

光州日報·전남대병원 공동주최

테마가 있는 시민건강강좌 <118>

척추 전문의가 환자에게 꼭 해주고 싶은 이야기

김성규 전남대병원 정형외과 교수

- 아시아-태평양 정형외과 학회 회원
- 아시아-태평양 척추외과학회 회원
- 족부 및 외상, 견관절 및 수부 전문의



# 초기 발견 보존 치료하면 수술 없이 완쾌

소염진통·혈류 개선 약물 치료  
척추 안정 습관 병행해야 효과  
만성 질환자 수술 치료에 한계

나이가 들면서 몸의 이상이 하나 둘씩 나타나기 시작하는데, 대부분이 퇴행성 질환에 해당하며 그중 정형외과적 질환이 상당 부분을 차지한다. 그 가운데서도 퇴행성 척추 질환으로 고통받는 환자들이 매우 많다. 척추질환은 원인 및 부위, 증상의 기간과 영상 검사 결과 등에 따라 치료법이 각기 다르기 때문에 각각의 질환을 정확히 알고 대처할 필요가 있다.

질환 초기에 진단될 경우 대부분 약물 요법, 물리치료, 운동 요법, 주사 요법 등 보존적 치료를 시행하게 되고 일찍 진단될수록 질환의 치료 성공률도 높다. 하지만, 보존적 치료에도 효과가 없거나 이미 증상이 심해 일상 생활에 상당한 장애를 동반할 경우 수술적 치료까지도 고려해야 한다.

대부분의 척추 질환은 초기에 치료한다면 보존적 치료로 충분히 회복할 수 있기 때문에 통증을 견디지 말고 조기 진료 및 치료를 통해 수술을 피하는 것이 현명하다.

◇질환 원인에 따른 치료=외래에서 진료를 하다가보면 항상 듣게 되는 질문 몇 가지가 있다. “약을 먹으면 수술하지 않지도 병이 낫습니까?”, “이 약은 진통제인가요, 치료제인가요?”, “약을 오래 먹으면 안 좋던데, 언제까지 먹어야 합니까?”, “약을 먹다가 끊으면 통증이 재발하지 않나요?” 등이 대표적 질문이다.

간단하게 설명하면 대부분의 척추 질환은 척추 관절 및 협착이 있는 부위에 염증이 생기고, 신경 주변 혈류 감소로 통증이 유발되기 때문에 염증을 줄여주는 소염진통제와 신경 주변의 혈류를 개선하는 약물을 통해 통증을 완화하게 된다. 진통 효과도 함께 있으므로 환자는 약물 복용시 단기간에 증상이 호전된 느낌을 받을 수 있으며, 비교적 질환 초기에 진단 및 비수술적 치료를 시작한다면 얼마든지 정상적인 상태로 복이나 허리의 통증 상태를 되돌릴 수 있다.

하지만, 구조적인 변형이 진행됐을 때, 질환의 원인에 따라 약물로 해결되지 않고 수술적 치료를 통해서만 치료 효과를 기대해 볼 수 있는 경우도 있다. 수술적 치료는



김성규 정형외과 교수가 척추 질환의 원인과 치료법에 대해 설명하고 있다.

<전남대병원 제공>

질환을 확실하고 빠르게 해결할 수 있는 장점이 있지만 비용이 비교적 많이 들고, 만성 질환자가 받기에는 한계가 있다. 그에 비해 비수술적 치료(약물 치료)는 수술적 치료에 비해 부담은 적지만 치료 효과가 환자 개인별로 차이가 크며 장기적으로 관리해야 하는 번거로움이 있다.

◇약물 치료=일단 약물 치료를 시작하게 되면 이미 진행된 구조적 변형은 되돌릴 수 없더라도 질환의 진행을 늦추고, 통증을 줄여줘 일상 생활을 하는데 큰 도움이 된다. 하지만, 척추 질환은 약물 치료 및 기타 보존적 치료로 해결할 수 없을 정도가 되었을 때 수술적 치료를 해야 한다.

약물 치료를 시행할 때 몇 가지 주의점이 있다. 어떤 약물이든 부작용이 없는 약물은 없으며, 척추 질환에서 쓰이는 약물도 마찬가지다.

