

척추디스크 무릎관절을 위한 전문 소식지

서울척병원 뉴스레터

Chukspine Hospital Newsletter

서울척병원관절치료센터

서울척병원 관절치료센터는 무릎관절과 척추 디스크의 종합적인 치료를 목표로 하여 척추 및 관절치료에 뛰어난 의료진과 최신의 치료시설을 갖춘 강북 관절치료의 중심으로 자리잡고 있습니다

- 진료과목 : 정형외과 (무릎, 어깨관절)
- 주요시술 : 인공관절, 관절경
- 특 징 :
 - 무릎관절 전문
 - 척추질환과 관절질환의 종합적 치료
 - 주요특성에 맞게 세분화된 치료 (여성전용 인공관절 시술)
 - 강북지역을 대표하는 최신식 첨단치료시설 (인공관절 관절내시경)

예약 및 상담문의 : 02) 940-2000

〈특집〉 올바른 척추치료의 방법
바람직한 척추치료의사의 길
올바른 척추치료를 위한 체크리스트
비수술치료의 소개
완쾌환자 인터뷰

2008
Winter
겨울호

서울 척병원의 사명

요즘 뉴스를 보면 혼통, 우울한 소식뿐입니다. 미국에서 시작된 불황의 그림자가 우리 나라에서도 점점 완연해지는 것 같습니다. 서울척병원은 성형외과나 피부과와는 달리 질병을 그것도 통증이 있는 질병을 치료하는 병원입니다. 불황기에도 큰 영향을 받지 않을 것 같았는데 불황이 워낙 심하니 아파도 병원을 찾지 못하고 병원을 찾아도 비용문제로 적절한 치료를 포기하는 경우가 많아지는 것 같습니다. 의사로서 안타까울 때도 많지요.

서울척병원은 4가지 사명을 가지고 있습니다. (홈페이지 상단의 서울척병원은? 을 열면 볼 수 있습니다.) 그 중 두번째 사명을 옮겨보면 다음과 같습니다. “서울척병원은 고객을 의료기술의 대상으로 보지 않고 질병의 고통과 치료에 대한 불안, 가족과 자신의 미래에 대한 불안을 느끼는 인간으로서의 고객을 먼저 생각하며 그를 돕기 위해서 최선을 다하는 것을 우리의 사명으로 한다.” 요즘 같은 때가 더욱 서울척병원의 사명에 집중해야 할 시기인 것 같습니다.

얼마 전 제가 치료했던 환자분 중에 이런 분이 있었습니다. 초등학교를 다니는 아이를 둔 40대 초반의 가정이 어느 날 허리디스크가 터져서 허리도 아프고 다리가 당겨서 몸도 틀어지고 오래 걷기도 어려운 상황이 되었습니다. 이분이 다니던 회사는 최근 불황으로 어려운 시기를 겪고 있고 병가를 내고 오래 쉬기는 눈치가 보이는 상황이었다고 합니다. 어렵게 한달 병가를 내고 전문병원에 가면 수술을 하라고 할까 봐 두려운 마음에 수술은 하지 않는 (또는 수술은 할 수도 없고 본 적도 없는) 병원을 전전하다가 척병원에도 비수술치료를 위해서 오셨습니다. 찍어온 사진을 보니 비수술치료를 해도 성공확률이 별

로 없어서 척병원이 비수술 치료로도 유명하지만 비수술 치료로는 되지 않을 병이니 더 이상 소중한 시간을 허비하지 말고 수술을 권유했습니다만 병가가 얼마 남지 않은 상황이라 난감해 하며 회사와 상의해 보겠다며 돌아갔습니다. 그 분이 어떤 선택을 할지 지금 제가 알 수는 없습니다만 척추수술을 무조건 기피하게 만드는 사회적인 분위기, 그런 분위기로 이익을 보는 일부 세력에 의한 피해 사례로 보여서 씁쓸한 마음이 들었습니다.

그렇다고 해서 무조건 수술을 해야 한다고 주장하는 것은 아닙니다. 서울척병원을 경험해보신 많은 분들이 느꼈듯이 오히려 다른 병원보다 비수술치료를 더 많이, 더 잘 하는 병원입니다. 다만 비수술치료를 하든 수술을 하든 근거를 가지고 올바른 선택을 해야 하고 그 선택의 중심에 환자의 직업이나 라이프 스타일이 고려되어야 한다는 것입니다. 또 서울척병원처럼 수술과 비수술치료 양쪽의 경험을 모두 가진 의사나 의료기관이 많아져서 위와 같은 피해 사례가 없어야 한다는 것입니다. 비수술치료만 아는 의사가 어떤 병은 결국 수술이 필요하게 되는지, 시간이 지체되었을 때 어떤 피해가 남을 수 있는지, 수술을 하면 얼마나 좋아지는지 잘 알 수 없을 테니까요. 개원 초기 척추수술을 무조건 금기시하는 사회분위기에 이견이 있는데 하면서도 나름대로 최선을 다해왔는데 점점 척추수술에 대한 잘못된 인식에 의한 피해자나 사회적 비용이 상당하다는 자각을 하게 되었습니다. 서울척병원은 앞으로도 비수술치료 우선의 원칙으로 치료하되 수술이 필요한 환자에게는 적절한 판단과 최고 수준의 의료를 제공하는 것을 우리의 사명으로 생각하며 최선을 다하겠습니다.

