



동아병원 척추전신센터 서순권 원장이 골다공증 환자에게 미세내시경 디스크 수술을 하고 있다.

# 빙판길 낙상 “별일 없겠지…” 방심뻔 큰코 빠르고 정확한 ‘진단·치료’ 필수

수년래 보기 드문 폭설로 바깥나들이가 힘든 것이 며칠 전인데 이미 벗고 나니 이제는 얼어 붙은 빙판에 떨어져 다친 환자가 급격히 늘어나고 있다. 신체가 경직된 상태에서 넘어지면 크게 다치기 쉬운데 척추, 손목, 엉덩이 관절 순으로 골 다치게 된다. 특히 연령이 많은 분들의 경우 균형감각이 떨어져 고령은 사별 배가 악하기 때문에 기립해 넘어져도 관절이 발생하는 등 결과가 심각하므로 각별한 주의가 요구된다.

## 국소마취 ‘척추성형술’ 등 시술 가능 눈길 외출 피하고 ‘골밀도’ 철저 관리

### ◇골다공증이란

골다공증이란 여러 가지 원인에 의해 허리와 구조는 유지되지만 내부를 채워주는 무기질이 부족해 뼈가 구멍이 뚫린 것처럼 약해져 쉽게 부러지는 병이며 골밀도 감소라 부르기도 한다. 골다공증은 크게 나누어서 노인성 경우 척추 뼈가 녹아 없어지는 속도가 신생골형성 속도를 따라가지 못해 뼈가 구멍이 뚫린 경우 척추 폐경이후에 호르몬 부족으로 발생하는 경우를 1차성, 질병으로 인해 발생하는 경우를 2차성으로 분류한다. 1차성은 운동이나 약물 또는 호르몬 보충요법을 시행해 예방하고, 2차성의 경우는 원인이 되는 질환의 치료나 선행되어야 한다.

### ◇골절수 치료법

골다공증성 척추골절 치료의 핵심은 빨리, 정확히 진단받는 것이다. 많은 경우 아픔을 참아보거나 민간요법에 의존하다

며 이상 견딜 수 없어서 병원을 찾는데 이미 척추가 너무 많이 찌그러져서 치료하기 힘들 때가 많다.

초기에 많이 찌그러지지 않은 경우라면 2주 이내의 기간 동안 침대에 누워있으면서 서서히 척추가 붙어가면서 통증이 줄어들고 되고 그 후 허리보조기를 착용하고 퇴원을 할 수 있어 때문에 통증을 느끼는 즉시 병원을 찾아 엑스레이나 MRI(자기공명영상) 촬영을 통해 정확한 진단을 하는 것이 필수적이다.

누워있으며 약으로 치료해도 통증을 없애지 못하면 척추가 점점 더 찌그러지는 경우에는 척추성형술이라는 간단한 수술로 치료할 수 있다. 척추가 너무 많이 찌그러져 있으면 척추내부에 작은 통증을 삽입한 후 통증을 부풀려서 척추를 복원시키는 풍선확장척추성형술을 시행할 수 있다.

이러한 시술은 전신마취가 좋지 않으나 문제없이 시행할 수 있고 수술비용이 통상 이 상당부분 해소되며 즉시 보행능을 회복할 수 있다는 여러 가지 장점이 있어서 노인

들의 척추골절 치료에 획기적인 방법으로 평가받는다.

### ◇예방법

물론 최근의 확실치 않은 특별한 상황에서는 조심하는 것이 최선이다. 고령인 어르신들은 가볍게 걷기 피로한 상황에서는 나뭇잎을 삼켜먹어주고 외출을 하더라도 바깥기온이 어느 정도 따뜻해져 근육이 긴장되지 않은 상태에서 해야 한다.

하지만 걷기 보면 역시 골다공증이라는 숨어있는 문제를 근본적으로 예방해야 한다. 다른 질병과 마찬가지로 골다공증에 대한 척추골절도 예방만큼 중요한 것은 없다.

60세 이상의 노인이라면 남녀 모두 골다공증의 위험성이 있으며 여성의 경우라면 폐경이후 대부분 발생한다고 생각해야 하므로 매년 골밀도 검사를 통해 골다공증의 발생여부를 미리 알아보아야 한다.

