퇴행·외상·과사용 등 원인 다양… 어깨 통증 고려해 치료

건강 바로 알기
어깨 회전근개 치료

안 기 용
광주기독병원 정형외과 진료과장

어깨관절 지탱·움직이게 하는 근육
약물·물리치료·수술 등 치료법 다양

어깨 관절은 우리 몸의 여러 관절 중에서도 가동 범위가 제일 많은 관절이다. 이처럼 삶의 모든 활동에 주로 사용되는 중요한 관절이다. 이런 중요한 어깨 관절을 지탱하고 움직이게 하는 것이 바로 회전근개라고 불리는 어깨의 근육이다. 회전근개의 질환은 어깨 통증의 주된 원인이다.

어깨의 회전근개는 견갑하근,극상근,극하근,소원근 등 네가지 근육으로 이뤄져 있다.

회전근개는 상지의 움직임에 있어 상완골두를 견갑골 관절와에 고정시켜주는 역할과 팔을 안으로 혹은 바깥으로 돌리는 회전 기능을 하기에 회전근개라고 한다. 그리고 각각의 위치에 따라 견갑하근은 상완골을 내전 및 내회전을, 극상근은 상완골이 외전시 시작에 영향을 주며, 극하근과 소원근은 상완골을 외회전을 시행하는데 도움을 주게 된다.

◇회전근개 질환이란?=회전근개의 힘줄이 퇴행성 변화나 외상 혹은 염증에 의해 파열이 발생하는 것을 회전근개 질환이라고 하며, 부분 파열부터 전층 파열로 작은 파열에서 큰 파열로 진행 되는 양상을 보인다.

회전근개 파열은 여러가지 원인이 있고 회전근 힘줄의 퇴행성 변화나 혈액 공급의 장애와 어깨 위쪽의 뼈인 견봉과상완골 사이의 간격이 줄어들어 생기는 충돌이나 외상, 과사용 등이 원인으로 생각된다.

회전근개 질환의 주요 증상은 통증이다. 파열되는 정도나 염증의 정도에 따라 통증의 양상이 차이가 있으나 주로 어깨 관절의 앞쪽과 옆쪽에서 삼각근의 부착 부위까지 내려오는 경우가 많다. 팔을 들어올리려고 하거나 팔을 쭉 뻗어 올릴 때 통증이 심해지며 야간에 특히 통증이 심하다. 하지만 병의 진행 정도와 증상은 비례하지 않는 경우도 많아서 점액낭염이나 경미한 부분 파열의 경우에도 심한 통증을 보이기도 하며, 오히려 전층 파열에서는 통증이 없는 경우도 있어 통증의 정도만으로 파열의 정도를 평가하기는 어렵다.

◇진단과 치료=진단은 문진과 시진을 통해 환자를 진찰하며, 신체 검사로 어깨 관절의 움직임과 근력 등을 평가하고 방사선 사진으로 어깨 관절의 관절염 여부를 확인한다. 회전근개는 연부조직인 근육으로 방사선 사진이나 컴퓨터 단층 촬영(CT) 보다는 초음파나 자기 공명 검사(MRI)등이 좀더 자세한 근육의 모양이나 파열의 정도를 확인할 수 있다. 특히, 자기 공명 검사는 파열의 크기, 정도, 파열된 건의 위축 정도와 지방 변성 정도 등을 확인할 수 있어 치료 방법을 계획하고 수술법을 선택하는데 도움이 된다.

치료는 환자의 나이, 직업, 기능의 요구도, 파열의 크기, 통증의 정도 등을 고려해 치료 방침을 정한다. 부분 파열이거나 소파열의 경우 비수술적 치료를 먼저 시행한다. 전층 파열이나 대파열의 경우 수술적 치료를 고려한다. 급성의 외상성 파열이나 환자의 활동성이 높고 젊은 환자의 경우, 근력 약화가 주로 발생한 경우에서도 수술적 치료를 고려할 수 있다.

비수술적 치료의 경우 약물 또는 주사를 이용한 통증 치료, 운동 및 어깨 주위 근육의 스트레칭을 이용한 관절 운동, 근력 강화 운동 등을 통한 물리 치료 등을 시행하기도 하며, 75세 이상의 고령이나 환자의 활동성이 높지 않은 경우 주로 고려할 수 있다.

광주기독병원 정형외과 안기용 진료과장이 통증 때문에 팔을 들어 올리는 데 불편을 겪는 환자를 진료하고 있다.

