있는 것은 신경차단술, 경막 외 스테로이드 주사, 꼬리뼈 주사이다. 이는 전통적으로 많이 시행돼 왔으며, 급성시기에는 통증이 금방 사라지는 탁월한 효과를 보이는 경우도 있다.

◇최신 치료=최신치료로는 신경성형술, 꼬리뼈 내시경을 이용하는 레이저 시술, 신경공(염구리)를 통한 레이저 섬유유착성형술, 신경공 풍선확장술 등이 있다.

신경성형술은 꼬리뼈를 통해 가느다란 카테터(관)가 들어가서 신경과 디스크의 유착을 떨어뜨려 주고, 약물을 신경과 디스크에 직접 주입하는 시술이다. 디스크나 협착증이 심하지 않은 환자들에게 급성 통증을 금방 없애주는 장점이 있다. 단점은 심한 디스크 돌출이나 협착증 환자에 있어서는 통증 완화 효과가 오래 가지 않고 재발할 수 있다는 것이다.

꼬리뼈 내시경을 이용하는 레이저 시술은 신경성형술의 이러한 단점을 좀더 극복하기 위하여 디스크와 신경의 유착을 레이저를 사용해 지저주고, 돌출된 디스크를 지저서 디스크 자체를 쪼그라들게 해 신경압박을 풀어주는 좀 더 수술에 가까운 역할을 갖는다.

또한, 최신으로 개발되어 사용되고 있는 신경공(염구리)를 통한 레이저 섬유유착성형술은 섬유유착이 퇴행성 변화로 인해 갈라진 부분을 레이저로 지저서 매워 주고, 통증을 유발하는 새로 자란 신경을 태워줘서 요통을 없애주는 시술이다.

신경공 풍선확장술은 신경성형술의 제한적인 신경공 확장을 풍선을 이용해 좀 더 물리적으로 확장 시켜주는 시술로써, 신경공 협착이 있는 환자에서 효과적이다. 이러한, 최신 치료는 각각의 장단점을 보완해 개발된 것으로 요통에 대한 정확한 진단이 우선돼 사용해야 한다. 척추전문 의의 상의해 어떤 치료가 최선의 치료인지 충분히 검토된 뒤 시행되어야 한다.

척추전문 의의 상의해 어떤 치료가 최선의 치료인지 충분히 검토된 뒤 시행되어야 한다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr



조선대병원, 찾아가는 어르신 의료 봉사

장흥군민 300명 검진

조선대병원(병원장 이상훈)은 (세능촌) 사랑법국민운동본부와 함께 최근 장흥군 관산을 정남진다목적회관에서 지역을 위한 업무협약을 체결했으며, 박람회사를 주민들의 큰 호응 속에 성황리에 마쳤다.

이번 의료봉사는 도시민에 비해 상대적으로 의료혜택을 받지 못하는 의료취약지역인 농어촌 지역민들을 대상으로 지역사회 나눔봉사를 실천하고자 마련됐다.

정남진다목적회관에 마련한 진료공간에는 정형외과, 내과, 피부과, 안과, 마취

통증의학과 등 의료진을 포함한 총 21명의 의료봉사단이 참여해 주민들에게 분야별 맞춤형 의료서비스를 제공했다.

한편, 조선대병원은 지난 3월 장흥군 관산을 정남진다목적회관에서 지역을 위한 업무협약을 체결했으며, 박람회 기간 동안 체험부스를 설치하여 진료 체험관을 운영할 계획이다.

장흥국제통합의학박람회(현대의학·한의학·검증된 보완 대체의학)을 융합한 원스톱 통합의료서비스를 선보이는 전시회로 오는 9월 29일부터 10월 31일까지 33일간 장흥군 안양면 일원에서 열린다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

전남대병원, 경영평가 우수등급

재무구조 개선·환자 안전관리 결실

전남대병원(병원장 윤택립)이 교육부의 기타공공기관 경영평가에서 국립대병원 중 가장 높은 우수등급을 받았다.

교육부는 최근 전국 13개 국립대병원을 포함한 기타공공기관 18곳을 대상으로 경영평가를 실시한 결과 전남대병원이 우수등급인 A등급을 획득했다고 밝혔다.