비수술적 치료 가운데 약물 치료 못지 않게 중요한 것이 약물 복용 중이나 복용

후 생활 습관의 교정이다. 대부분의 척추 질환은 퇴행성 변화와 관련돼 있기 때문에 일상 생활에서 척추에 무리가 가는 습관, 행동을 교정함으로써 퇴행성 변화를 늦추는데 상당한 효과를 볼 수 있다.

약물 복용과 병행해서 시행해야 하며, 증상이 좋아진 후에도 지속적으로 관리하는 것이 중요하다.

다음은 골다공증 약물 복용에 대한 내용이다. 골다공증 자체는 환자에게 통증이나 불편감 등의 증상을 일으키지는 않는다. 골다공증이 중요한 이유는 약한 충격에도 골절이 쉽게 발생할 수 있다는 점, 나이가 들면 자연적으로 척추 뼈의 골밀도가 감소하고, 특히 여성은 폐경 이후 여성 호르몬 감소에 의한 골밀도의 감소가 좀 더 빠른 편이다.

당뇨병 환자들이 적절한 혈당 수치를 유지하기 위해 당뇨약을 꾸준히 복용하다, 골다공증 진단을 받게 되면 일정 기간 지

속적인 골다공증 약물 복용을 통해 골밀도가 일정 수준 이하로 감소하지 않도록 해주는 것이 중요하다. 골다공증 약물 복용의 의의는 여기에 있으며 임의로 복용을 중단하게 되면 골다공증성 골절의 위험이 증가하기 때문에 의사의 권고에 따라 꾸준한 복용이 필요하다.

어느 질환이든 마찬가지로, 호미로 막을 것을 가래로 막는다고 한다. 통증을 참다가 질환이 상당히 진행한 후에 병원에 오는 분들을 보게 되면 가능한 치료 방법의 선택이 많지 않아 안타까운 경우가 많다. 척추 질환은 초기에, 증상이 발생했을 때, 말이지 않고 진료를 받는 것이 무엇보다 중요하다. 예전에 어르신들이 늘 말씀하시던 참는 자에게 복이 있다든지, 참는 것이 미덕인 시대는 지났다. 몸이 평소와 다른 점을 느낀다면 적극적으로 본인의 몸을 방어해야 한다.

/박진표기자 lucky@kwangju.co.kr

## 의료칼럼

### 대형병원과 중소병원의 역할 분담



김종선  
첨단우리병원 원장

대형 병원에 진료하는 환자들 중 몇 퍼센트가 중소 병원에서 치료 가능할까? 또한 중소 병원에서 치료 받는 환자들 중 몇 퍼센트가 얼마가 의원급에서 진료 가능한 질환일까? 환자들이 큰 병원으로 몰릴수록 의료비가 상승할 수밖에 없다. 검사비도 상대적으로 비싸고, 시간적으로도 낭비가 심하다.

필자는 전남대 의과대학을 졸업하고, 전남대병원에서 수련을 받았다. 그 당시에는 학동전대병원만 있었다. 전남대 병원은 전국에서 몇 개 안되는 대학병원이고 최고의 기술을 가진 병원이었다. 그래서인지 환자가 너무 많았다. 정말 이렇게 아픈 사람이 많다는 것을 몸과 마음으로 느꼈고, 봉사 정신이 없어서는 버틸 수가 없을 정도로 환자가 많았다. 응급실 당직 때 보면 응급실 바닥에 매트리스 깔고 누워있는 환자도 많았다. 다른 중소 병원에서 이 환자를 모시고 가서, 치료를 해줬으면 좋겠다고 생각했지만 그 당시에는 전남대병원이 아니면 치료할 수 없는 환자들이 많았다.

그러나 지금은 의료 상황이 많이 바뀌었다.