수술적 치료는 파열된 힘줄을 봉합하고 주위 통증의 원인이 되는 염증 조직 등을 제거하고 충돌을 일으킬 만한 견봉이나, 오구 돌기 등 주위 구조물들을 절제하는 수술을 시행한다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

광주현대병원, 유방암 전문병원 자리매김

수술 300례 달성…호남권 2차 종합병원 중 최다

윤정한(오른쪽) 원장은 최근 광주현대병원 8층 교육실에서 '취임 1주년 및 유방암수술 300례 이상 달성' 기념식을 진행했으며, 이날 최명숙 원장은 자신의 저서 '암을넘어 살림으로'의 판매 수익금 500만원을 유방암 환자를 위해 후원했다. /채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

광주현대병원이 지난 2022년 한해 유방암 수술 300례를 달성하며, 호남지역 최고의 '유방암 및 갑상선암' 전문병원으로 자리매김했다. 현대병원의 2022년 3월 이래 유방암 수술 300례 이상 달성은 호남권 2차 종합병원 중 최다 기록이며, 전국적으로도 사례를 찾기 어려운 이례적인 기록이다.

이같은 실적은 지난 1998년 6월 개원이후 유방·갑상선 검진 및 수술을 꾸준히 시행하면서 쌓인 의료진의 경험과 노하우가 뒷받침이 됐다. 특히 지난해에 국내 유방암 관련 최고 명의로 꼽히는 윤정한 전남대병원 내분비외과 교수를 유방·갑상선암 센터장으로 영입, 의료의 질을 한단계 업그레이드 시킨 것이 크게 작용했다.

또한 광주현대병원 유방·갑상선 센터는 내분비외과 전문의 7명의 의료진으로 구성, 호남권 최고의 유방암 및 갑상선암 의료센터를 구축했다. 이를 토대로 유방질환 환자 연인원 4만458명과 맘모톰 수술 1000명 이상을 치료하는 등 지역 여성 환자의 건강을 책임지고 있다.

윤정한 유방·갑상선센터장은 "의료인의 노력과 열정은 사람을 미소 짓게 하고, 가정의 건강과 평화를 가져온다. 항상 책임감을 가지고 유방암 환자들의 쾌유를 위해서 최선을 다하겠다"고 밝혔다. /채희종 기자 cae@kwangju.co.kr

전남대병원 정명호 교수, 일본순환기학회 심포지엄서 감사패

'급성 심근경색증 등록연구'

한국과 일본, 양국의 '급성 심근경색증 등록연구' 연구진이 일본 후쿠오카에서 공동 심포지엄을 개최했다. 이 자리에서 정명호 전남대병원 교수는 10여년 동안 일본 급성 심근경색증 등록연구에 기여한 공로를 인정받아 일본 연구진으로부터 감사패를 받았다.

지난 11일 일본 후쿠오카에서 개최된 '일본 순환기학회' 기간 중, 대한민국의 한국인 급성 심근경색증 등록 연구 (KAMIR:Korea Acute Myocardial Infarction Registry) 팀과 일본의 일본인 급성 심근경색증 등록연구(JAMIR:Japan Acute Myocardial Infarction Registry) 팀이 공동 심포지엄을 열었다.

이번 심포지엄은 일본 도호쿠 대학의 사토시 야수다 교수와 전남대병원 정명호(앞줄 가운데) 교수가 주최했고, 두 교수의 좌장 안영근(앞줄 오른쪽에서 세번째) 전남대병원장의 개회사와 '다혈관 질환을 동반한 심근경색증 환자의 적절한 치료법'에 대한 기조연설로 시작됐다. 이어 일본 오사카 국립순환기센터 노구치 교수의 'MRI 를 이용한 고위험 동맥경화반 진단', 국립순환기센터 혼다 교수와 중앙대병원 이상엽 교수의 'JAMIR-KAMIR 공동연구 진행 경과'에 대한 토의가 진행됐다. 마지막 특강에서는 KAMIR 연구의 총괄연구 책임자인 정명호 교수가 'KAMIR 연구의 18년 경험' 에 대해 소개하고, 동경 사카키바라 심장센터 수미요시 소장이 심포지엄을 마무리했다.

