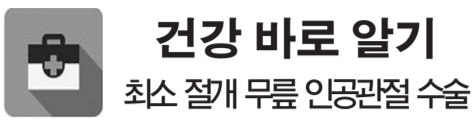


'최소절개 슬관절 전치환술' 후 체중관리·근력강화 필요



건강 바로 알기
최소 절개 무릎 인공관절 수술

정재훈

서울세계로병원 병원장

무릎의 관절 연골이 다 닳아지면 할 수 없이 인공관절을 수술을 해야한다. 인공관절 수술의 공식 명칭은 '슬관절 전치환술'이다.

무릎관절 전체를 인공관절로 바꾸어준다는 의미이다. 관절연골이 전부 마모되면 걸을 때 위 아래 뼈가 맞닿아 통증이 발생해 걷기 어려워지고, 염증이 생겨 일상생활이 어려워지므로, 금속과 폴리에틸렌이라는 물질로 만든 인공관절을 삽입해주는 수술이 인공관절수술이다.

심한 퇴행성관절염으로 걷기가 힘들었던 환자도 인공관절 수술을 하면, 드물게 발생하는 염증이 생기지 않는 한, 대개 며칠 내로 걸을 수 있고, 조금 지나면 일상생활에 지장이 없게 된다.

◇최소침습(절개) 수술=무릎 인공관절수술도 많이 발전해 최근에는 과거처럼 피부 절개를 길게 하지 않고, 검지 손가락 길이 만큼의 절개로 수술을 할 수 있다. 바로 '최소절개 슬관절 전치환술'이다.

무릎 위아래 뼈 보호하는 연골 손상 통증으로 걷기 힘들고 일상생활 불편

절개 최소화 수술로 조직 손상 줄여 수술 후 회복과정·합병증 예방 중요

'최소절개' 대신 '최소침습' 이라고도 하는 데, 절개를 작게 해서 주변 조직 손상을 줄인다는 뜻이다. 여자는 대개 7~8cm, 남자는 8~9cm의 피부 절개로, 수술하는 부위만 보이게 하면서 수술을 진행하므로 주변 조직을 덜 손상 시킨다.

주변 조직 손상을 최소화하는 것은 수술 후 회복과정이나 합병증 예방에 매우 중요하다. 적은 절개 부위에서 최절개 슬관절 전치환술의 여러 가지 장점이 나온다. 최소절개 슬관절 전치환술의 가장 큰 장점은 흉터가 작다는 것이다. 흉터는 기능상 영향을 미치지 않지만, 봉합된 장점이 된다. 7~8cm의 피부 절개로 수술한 여성 환자들의 경우 1~2년 지나면 상처가 수축된다.

◇최소침습(절개) 슬관절 전치환술의 장·단점=최소절개 슬관절 전치환술의 가장 큰 장점은 수술 후 치료 과정에서 더욱 편안하고 빠르게 회복되고, 합병증 가능성도 줄어든다는 것이다. 피부 절개를 작

게 해서 주변 근육이나 조직에 손상을 적게 주면서 수술을 하므로, 수술 후 염증 반응이나 부종도 적고, 통증도 적어 무릎 구부리는 운동이나 걷는 것도 대체로 빠르다.

다만 최소 절개법의 단점이라고 하면 전통적 방식보다 보이는 범위가 좁아지므로, 경험이 부족할 경우 수술이 힘들어진다 는 것인데, 경험이 쌓이면 서 점차 익숙해지면 전통적 방식과 다르지 않다.

◇수술 후 관리=무릎 인공관절 수술 후 관리는 기본적으로 크게 세 가지로 요약할 수 있다. 활동관리와 체중 관리, 근력 강화가 그것이다. 전체적으로 관절에 미치는 충격을 줄이고, 관절을 튼튼하게 지탱해 주기 위한 요소들이다. 활동관리는 활동을 적절하게 하도록 관리하는 것인데, 걷기는 일상생활에 필요할 정도만 하기를 권한다. 하체 근력을 강화한다고 걷기를 무리하게 하는 것은 권하지 않는다. 많은 환자들이 관절염 치료나 인공관절 후에 치료를 위해 많이 걸어야 한다고 알고 있는데, 걷는 거리를 적절히 조절하고, 근력 강화는 피트니스센터나 가정에서 별도의 운동으로 지속 관리하는 것이 좋다.