이번 평가에서 A등급을 받은 곳은 국립대병원 중 전남대병원과 서울대병원 2곳이다.

경영평가는 서면평가와 현장실사를 통해 기관장리더십·책임경영·재무예산관리·보수 및 복리후생·노사관리·교육·연구·사업 등 비계량 분야와 고객만족도·정부공공정책 이행실적 등 계량분야로 나누어 실시됐다.

전남대병원의 우수등급 평가는 재무구조 개선을 위한 각 분야별 TF팀 운영과 의료 질 향상 및 환자안전관리 강화 등의 지속적인 노력이 결실을 맺

은 것으로 분석하고 있다.

또한 '적시에 최상의 진료(Best On Time)', '신속한 반응(Speedy Response)'의 슬로건을 내걸고 환자를 최우선으로 배려하는 전국 최고수준의 환자중심병원으로의 도약을 한 것으로 보인다.

전남대병원은 올해 기획재정부의 고객만족도조사 최우수 등급, 국민권익위원회의 병원 청렴도 조사 지방국립대병원 중 1위, 보건복지부 공공보건 의료사업 국립대병원 1위 등 정부의 각종 평가에서 우수기관으로 선정됐다.

윤택립 병원장은 "이번 평가결과는 국립대병원이자 지역거점병원으로서 맡은 바 업무에 충실한 노력의 결과"라며 "앞으로도 환자들의 만족도가 높고, 건전한 경영을 펼치는 환자중심 병원으로 거듭나기 위해 주력하겠다"고 밝혔다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

(사)자평, 광주 소방공무원 임플란트 무료시술

사단법인 자평(이사장 김수관, 조선대학교 대학 교수)은 최근 광주·전남 소방공무원에게 임플란트 무료시술을 진행했다. 이번 시술은 소방 행정 발전 유공 소방공무원을 격려하기 위한 것으로 지난 2012년부터 매년 1~2명에게 시술을 하고 있

다. 올해 시술 대상자는 광주 북부소방서에 근무하면서 근면성실하고 항상 선후배들에게 모범을 보인 소방공무원을 광주시 소방안전본부로부터 추천받아 결정했다. 김수관 이사장은 "목숨을 잃을 수도 있



김수관 교수

는 각종 재난·재해현장에서 시민의 생명과 재산 보호에 불철주야 고생하고 있는 소방관의 활약상에 감명을 받아 5년째 임플란트 무료 시술을 하고 있다"고 밝혔다.

한편 김수관 이사장은 지난 20여년간 빈

곤가정과 조손가정 아동에게 자신의 아호를 탄 '자평 장학금'을 지원, 가정형편이 어려운 학생들이 학업의 뜻을 펼칠 수 있도록 돕고 있으며, 자평배 테니스대회(7년간) 등 다양한 문화·체육행사를 개최해 오고 있다. 또 김 교수는 재직 10주년 시 모교인 조선대에 자평(자평) 김수관 장학기금 2억 여 만원을 기부하기도 했다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr



지오옥션 부동산 중개법인 (주)

일반 부동산 매매, 임대 / 전 지역 신속 책임 중개 / 경,공매 NPL 컨설팅
 20년경력 조여사 010 - 6211 - 4585 (동구 지산동434-2, 1층)