2008. 12월 척병원 원장 김동윤

Contents

Chukspine Hospital Newsletter / 겨울호
++ 2008 winter ++

03 대표원장 인사말_ 김동윤 원장

< 특집 > 올바른 척추치료의 방법

04 바람직한 척추치료의사의 길_ 장상범 원장

05 올바른 척추치료를 위한 체크리스트

06 비수술치료의 소개_ 백경일 과장

08 연성고정술의 소개_ 홍용표 과장

10 나의 척추치료 이야기_ 김한성 원장

13 수술실 일지_ 이지혜 간호사

14 성공치료사례

18 완쾌환자 인터뷰_ 고유상님

20 수술환자 치료후기

22 보도자료_ 장상범 원장/김세윤 원장

26 척병원 가족의 겨울인사

27 광고/관절치료센터

척병원뉴스레터 척추 디스크 무릎관절을 위한 전문 소식지
발행처_ 서울척병원 마케팅실 전화_ 02-940-2000
홈페이지_ www.chukspine.com 디자인 및 편집_ 디자인새콤

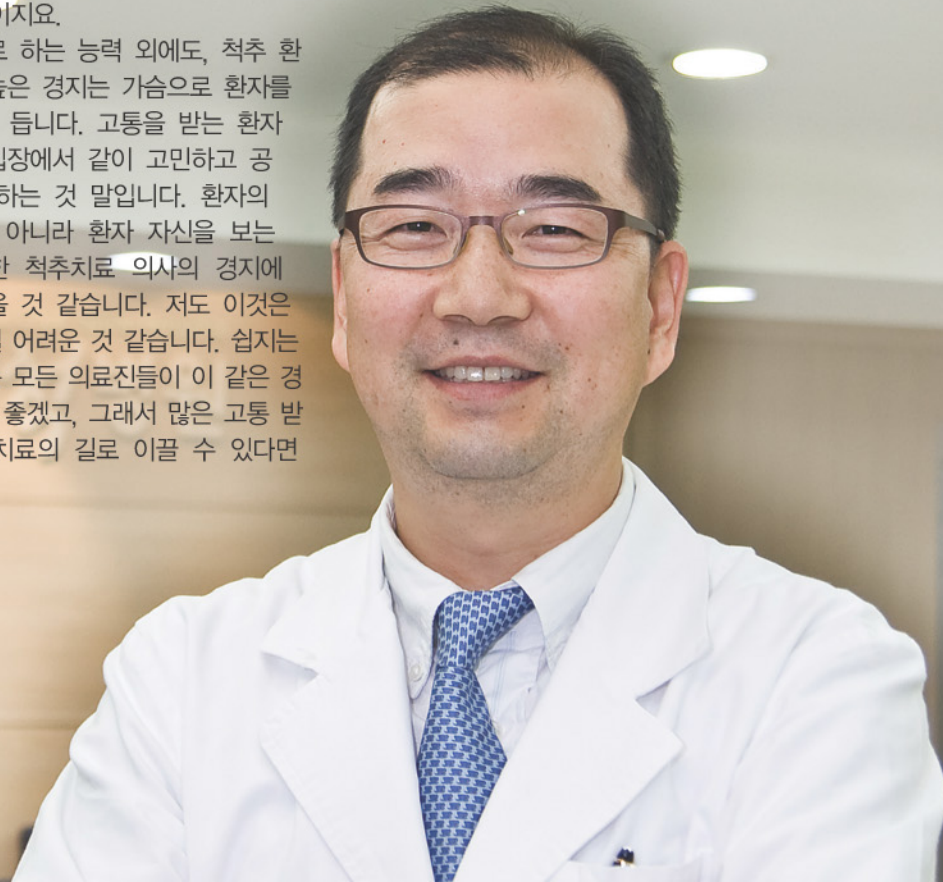
바람직한 척추치료의사의 길

이 세상에 쉬운 일이 없겠지만 훌륭한 척추외과 의사가 되는 길은 참으로 멀어서 오랜 시간 동안 수많은 경험과 공부가 쌓이면서 완성되어가는 것 같습니다. 치료 후 좋아지는 환자들을 보면서 좋은 엔돌핀을 얻는 저희 같은 입장에서는 척추환자를 잘 치료하기 위해서 어떤 능력을 키워야 할까 고민이 되지 않을 수 없습니다. 수술은 손으로 하는 것일까 아니면 머리로 하는 것일까 궁금하였습니다.