같은 걷기 운동이라 할 지라도 환자의 관절에 미치는 충격과 부담을 줄이기 위해서는 체중 조절이 필요하다. 체중 관리를 위해 많이 걷는 것보다는 이른바 '다이어트'가 더 중요하다. 칼로리를 많이 섭취



서울세계로병원 정재훈 병원장이 무릎 통증을 호소하는 환자를 진료하고 있다.

취하고 걷기 운동으로 칼로리를 소진시키려 한다면 관절에 무리를 주기 쉽다. 체중 조절을 위해서는 영양가 있는 식단으로 적게 섭취하고, 관절에 무리가 적게 가는 운동을 해야 한다. 대표적으로 수영이나 실내 자전거를 권장하고 있다.

튼튼한 근육도 매우 중요하다. 따라서 무릎 인공관절 수술 후에도 하체의 근육을 꾸준히 강화해야 한다. 허벅지뿐만 아니라 종아리, 발목, 둔부 근육

을 강화하면 결과적으로 무릎을 튼튼하게 하고, 인공관절에 가는 충격도 근육이 흡수해주어 도움이 된다. 한 번에 강하게 하기보다는 가볍게 꾸준히 하는 것이 좋다. 활동을 적절하게 조절하고, 체중을 가볍게 해서 무릎이 힘들지 않게 해주면서 튼튼한 근육으로 무릎을 잘 지탱해주면 인공관절 수술 후에도 일상생활에서 큰 지장을 느끼지 않을 수 있다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

조선대병원, 로봇수술 300례 돌파 빠른 성장세

로봇수술센터 개소 2년3개월만...정교하고 안정적 70%가 암수술

조선대병원 로봇수술센터가 개소 2년 3개월만에 로봇수술 300례를 돌파했다.

조선대병원(병원장 김진호) 로봇수술센터의 로봇수술 건수가 매년 빠른 성장세를 보일 뿐만 아니라 로봇수술의 대부분이 암 수술로 나타났다. 로봇수술 건수는 2022년(4월-12월) 61건, 2023년 140건, 2024년(1월-7월) 현재 99건으로 해마다 지속적으로 성장하고 있다.

로봇수술은 전체 수술의 70%가 암 수술이며, 진료과별로보면 외과가 158건으로 전체의 52.6%를 차지했으며, 이어 비뇨의학과 124건, 이비인후과 10건, 산부인과 8건 등의 순이었다.

로봇수술은 로봇 시스템의 기능과 기구를 통해 의사가 직접 집도하는 최소 침습 수술로 환자의 환부에 작은 구멍만 난 뒤 수술기구인 로봇 팔을 삽입한 후, 의사는 콘솔이라고 부르는 조종간에 앉아 원

격으로 로봇 팔을 조정하여 진행되는 수술 방법이다. 10배 확대된 고화질 3D 입체 영상으로 수술 시야를 확보하고 손 떨림 방지를 위한 보정 기능과 정교한 손 움직임 구현 등으로 더욱 안정적이고 정교한 수술이 가능하며, 피부 절개를 최소화하여 기존 수술에 비해 통증과 출혈이 적고 합병증 발생 위험이 낮아 환자의 빠른 회복과 향상된 치료 결과를 기대할 수 있다.

현재 조선대병원은 2022년 2월 광주 최초로 첨단 로봇수술 장비인 4세대 다빈치 xi를 도입해 외과, 비뇨의학과, 이비인후과, 산부인과의 다양한 질환에 대해 고난이도 로봇수술을 본격 시행하고 있다. 타 병원에 비해 암 수술이 전체 수술건수의 70%로 주를 이루 괄목할 만한 성장을 보이고 있으며, 최고의 치료 결과를 나타내고 있다.

김유석 로봇수술센터장은 "로봇수술센터가 단기



김유석 조선대병원 로봇수술센터장이 4세대 다빈치 Xi로봇을 이용해 수술하고 있다. <조선대병원 제공>

간에 성과를 낼 수 있었던 것은 무엇보다 의료진의 열정과 로봇수술팀의 노력의 결과라고 생각한다"며 "앞으로도 로봇수술 적응증 확대와 환자만족도 향상을 위해 최선을 다하겠다"고 전했다.