관리를 잘 하고라도 예외에 의한 발생을 완전히 막을 수는 없으므로 일단 골다공증이 발생한 경우라면 반드시 예방적 약물치료를 시행해야 한다.

또한 걷기, 등산 등의 뼈에 자극이 가해지는 가벼운 운동을 지속적으로 시행해야 하며 폐경 후 여성은 콩, 녹차, 칼슘이 함유된 유제품등을 자주 섭취하면 도움이 된다. 골다공증에 의한 척추골절은 일단 발생하면 심각한 증상과 오랜 기간 치료가 필요하므로 노령기에 접어들면 누구나 예방에 관심을 기울이는 것이 중요하다.

◇요양복지 / 동음말=동아병원 척추전신센터 1진장교 서순권 원장

## ‘소아암·백혈병·희귀질환완치 잔치’

### 오늘 환손전담대병원



환손전담대학교병원은 “11월 오후 1시부터 병원 지하대강당에서 소아암환자보건센터와 유년병해귀난치성질환센터의 후원으로 ‘제10회 소아암·백혈병·희귀난치성질환 완치잔치’를 개최한다.”고 10일 밝혔다.

이날 완치잔치에는 “금성공수 상백혈병”을 극복한 박모양(16·광주 광산구) 등 완치환아 42명과 가족, 의료진, 환손보 보건관계자, 사회봉사 후원단체장, 의과대학생, 자원봉사자 등 200여 명이 참석한다.

환손전담대병원은 이날 행사에서 병을 낫았이 이겨낸 완치환자 모두에게 기념메달을 전달하며 현재 병마와 싸우고 있는 환자들의 완치를 기원하는 희망의 메시지를 띄울 계획이다.

완치잔치는 최연이름 아나문사가 진행을 맡으며 환아 그림 전시회, 축하공연(마술쇼, 음악회), 가족 장기자랑, 행운권 추첨 등 다양한 부대행사로 펼쳐진다.

행선 이날 행사에 송근규 원장, 국문소 소아청소년과장 등 병원관계자가 격려하고, 환손보 보건관계자, 사회봉사 후원단체장 등이 축하를 전달한다.

## ‘의료 신한류’ 성사될까

### 환손전담대병원, 베트남 의료관광시장 개척 나서

환손전담대학교병원이 베트남에 선진 의료기술을 소개한다는 계획을 내며 ‘의료 신한류’ 조성이 성사될지에 관심이 쏠리고 있다.

10일 환손전담대병원에 따르면 한·베 대학병원으로는 최초로 베트남 의료관광광시장을 개척해 나갔다.

이번 행사엔 관철센터 윤택림 소장, 핵의학과 발희승 교수, 무릎관절 분야 정우빈 전문의가 참가해 병원 관련자료

의 전문성과와 치료의 최신기술을 하에 이 의과대학에서 소개할 예정이다. 또 지난 9월 VIP 환자들 진료 상담하고 지난 8월에는 베트남 유명 온라인 뉴스 매체인 ‘Vietnamnet’과 하노이TV 매체 인터뷰도 진행했다.

이후로 동행한 한국 의료 컨설팅팀은 의료관광을 위한 현지 에이전시와 비즈니스 미팅을 할 예정이다. 환손전담대병원은 외국인 환자 유치를 위해 해당인사 방문 진료 의료 코디

네이터를 두고 진료하면서 여행업체와 연계, 외국 환자와 그 가족의 지역 관광·휴양명소들도 안내하는 프로그램을 진행하는 한편 외국인 환자 식단 개발과 외국어 인터넷 홈페이지 구축하고 있다. 병원 측은 올해 500명의 베트남 환자를 유치할 계획이다.

베트남은 고소득층을 중심으로 연간 1만5,000명의 의료관광객이 싱가포르, 태국 등지에서 치료를 받는 것으로 알려졌다.

환손전담대병원은 지난해 국내 국립대학병원 최초로 미국 국제의료기관평가위원회(JCI, Joint Commission International) 인증과 아시아에서 유일하게 관절수술교과인증 인증을 받았다.