레지던트 시절, 교수님의 수술을 도우면서 옆에서 보고배우는 과정을 4년간 하면서 저의 꿈은 교과서에 나오는 수많은 수술방법 중 하나만이라도 내 손으로 처음부터 끝까지 해보았으면 하는 것이었습니다. 비록 도움을 받긴 했지만 처음으로 혼자 힘으로 수술을 해냈을 때 그 감격은 아직도 잊혀지지 않습니다. 그리고 군복무 시절, 그리고 막 사회에 나와 취직을 하여 진료를 하게 되면서부터 그 당시의 꿈은 내가 해야 하는 관절 및 척추 수술을 반복적으로 스트레스 없이 잘 해내는 것이었지요. 손이 빠르고 정확하여 수술 중 끊어짐 없이 그야말로 술술 수술이 잘 진행되는 것, 그때는 그것이 다 인줄 알았죠.

이후 척추외과 의로서 많은 환자를 보고 치료하면서 느끼게 된 것은, 아무리 수술을 잘하는 의사라 할지라도 수술 안하고 고칠 수 있는 의사가 환자에게 더 도움을 줄 수 있다는 것이었습니다. 즉 수술해야 하는 사람과 안 해도 되는 사람을 정확하게 감별하여 결정을 내려주는 능력이 더 중요하다는 것을 알게 되었습니다. 즉 손보다는 머리가 더 중요하다는 것을 생각하게 되었습니다. 수술을 잘해서 많은 수술을 성공적으로 집도하는 것도 중요하지만, 숫자를 기준으로 경지에 이르렀다고 자랑하는 것은 위험한 측면이 있습니다. 특히 척추질환의 경우는 수술을 안하고도 병이 낫는 경우가 있어서, 자신이 한 그 많은 수술 중 안 해도 되었을 환자를 수술했을 가능성이 있기 때문입니다. 의사들이 논문을 쓰는 이유는 바로 이렇게 자신이 경험한 것을 솔직하게 분석하는 과정에서 깨달음을 얻기 위한 것이지요.

그러나 이러한 손과 머리로 하는 능력 외에도, 척추 환자를 잘 고치기 위한 더 높은 경지는 가슴으로 환자를 치료하는 것이라는 생각이 듭니다. 고통을 받는 환자의 입장에서 느끼며, 그 입장에서 같이 고민하고 공감하며, 문제를 같이 해결하는 것 말입니다. 환자의 병을 보고 치료하는 것이 아니라 환자 자신을 보는 것이지요. 그래야만 진정한 척추치료 의사의 경지에 들어섰다고 평가할 수 있을 것 같습니다. 저도 이것은 이때까지의 과정 중에 제일 어려운 것 같습니다. 쉽지는 않지만 우리 척추병원에 있는 모든 의료진들이 이 같은 경지에 이르도록 노력했으면 좋겠고, 그래서 많은 고통 받는 환자분들을 바른 척추치료의 길로 이끌 수 있다면 하는 바람입니다.



올바른 척추치료를 위한 체크리스트



허리에 이상이 생긴 것은 같은데, 어디서 어떻게 치료를 받는 것이 좋을 까? 내가 받고 있는 척추치료는 제대로 된 치료일까? 혹시나 잘못된 치료를 받는 것은 아닐까? 허리가 너무 아픈데, 병원에서는 괜찮다는 말만 하고, 정말 문제가 없는 것일까? 허리디스크나 목디스크 때문에 힘든 환자들

이런 잘못된 치료와 환자에 대한 무관심 때문에 두 배로 힘들어하는 일들이 많이 있습니다. 처음부터 제대로 치료를 했다면 수술까지는 막을 수 있었을 법한 안타까운 사례들도 주위에서 종종 볼 수 있습니다. 수술의 경우에도 작고 간단한 수술에 해당하는 증상에도 불구하고 지나치게 큰 수술을 시행하는 경우도 자주 있는 일입니다. 여전히 좋은 병원과 헌신적인 의사들이 많지만, 혹시나 모를 만약을 대비해서 자신의 척추상태와 치료방법에 대한 올바른 지식을 갖추는 일이 점점 중요해지고 있습니다. 잘못된 치료를 피하고, 제대로 된 치료를 받기 위해 꼭 필요합니다. 다음의 내용은 자신의 척추건강을 지키기 위해 필요한 최소한의 확인 사항들입니다. 각 항목들을 유익해서 살펴보고, 자신에게 올바른 척추치료를 구분해 보시기를 바랍니다.