김진호 조선대병원장은 "로봇수술 300례 달성을

위해 노력해준 모든 의료진과 직원들에게 감사하다"며 "앞으로도 지역민들에게 최상의 의료서비스를 제공할 수 있도록 로봇수술센터를 적극 지원해 나가겠다"고 말했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

광주 신세계안과 김재봉원장 백내장 지메트릭렌즈 인종패

광주신세계안과 김재봉(사진)대표원장이 글로벌 렌즈 기업 '호야'로부터 '비비넥스 지메트릭렌즈' 100안 인종패를 받았다.

지메트릭렌즈는 다초점 렌즈로 백내장과 시력 교정 두 가지 모두에 효과를 있으며, 지난해 호야가 10년의 연구 끝에 출시한 렌즈다.

김재봉 대표원장은 서울 소재 대형 안과 두 곳을 제외하면 지역 안과 최초로 100안 인종패를 받았다.

지메트릭은 두가지로 구분되며, 지메트릭렌즈는 원거리 및 중간거리의 시력 교정에 중점을 두었으며, 지메트릭 플러스는 근거리 초점 교정에 중점을 두고 동시에 원거리, 중간거리도 효과가 있다.

지메트릭 렌즈는 일반적인 회절 형 렌즈가 회절 링이 15개인 것에 비해 회절 링을 8개로 줄여 빛 번짐을 최소화한 특장이다.

또 특유의 기법을 사용해 빛 산란 또한 적게 했다.

렌즈는 또 소재가 인체 친화적이며 높은 등급의 소수성 아크릴 소재로 만들어져 시술 환자에게 편안함을 준다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr



전남대병원, 의료환경 변화 대응 '미래발전위원회' 신설

전남대학교병원(병원장 정신)은 21일 "급변하는 보건 의료 환경 및 정책 변화에 대응하기 위해 '미래발전위원회'를 신설했다"고 밝혔다.

전남대병원 미래발전위원회는 최근 정신 병원을 비롯한 위원 10여명이 참석한 가운데 1차 회의를 열었다. 이날 미래발전위원회는 ▲미래발전위

원회 운영 방향 ▲새병원건립사업 추진 현황 ▲병원 주요 사업 추진 현황 등 다양한 주제로 논의했다.

미래발전위원회는 교육·연구·진료·인프라·조직 등 영역에서 병원의 미래를 대비하기 위해 선제적으로 준비해야 할 핵심과제를 찾고 중장기 어젠다

를 발굴하게 된다. 특히 부서별로 제각각 추진되는 병원 주요 사업들을 거시적으로 종합 및 조정하게 된다.

미래발전위원회는 워크숍, 포럼, 외부 전문가 특강, 자문단 및 소위원회 회의 등 다양한 방식으로 정기적으로 개최될 예정이며, 위원회 자문단 및 소위원회에서 도출된 아이디어를 필터링하고 구체적인 실행이 가능하도록 지원한다.

또 내·외부 전문가로 구성되는 자문단은 헬스케

어산업, AI, 빅데이터, 건축 등 다양한 전문가로 구성하게 되며 정기적인 자문단 회의와 각종 대외 활동을 수행하게 된다.

정신 병원장은 "전남대병원이 현재 비상경영체제에서 어려움에 직면해 있지만 향후 새병원 건립 사업을 앞두고 미래의료의 수요가 어떻게 변화할 것인지에 대해서도 고민하고 선제적인 발전전략을 수립하는 계기가 됐으면 한다"고 말했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

학폭 피해자에 따스한 바람이 닿기를

“ 지금도 어딘가에서 언제 죽을까, 어떻게 죽을까, '나 죽어도 우리 가족들 행복해야 할 텐데'라며 죽음을 생각하며 격정과 고민을 하는 우리의 어린 자녀들을 어떻게든 돕고 싶습니다. 저에게는 그 부분이 가장 간절했어요. ”

이호동 교사가 학창시절 겪은 피해 경험 등을 담아 피해자와 가족에 건네는 위로

저기 환한 달이 되련다/ 혼자 떠난 너의 초행길에/ 나는 너의 달이 되련다
어디로 가느냐/ 갈 길은 어느나/ 가다가 길 잃거든/ 나를 보고 가거라/ 나를 안고 가거라.
- 이호동 <달이 되련다>

구체적이고 현실적인 학교폭력예방 7중 시스템 “화제”

이호동 작가의 글, 부인 박소영 교사의 삽화 감동과 향기, 따스함을 전하다

이호동(오른쪽)·박소영 부부 교사 ▲

<따스한 바람이 너에게 닿기를>
저 자 이호동 | 삽 화 박소영 | 출판사 가현정북스