중소병원들이 광주·전남 곳곳에 생겼으며, 의료진들의 실력도 많이 좋아졌다. 과거에는 수술기법을 미국이나 유럽의 우수한 병원에 가서 배워야 했다. 하지만 지금은 유튜브만 봐도 수술 동영상들이 가득하고, 수많은 국내외 학회에서 수준 높은 연수를 계속 받을 수 있다. 과거에는 의사 나름의 특효약이 있는 것 같았지만, 의약분업으로 지금은 어느 교수가 어떤 약을 쓰는지 컴퓨터로 너무나 쉽게 알 수 있다.

최근 난치성 질환은 중소병원에서 보기도 드물고, 치료 경험이 없어서 치료를 하기 힘들다. 하지만 기본적이고 흔한 질환의 진료나 수술 후 추적 검사, 재활 치료는 중소 병원, 전문 병원에서 충분히 치료 가능하고 편리하게 진료받을 수 있다. 대형 병원이 해야 할 일은 전문적인 진료와 연구다. 난치성 환자들을 치료하기 위해 연구를 해야 하고, 더 좋은 치료 방법을 만들기 위해 노력을 해야 우리나라의 의료 발전 및 세계 인류 건강에 도움이 되기 때문이다.

대형 병원에서 바로 치료가 들어가야 할 중환자나 비교적 간단한 환자 때문에 진료가 늦어지고, 그 사이에 불필요한 치료비가 들어가는 것도 문제이다.

전남대병원의 경우 현재 산하에 3개(학동, 화순, 빛고을)병원이 있다. 지금도 부족한 환자로 의사와 직원들 모두 바쁜 것을 보면서 과거보다 좋아지긴 했지만 여전히 변하지 않았다는 생각을 했다. 서울 대형병원에 환자를 보내기 위해 전차로 예약을 하거나 한 달이후 예약이 되기도 한다. 대형병원들이 백화점같이 화려하게 병원을 꾸미고, 호텔처럼 안내 직원들이 황송하게 접대하는 것을 볼 때는 개업 의사로 약간의 거부감이 들기도 한다.

중소 병원에서 치료해도 될 환자가 무조건 대형병원을 찾는 건 아닌 것 같다.

의료전달체계 확립이 필요하다. 여기다, 몰려드는 환자로 대형 병원은 저수위에서도 수익을 내겠지만, 중소 병원들은 적정수의 환자만 봐도 수술 동영상들이 가득하고, 수많은 국내외 학회에서 수준 높은 연수를 계속 받을 수 있다. 과거에는 의사 나름의 특효약이 있는 것 같았지만, 의약분업으로 지금은 어느 교수가 어떤 약을 쓰는지 컴퓨터로 너무나 쉽게 알 수 있다.

대형병원은 환자를 많이 보는 곳이지만 난치성 질환을 치료하는 곳이 되어야 한다고 생각한다. 환자 한 명을 진료하는데 10분 이상을 투자하고 차분히 문진 및 신체검사를 해야 정확한 진단도 내릴 수 있다. 그런 분위기 속에서 의대 학생들, 인턴, 레지던트도 제대로 된 교육을 받을 수 있는 것이다. 대형병원에서 환자 빨리 보는 것만 배우니, 개인해서도 환자를 차분히 보는 게 어색할 정도이다.

효율적인 의료전달체계 확립을 위해 대형 병원이 불필요한 진료를 하는지 확인이 필요하며, 심평원 등에서의 관리가 필요하다.

# 싸고 좋은 모텔, 회사 사정상 매매 합니다. **주인직매 H. 010 - 3605 - 5000** 네이버에서 보실 수 있습니다.

- 전남 구례군 산동면 관산리 732-1번지  
지리산 온천지구내, 송원리조트 바로 앞
- 대지 573평 건물 685평, 지하1층, 지상 4층, 객실 58개
- 1층 - 식당 /세미나실/노래방/객실, 2~4층 - 객실
- 전체 리모델링, 7월3일 오픈예정
- 연수원, 수련원, 요양원 등 기타시설 이용가능  
케이블카 운영시 대박!
- 시세/감정가 - 17억  
매매 - 15억 5천만원 (조정가능)
- 융자 8-10억 가능

**산수유/벚꽃축제, 전지훈련, 여름휴가, 등산객 등  
성수기철(4개월)영업으로 순수익 3억 가능!**