→ 진단검사 단계

척추질환은 조기 발견이 중요하는데, MRI와 같은 정밀검사를 통해 병의 유무를 확인하는 것이 무엇보다도 필요한 일입니다. 특히 마비증상(발목에 힘이 없거나, 까치발을 못한다거나, 종아리나 허벅지의 감각이 없다든가, 최근 들어 손가락의 힘이 떨어지는 등의 증상)이 느껴지는 경우라면 최대한 빨리 전문적인 치료를 받아야 합니다. 아래의 항목 중에서 2개 이상의 증상에 해당하는 경우 신속한 검사를 받는 것이 좋습니다.

- ☐ 허리가 아프면서 기침을 하면 더 아프다
- ☐ 엉치 부위가 아프면서 다리가 저리거나 당긴다
- ☐ 기침을 할 때 허리 또는 엉치가 아프다
- ☐ 목이 아프면서 팔이 저리다
- ☐ 허리가 아프면서 골반이 갑자기 틀어졌다
- ☐ 자다가 깰 정도로 허리가 많이 아프다
- ☐ 물리치료나 침을 맞아도 여전히 통증이 계속되거나, 더 심해졌다

→ 비수술치료 단계

정밀검사(MRI 등)를 통해서 디스크나 협착증 진단이 내려졌다면, 우선적으로 비수술치료를 시도하는 것이 원칙이라고 할 수 있습니다. 디스크라고 해서 무작정 수술을 먼저 하는 것은 올바른 방법이 아닙니다. 증상에 따라서는 수술하지 않고도 치료될 수 있으므로, 우선 비수술치료를 시행하는 것이 바람직한 순서라고 할 수 있습니다. 아래의 항목에 해당하는 증상이 있다면, 반드시 전문병원을 방문해서 비수술치료를 받으시기 바랍니다.

- ☐ MRI 검사 결과 디스크 또는 척추협착증 등의 척추질환 판정을 받았다
- ☐ 물리치료나 침을 맞아도 여전히 통증이 계속되거나, 더 심해졌다
- ☐ 원래 디스크나 협착증이 있었는데 최근에 증상이 심해졌다
- ☐ 통증이 2주 이상 계속되고 낫지 않는다
- ☐ 비수술치료에 대한 설명 없이 바로 수술을 해야 한다는 말을 들었다

통증이 너무 심하거나 비수술치료의 효과가 없을 때, 그리고 특히 마비증상이 있을 때에는 어쩔 수 없이 수술적 방법으로 전환해야 합니다. 모든 상황을 고려했을 때 수술적 치료가 최선이라고 판단된다면, 그 다음으로 할 일은 최소절개 수술법을 선택하여 수술로 인한 부담을 최소화하는 것입니다.

→ 수술단계

과거와는 달리 최근의 척추수술은 시간이 짧고, 절개도 작게 하는 가벼운 수술로 바뀌고 있습니다. 대부분 나사없이 고칠 수 있으며, 복부의 절개 없이 허리(등)만으로도 대부분의 수술이 가능해졌습니다. 단순한 감압술 만으로도 좋아지는 협착증이 많으며, 디스크의 경우 절개하지 않고 내시경으로도 잘 치료되는 경우가 흔해졌습니다. 다양한 증상에 맞게 개발된 많은 수술법이 있으므로, 아래의 항목에 해당하는 경우 전문적인 수술 상담을 받으시는 것이 꼭 필요합니다.

- ☐ 나사박는 수술을 해야한다고 들었다
- ☐ 인조뼈를 넣어야한다고 들었다
- ☐ 두마디 이상 나사를 박아야한다고 들었다
- ☐ 복부를 절개해야한다고 들었다
- ☐ 디스크 탈출증인데 큰 절개를 해야한다고 들었다

→ 재수술단계

척추수술을 받은 이후에도 통증이 지속되거나 재발되는 경우, 2차 수술은 더욱 복잡하고 정밀을 요하므로 숙련된 척추전문 의사의 도움이 꼭 필요합니다. 아래의 항목에 해당하는 경우 반드시 전문병원을 방문해서 병증을 치료해야 합니다.

- ☐ 수술 후에도 계속 허리가 아프다
- ☐ 수술 후에도 다리가 당겨서 오래 서있기 힘들다
- ☐ 수술 후에 다리에 힘이 없고 감각이 없다
- ☐ 수술 후에 점점 허리가 굽어진다

수술에 대한 두려움을 벗고 비수술 FIMS 치료를 하자 !!



백경일 과장

비수술적 치료 환자의 90%는 비수술 치료로 허리 통증, 다리 저림, 목통증, 손저림 등이 호전되며 비수술적 치료로는 침상 안정, 견인 치료, 약물 치료, 물리 치료, 운동 치료, 보조기 치료, 동통 유발점 주사, 기능적 신경 자극 (FIMS) 치료

등이 있습니다.

본원 통계에 의하면 요통 환자의 36.3%가 치료를 받기 위해 병원에 내원하는데 걸리는 시간은 2년 이상 걸리는 것으로 나타났습니다. 그 이유는 주변 사람의 반대, 다른 치료 추천 (한방 치료 등), 막연한 수술에 대한 두려움 등으로 정확한 진단이 늦어지고 치료시기를 놓치므로 인해 환자의 개인적 고통뿐만 아니라 후유증도 많이 증가를 하고 있습니다.