경매 추천물건

- ★ 광주 광산구 하남동 하남대로변 7층중 4층 상가317㎡ 감정이 7억8천 최저가 4억3천6백(56%)투자적합
- ★ 전라남도 나주시 오랑동 가이능공단지내 공장대지 3,587㎡ 건물 1,097㎡ 감정이 9억 최저가 9억 신축병동 참고 사무실
- ★ 담양 무정면 봉안리 공장대지 6,552㎡ 건물 2,473㎡ 감정이 13억9천3백 최저가 7억8천만원
- ★ 광주 광산구 신가동병원 대지 2,756㎡ 건물 3,606㎡ 감정이 46억9천 최저가 46억9천만원
- ★ 전남 장성군 삼서면 대곡리 요양병원 11,546㎡ 건물 5,733㎡ 감정이 48억8천6백 최저가 21억9천
- ★ 함평 해보면 용산리 공장대지 3,306㎡ 건물 1,977㎡ 감정이 26억1천1백 최저가 14억6천2백
- ★ 전남 강진군 성전면 가덕리 공장대지 3,661㎡ 건물 1,644㎡ 감정이 17억3천6백 최저가 5억6천9백(33%) 13번국도변
- ★ 광주 북구 연제동3층 상가대지 279㎡ 건물513㎡ 감정이 5억1천8백 최저가 3억6천2백 아파트단지앞
- ★ 광주 동구 금남로5가 대로변 산업은행인근 3층상가 대지 566㎡ 건물 827㎡ 광고효과최상 감정이 21억3천2백 최저가 21억3천2백

수익형 추천 물건

- ★ 광주 북구 유등동 대로변6층 상가대지 525㎡ 은행, 사우나등 고수익 매매 55억원
- ★ 광주 북구 유등 무인텔 대지1,010㎡ 건물1,610㎡ 객실20개 월 5천만원 매매 20억원
- ★ 광주서구화정동 6층모텔 유등대지416㎡ 건물2,000㎡ 터미널뒤면 객실20개 상가4개 고수익을 보증금 2억5천 월 1천4백 매매 27억(용13억포함)
- ★ 광주 소촌동 대형상가 대지 2,146㎡ 주차장빌딩 포함 대형마트, 사우나등 고수익상가 매매 상담결정
- ★ 광주 동구 지산동 대지298㎡ 건물1,088㎡ 원룸18개 투룸6개 쓰리룸6개 (용4억5천포함) 대로변 버스정류장옆 매매 13억5천
- ★ 광주 수원동 경찰지구대 인근 아파트상권 4층상가 준주거지역 대지 475㎡ 월 8백만원 매매가 17억
- ★ 목포시 연산동 롯데슈퍼 인근 대로변 버스정류장 신축 3층건물 대지 1,461㎡ 광고효과 최상 매매 35억
- ★ 광주 서구 풍암동 대형마트 대지 2,961㎡ 1층 마트, 2층 의원, 3층 학원 대형주차장 매매가 상담결정
- ★ 광주 산수동 대로변 4층건물 대지 596㎡ 건물 948㎡ 주택 86㎡포함 매매 12억5천만원

투자 추천 물건

- ★ 광주 남구 주월동 단층상가 대지 675㎡ 남구청옆 일반상업지구 투자적합 고층건물 건축가능 매매 24억원
- ★ 주월동 EG더원아파트 인근 대지661㎡ 현식당운영중 투자적합 대형판매장 상가건축적합 매매 13억원
- ★ 제주도 서귀포시 강정마을펜션 빌라부지적합 4,000㎡ 주택28세대 가능 수익형 28억선 교환원함
- ★ 전남 함평군 대동면 금곡리 대규모펜션카페 대지15,668㎡ 건물900㎡ 수익성미려가치우수 매매가상담후결정
- ★ 광주 서구 풍암동 상업지구 대지510㎡ 건물3,245㎡ 지상9층 병원빌딩 용 30억 보증금 2억7천 월 3천2백만원 매매48억(요양병원허가취득)
- ★ 전남 장성군 장성읍 행복한옥마을 대지 666㎡ 강변조망 무상보증금 3천만원 용자 4천만원 매매 1억3천7백만원 조정가능 프리미엄없음
- ★ 광주 남구 주월동 남구청인근 고수익 4층상가, 오피스텔 대지 366㎡ 건물 947㎡ 지하, 1층상가 사무실, 2~4층 오피스텔 매매 13억5천
- ★ 전남 영암군 월출산 조망 5층 모텔 대지 1,181㎡ 건물850㎡ 대로변 내외부깨끗 매매 4억(용 3억) 투자적합 직영추천
- ★ 광주 북구 태평동 광주북초교인근 토지 11,052㎡ 도로점 투자가치 최적매매12억

상가, 주택, 토지, 임야 매매하실분 전속중개 접수 상담환영 공인중개사 강천구 010 - 6838 - 6008