◇조영주 기자

## E E

### ‘깨끗·맑은눈’ 환상 버리고 재발률 고려 신중한 선택을

햇빛이 적당하게 그늘린 피부는 탄력 있고 건강하게 보이는 반면, 잡티 없는 맑은 피부는 깨끗한 이미지를 선사한다. 사람들이 추구해 온 피부와 상형에 따라 혹은 개인의 취향에 따라 다양한 피부세안을 선호하지만, 대부분 눈만큼 깨끗하고 맑은 눈을 갖기를 희망한다. 맑은 눈을 위해서는 가장 흔한 증상이 충혈이다. 충혈은 심각한 안구 질환에 이르러도 나타날 수 있지만, 일반적으로 특별한 질환 없이 발생해 일시적인 미용상의 문제를 일으킬 수 있으며, 이는 결막의 병변인 염증이 자극을 받아 생긴 충혈이거나 결막이나 공막의 혈관이 확장되어 나타날 수 있다.

결막은 연령이 증가하면서 약해지고 약해지면 결막 혈관의 주위가 구불구불해지거나 비정상 변화로 이상조직이 나타난다. 파열된 혈관으로 인하여 충혈은 결막이 왜색 색 또는 핑크로 돌기되어 각각의 내 외쪽 결막에 나타나는 결막염이 원인이거나, 결막염보다 결막이 훨씬 풍부한 섬유혈관 이상조직이 저하나 각각 쪽으로 덮어가는 근막이 원인이 되는 경우가 많다. 두 질환 모두 치료와 예방, 면직, 바깥, 건조 등에 의한 미세외상으로 발생한다고 하며, 대부분 증상은 없어 외과적인 문제가 안과를 찾으나 충혈, 자극감, 시력변화 등의 증상이 나타날 수도 있다.

두 질환 모두 대개 미용상의 문제로 제거하게 되며, 특히 근막에는 각막을 덮어 진행해 시력 장애가 나타나지 않으나 충혈이 있는 경우는 수술로 제거해야 한다. 이러한 파열된 결막 변성은 수술 후 재발률이 높으며 재발할 때 퇴행 기간의 변화보다 훨씬 심하게 저하하는 경우가 많아 항상 재발할 수 있다는 것을 염두에 두어야 한다. 특별한 원인이 없는 결막이나 공막의 혈관 이상으로 인한 충혈인 경우는 선택적으로 혈관을 파괴하고도 하지만 재발하거나 다른 주원인으로 혈관이 저하되거나 확장되어 나타날 수 있어 시술여부 결정을 신중히 해야 하고 필요한 경우 수술적 제거를 시행한다.

관동인 미세수술이라 해서 정상을 가까운 눈의 조직을 제거해 깨끗이 보이게 하는 시술이 때때 포진되어 젊은 사람에게 환상을 갖게 할 적이 있다. 세상에 어떤 수술이든 치료법도 장단점이 있고 합병증 발생이 가능하며, 모든 경우의 상황을 완벽하게 해결해 모두 좋은 결과를 얻기 어려운 것은 사실이다.

특히나 충혈이 없는데도 눈이 안약을 넣으면 눈이 잘 안 보이거나 찢어질 수도 있다. 충혈이 아닌, 눈의 정맥이 가까운 조직을 미용상 보다 싫다고 제거해 하얗게 보게 할 수 있는 시술이 있는데, 이는 에이전시의 깨끗한 눈으로 되돌아갈 수 있을 것이라는 잘못된 환상은 버려야 한다. 신중한 상담과 판단으로 득실을 따져보고 수술 후 발생 가능한 원치 않는 결과에 대해 환자가 충분히 알고 있는 다음에 결막이 있을 때 해결하는 게 중요하다.



김정영 이연인과 원장

Advertisement for Jeonnam Maeil featuring a large image of a modern building and a list of phone numbers for various departments across different regions. The text includes '전남매일이 독자와 함께 합니다!' and '주국신형 및 배설사고 대표전화: 062-720-1000 / 고객센터: 062-720-1098-9'.

A large advertisement for JoyCBC and Cinus.CO.KR featuring movie posters for 'The Last Airborne' and 'The Last Airborne' and a list of movie titles and showtimes. The text includes 'www.joycbc.com', 'www.cinus.co.kr', and 'ARS 1588-7941'.