일반적으로 통증이 있는 환자인 경우 처음 2일 정도의 단기적 안정이 권유되며, 그 이후에는 가벼운 걷기 운동을 시작합니다. 찜질을 해주면서 안정을 취하는 것이 우선인데 24시간 이내에는 냉찜질이 좋으며 24시간 이후에는 온습포를 해주는 것이 도움이 됩니다. 진통제와 소염제 등을 복용 하여 통증을 조절하게 되고 증상이 심한 경우에는 정확한 진단 후에 직접 치료 효과가 있는 FIMS 치료를 시행 하게 됩니다. 환자들의 느끼는 치료와 수술에 대한 두려움과 부담감을 줄이고 직접적으로 원인 치료를 하는 FIMS 치료에 대해 소개를 하려고 합니다.

통증 통증을 느끼는 이유는 직접적인 신경의 압박 또는 디스크나 척추 후관절에 퇴행성 과정에서 염증과 자극성 물질을 만들어 내어 통증을 유발하고, 염증성을 가진 신경은 부풀어져 있음으로 요추관이나 추간공의 협착을 악화 시키게 됩니다. FIMS 치료는 MRI 등으로 정확한 진단 후에 통증을 일으킬 것으로 생각이 되는 원인 부위를 찾아서 예민해진 통증조직을 안정화시키며 신경부종 등을 가라앉히고 근육조직에도 자극을 주는 치료법입니다. FIMS 치료 후에도 증상의 재발 가능성도 있지만 수술이 아니기 때문에 부담이 없고 우리 몸에는 디스크가 자연 흡수 기전도 있기 때문에 수술 전 치료로 유용하게 사용될 수 있습니다. 실제로 타병원에서 수술 권유 받은 많은 환자분들이 본원의 FIMS 치료로 좋은 결과를 본 경우가 많이 있습니다.

얼마나 자주? FIMS 치료는 기본적으로 1~2주 간격으로 3회 정도 치료를 받으면 효과를 볼 수 있습니다. 치료 후 2~3일 간은 무리한 운동이나 술, 담배는 좋지 않으며 샤워는 다음날부터 가

능합니다. 환자의 상태에 따라서는 1회 치료 후에 빠르게 호전 되시는 분도 있습니다.

직접 치료 내시경 수술처럼 디스크 위치까지 깊이 들어가서 병증 부위를 직접 치료를 하기 때문에 즉각적이고 강력한 효과를 발휘합니다. 특히 디스크 깊숙한 위치의 직접 치료 결과로 증상에 따라서는 시술이 끝나자마자 호전 효과가 발생하는 경우도 있습니다.

정확도 척추 수술용 첨단장비인 영상투시장비를 사용하여 치료해야 할 디스크와 척추신경 및 주위 조직을 100% 정확도의 첨단 위치 추적으로 정교하게 치료하고 있습니다. 특히 치료과정에서 영상투시를 이용하여 치료효과가 미치는 범위를 눈으로 직접 확인하기 때문에 치료효과의 예측에도 많은 도움이 되고 있습니다.

뼈주사와 달라요!! 뼈주사와 혼동을 하시는 분들이 계신데 FIMS 치료는 통증의 원인이 되는 신경이나 인대, 근육의 염증을 제거하는 근본적인 치료법입니다. 뼈주사는 무릎과 같은 관절 내에 관절염을 치료하는 스테로이드를 투여하거나 연골 재생제를 투여하는 것을 말하는 것으로 원래는 관절강내 주사요법이라고 불러야 하나 일반인들이 쉽게 뼈 주사라고 사용을 많이 하고 있습니다.

완치가 가능한가요?? 디스크 퇴행성 질환은 완치란 없습니다. 척추 질환은 나이가 들면 자연스럽게 나타나는 퇴행성 변화이기 때문에 치료를 해도 건강한 척추로 되돌릴 수는 없습니다. 연구결과에 따르면, 60세 이상의 환자군 에서 MRI 상 척추에 이상 (퇴행성 변화)이 있다고 진단을 내리는 경우가 60~90%로 보고하고 있습니다. 따라서 완치의 개념을 진단 상 전혀 이상이 없는 상태로 생각한다면 어렵겠지만, '통증 없이 편하게 지낼 수 있는 상태'를 완치라고 한다면 완치가 가능합니다.

부작용 FIMS 치료는 심각한 부작용이 거의 없는 비수술 치료법입니다. 치료 직후에 부위에 따라 약간의 어지러움증이 발생할 수 있으며 시간이 지나면 회복 됩니다. 일부에서는 시술 후 심함 통증, 안면



핀스허리수술

홍조, 가려움증, 여성의 경우에는 드물게 생리 불순이 나타나는 경우가 있으며 시간이 경과 하면 대부분은 호전이 됩니다. 기립성 두통이 심하고 증상이 지속되는 경우에는 혈액 패취를 하는 경우도 있습니다.