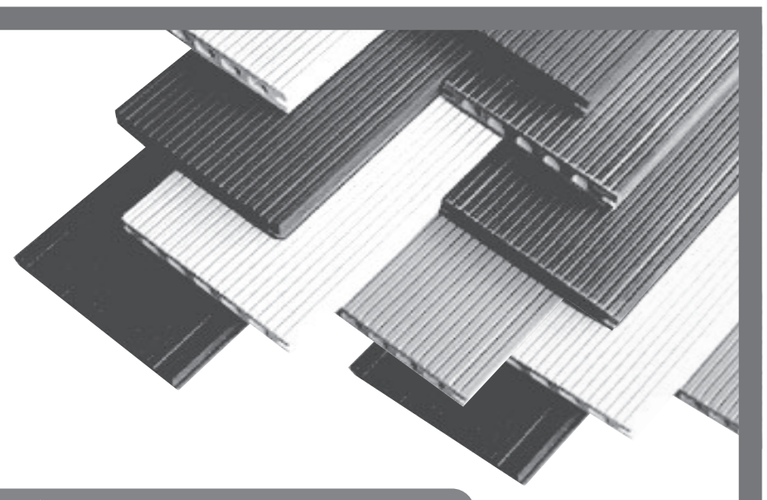
특히 이날 행사에서는 JAMIR(일본인 급성 심근경색증 등록연구) 팀이 지난 10년동안 JAMIR 연구팀을 도와준 KAMIR 연구 총괄책임자인 정명호 교수에게 감사패를 수여했다.

한국(KAMIR)과 일본(JAMIR)의 '급성 심근경색증 등록연구' 연구진이 공동으로 개최한 심포지엄에서 일본 연구진으로부터 감사패를 받은 정명호(가운데) 교수와 이 행사의 좌장을 맡은 안영근(맨 왼쪽) 전남대병원장 등이 기념촬영을 하고 있다. 〈전남대병원 제공〉

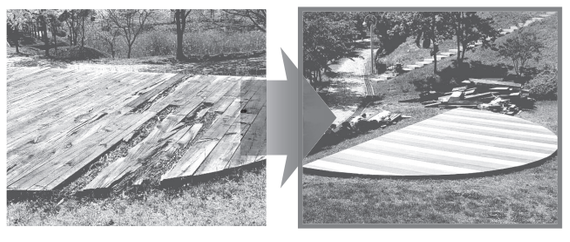
정명호 교수는 2005년부터 시작한 KAMIR 연구의 경험을 2013년 구마모토에서 개최됐던 일본심장학회에서 소개했고, 이어 일본은 JAMIR 연구진을 결성해 2014년 광주에서 열린 대한심장학회에서 'KAMIR-JAMIR Joint Symposium' 을 개최했다. 이후 지난 10 년동안 양국의 연구팀은 한국과 일본을 왕래하면서 공동심포지엄을 개최해 왔다. 더욱이 공동 연구를 통해 2021년에는 유럽심장학회지에 'KAMIR-DAPT Score'를 발표, 동양인 심근경색증 환자에서 항혈소판제의 사용법에 대해 공동연구를 추진한 바 있다. 이번 공동심포지엄에서도 KAMIR 및 JAMIR 자료에 대한 비교 공동연구를 추진, 동양인 심근경색증 환자를 위한 최적의 치료법을 모색했다.

KAMIR 연구는 2005년부터 시작해 현재까지 8만2000 여명의 환자를 등록했고, 402 편의 논문(SCI 367편)을 발표하는 등 세계 최고 수준의 연구 성과를 올리고 있다. 지난 10년간 일본 오사카 국립순환기 센터와 함께 한 공동연구는 향후에 광주 R&D 특구에 설립될 국립심뇌혈관센터의 연구에도 큰 도움이 될 것으로 기대된다.

/채희종 기자 cae@kwangju.co.kr

"데크의 세대교체!"
불에 타지 않고 물에 썩지 않는
논슬립 디자인데크
중소벤처기업부 성능인증
품질보증 Q-Mark

황매산 전망대

안성 죽산한마당

부여사비 창작지구
기존데크 → 고강도 디자인데크

습기의 의한 부식, 번거로운 유지관리
기존데크 철거 후 디자인데크 시공
국산 원재료사용으로 경제적이며
재활용이 가능한 친환경 데크!
프론티어벤처 KIBO ISO9001
휴먼이엔티주식회사
문의 전화 1644-6430
천안본사 및 공장 | 충청남도 천안시 서북구 망향로 903-6(오목리9)