수술은 언제 꼭 해야 되나요??

수술적 치료는 반드시 해야 하는 경우에만 시행하게 되며 다음과 같습니다. 점점 악화되는 신경증상이 있는 경우와 마비가 있는 경우, 마비 증후군과 같이 소변 장애가 있는 경우, 6~8주간의 비수술적 치료에도 불구하고 호전이 없는 경우, 척추 불안정성이 있는 경우, FIMS 치료에도 불구하고 통증이 지속되는 경우 등이 있습니다. 이런 경우에는 반드시 척추 전문의와 상의 후에 수술을 꼭 고려하셔야 합니다.

척추 수술분야에서 최근에 가장 각광받고 역동적인 발전을 보이는 분야가 연성 고정술이며 일반인이라고 척추 수술에 관심이 있으신 분들은 한번쯤은 들어 보셨을 정도로 이미 상용화가 되어있는 안전한 수술 방법이라고 할 수 있습니다.

유합술(경성 고정술 ; 나사못과 뼈를 이용하여 척추 분절을 고정시키는 수술 방법)은 척추 수술 역사의 한 획을 긋는 대단한 업적이고 현재에도 널리 사용되고 있습니다. 과거에는 치료 방법을 결정하는데 불안정성이 아주 심하지 않으나 고정술이 필요하면 대안이 없어 결국 유합술을 시행해야하는 경우도 있

었는데 이런 상황에서 연성 고정술의 등장은 척추를 치료하는 의사나 환자 모두에게 반가운 일이라 하겠습니다. 특히나 유합술을 시행하게 되면 그 분절은 고정되어 불가피하게 인접 분절로 운동 범위가 증가되면서 일부 환자에서는 인접 부위에 새로운 병변이 생기게 되는 점 외에도 수술 부위 통증, 유합 실패 등의 단점들이 있었는데 연성 고정술은 이런 것들을 극복할 수 있는 혁명과도 같은 대안이라 할 수 있습니다.

연성 고정술은 이미 여러 기구들을 거치면서 시행착오를 통해 발전하게 되었고 여기에 소개하는 디네시스

되어 있습니다. 작은 허리를 구부릴 때의 운동을 조절하고 간격자는 허리를 펼 때의 운동을 제한하여 정상의 해부학적 상황과 같도록 척추의 후방부위에 움직이는 버팀목을 세운다고 이해하시면 됩니다. 즉, 불안정한 척추의 과도한 움직임을 제한하지만 정상적인 움직임을 가능하게 하는 현재까지 개발된 척추 기구중 가장 이상적인 수술법중이 하나라고 할 수 있습니다.

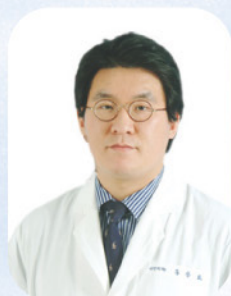
그럼, 어떤 환자에게 연성 고정술을 시행하게 될까요? 이 수술이 아무리 좋은 수술 방법이라해도 비수술적인 치료나 단순 감압술 및 디스크 제거술등 원칙적으로 기구가 필요치 않은 환자에게는 적용되지 않습니다. 또한 척추의 불안정성이 심해 고정술이 반드시 필요한 경우라면 유합술이 현재까지도 가장 좋은 선택입니다. 연성 고정술 적용은 척추의 불안정이 있으나 유합술을 시행할 정도로 심하지 않으며 그 분절의 운동범위가 유지되어야 하는 환자가 대상이라 할 수 있습니다. 예를 들면 젊고 활동적인 사람에게서 재발 가능성이 높은 디스크, 협착증 환자 중 여성이거나 특히 수술 후 허리 유연성이 중요한 직업을 가지 경우가 좋은 적응증이 됩니다. 뿐만 아니라 의학적으로 그동안 다소 과소 평가되어온 역동적 협착증(dynamic stenosis) 및 요통의 주된 원인인 퇴행성 추간판 질환(DDD)이 동반된 경우 좋은 결과를 기대 할 수 있습니다. 경우에 따라서는 여러 분절이 이상이 있는 경우 유합술과 병용하여 치료 효과

를 극대화 할 수 있습니다. 단, 대부분의 척추 수술에서 문제시 되는 뼈가 아주 약한 환자에서는 시행하기 어려운 제한점이 있습니다.

연성 고정술후 환자에게 기대되는 효과는 그동안 일반적으로 널리 시행해왔던 척추 수술후 가장 많이 문제가 되어온 두 가지 문제를 해결 할 수 있다는 점입니다. 첫째는 디스크 환자라면 수술 후 재발 문제를 걱정하게 되는데 연성 고정술을 시행하다면 수술 후 재발 걱정 없이 활동적으로 생활할 수 있게 됩니다. 둘째는 유합술후에 요통뿐만 아니라 허리가 뻣뻣해져서 일상생활에 지장이 많게 되는데 연성 고정술을 시행하므로 이런 걱정에서 해방 될 수 있습니다. 연성 고정술을 적절한 환자 상태에 선택하여 사용한다면 수술 후 야기되는 문제점은 특별히 제기된 바는 없습니다. 연성고정술후 주의해야할 사항은 허리 움직임을 가능하게 하므로 허리 근력 강화 운동이 매우 중요하여 속보, 수영, 자전거 및 허리 근력 강화 체조 등을 꾸준히 해야 합니다.

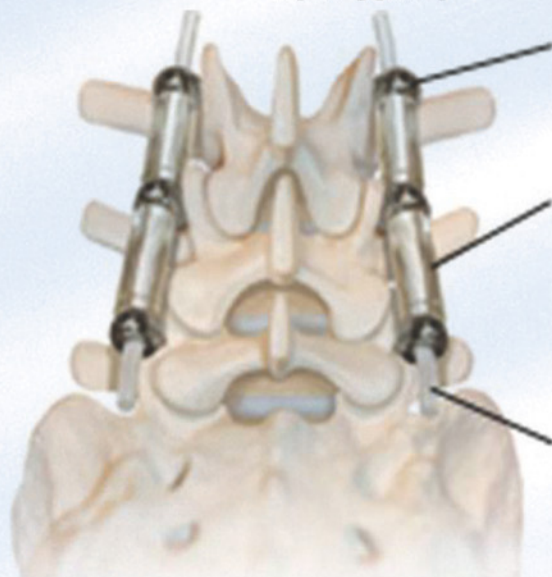
척추 질환은 종류가 매우 다양하며 같은 질환이라도 개인 차이가 심해서 확실히 치료 방법을 결정할 수는 없습니다. 척병원에서의 치료는 환자 개개인에 따른 최적의 치료 방법을 시행하는 것을 원칙으로 하고 있으며 연성 고정술이 환자의 치료 방법을 결정하는데 중요한 역할을 하고 있으며 앞으로도 올바른 적응증에 사용된다면 척추 문제로 고생하는 많은 환자들에게 커다란 도움이 될 것입니다.

연성 고정술의 소개 디네시스(Dynesys)



신경외과 홍용표 과장

스(Dynesys ; Zimmer Spine, Inc., Warsaw, IN)는 역동적 중립화 체계(Dynamic Neutralization System)의 약자를 따서 명명한 기구로 현재 사용되고 있는 연성 고정술중 가장 대표적인 것이라 할 수 있습니다. 생역학적인 기반 하에 1994년 유럽에서 사용하기 시작한 이후로 국내에서도 널리 사용되고 있고 미국 FDA 승인을 받은 수술 방법입니다. 디네시스를 이용한 역동적 안정술의 목적은 하나 혹은 그 이상의 척추 분절을 정상 해부학적 위치에 가깝게 재배열하고 안정화를 시키는 것이며, 운동 범위의 특정 각도를 가능하게 하면서 추간판(디스크)의 생리적 회복을 도와주는 것이라 할 수 있습니다. 디네시스의 구성은 티타늄 합금으로 만든 척추경 나사못과 그것들을 연결해주는 폴리에스터 재질의 삭(cord)과 폴리우레탄 재질의 간격자(spacer)로 구성



연성고정술 모형이미지





나의 척추치료 이야기

영동세브란스병원에서 척병원까지

1998년, 서울지구병원에서 신경외과 군의관 생활을 마치고, 김영수 교수님이 계셨던 영동세브란스병원에서 척추분야 연구강사를 시작했던 것이 지금의 내가 척추전문의로 여기까지 오게 된 계기가 되었다.

현재는 우리 서울척병원을 비롯하여 유명한 척추전문병원이 많지만, 내가 레지던트를 하던 시절에는 영동세브란스병원이 대학병원 최초이자, 국내에서 유일한 척추전문병원 이었던 것으로 기억한다. 김영수 교수님을 필두로, 박형천 선생님, 오성훈 선생님, 윤도흠 선생님... 지금도 매년 매스컴에서 척추분야 명의로 뽑히는 기라성 같은 교수님들이 계시던 곳이었다. 그런 분들께 사사 받은 것이 내가 척추전문의로 살아가고 있는 밑천이라고 생각되며, 그 것이 단지 수술적 테크닉, 수술노하우를 전수 받은 것을 자랑하는 것은 아니다.

그분들이 제자들에게 한결같이 하시던 말씀은 “언제나 환자의 이야기에 귀를 기울여라. 입으로 이야기하는 것만이 아니라, 사소한 몸짓 하나하나를 세심히 보고, 묻고, 관찰하고, 만져보고, 두들겨 보고, 하다 보면 환자의 문제가 무엇인지 알게 된다. CT나 MRI 등의 첨단 의료장비들을 이용한 검사는 그러한 과정에서 얻어진 당신의 판단을 확인하는 작업에 필요한 과정일 뿐이다.”

이었다. 항상 가슴속에 새기고 있는 말이다. 이렇게 환자들을 진찰하다 보면 진료시간이 길어질 때도 있다. 그러면 다른 환자들의 대기시간도 길어지게 되고, 외래나 접수에서는 기다리시는 분들 때문에 노심 초사하게 된다. 그러나 환자 분들의 대기시간이 길어지더라도, 환자 한분, 한분 충분히 진료하고 설명해 드려야 한다는 나의 생각에는 변함이 없다.

이렇게, 환자의 몸이 하는 이야기에 귀를 기울이다 보면, 내가 무엇을 해야 하는지 알게 된다. 내 생각이 맞을까 확인하기 위해서 검사를 하게 된다. 환자의 상태에 따라서 기본 검사만 하기도 하고, 바로 정밀 검사를 하기도 한다. 어떤 검사를 해야 하나, CT, 아니면 MRI? 처음부터 비용이 많이 들어가는 MRI와 같은 검사가 필요한 경우도 있다. “정밀검사가 반드시 필요한가?” 고민을 하기도 한다. 그러나, 환자의 상태가 심각해서 바로 치료를 시작해야 된다고 느껴지면, 정밀검사의 필요성을 환자에게 충분히 이해시킨 후 진행하게 된다. 대부분의 의사들이 그러하듯이, 나는 한 번의 검사로 환자의 고통이 무엇인지 정확히 확인할 수 있어야 한다고 생각한다. 그것이 무

엇보다도 환자를 위한 길이라고 생각한다. 왜냐하면, 우리에게 환자 한 분, 한 분은 소중한 존재다. 나의 가족이고, 친구이고, 동료이다. 그러면 불필요한 검사는 할 수가 없게 된다. 상황에 따라서는 비용이 추가되더라도, 환자의 상태에 따라서 정밀검사를 반복해야만 할 때도 있다. 환자를 위한다고, 비용이 부담된다는 생각에 필요한 검사를 제때에 하지 않으면, 더 큰 문제로 발전된다는 것을 경험을 통해서 너무도 잘 알고 있다. 호미로 막을 수 있는 것을, 방치해서 가래로도 막을 수 없는 지경에 이르게 되면 환자에게는 치명적이 될 수도 있다. 당사자인 환자 뿐만 아니라 그 가족 전체가 고통을 당하게 되며, 그 상황을 바라보는 의사인 나 자신도 그들과 같은 고통 속에서 후회와 자책감으로 불면의 밤을 지새 올 것이 뻔하기 때문에...

MRI를 한다면 full로 할 것인가? 아니면 일부 필요한 부분만 할 것인가? 해당 환자의 경우에 따라 다르게 판단하고 검사를 진행한다. 정밀검사의 결과가 나오면 또 다른 고민이 시작된다. 내 판단과 검사결과가 일치하여 환자의 문제가 정확히 밝혀졌는지, 행여 내가 놓치고 있는 것은 없는 지 확인하게 된다.

나는 CT나 MRI 결과를 매우 신뢰한다. 그러나 환자의 몸이 말하는 것을 더 믿는다. 척추외과의 길로 들어선 이래, 운이 좋게도, 앞서 언급했던 선생님들 이외에, 세계적으로 인정 받는 몇 분의 척추수술분야의 대가들에게서 직접 배울 수 있었다. University of Tennessee, Semmes-Murphy Neurologic & Spine Institute에 계신 Kevin T. Foley 교수께 한국인으로서 처음으로 fellowship을 할 수 있었다. Foley교수님은 MAST(Minimal Access Surgery Technique)로 불리는 METRx 척추수술 및 경피적 척추고정술(SEXTANT)의 창시자이시며, 우리 병원에서 하는 2 x 2 척추고정술을 최초로 개발하신 분이 다. 또 다른 한 분은 현재 미국 Pittsburgh에 있는 Allegheny 종합병원에서 자신의 이름을 딴 최소절개수술 클리닉을 운영하시는 조해동 교수님이다. 세계의 많은 환자들에게 자신의 의술을 마음껏 펼치시는 자랑스런 한국인 신경외과의사로부터 최소절개 경추수술에 대한 가르침을 얻을 수 있었다. 두분 외에도 여러 선생님들이 계시지만, 그분들 모두가 공통적으로 한결같이 하신 말씀을 잊을 수 없다.,

대가들은 일맥상통한다는 생각도 들게 되었는데, 어찌 보면 자극히 당연하고 옳은 말씀이다. 나 자신

“우리 척추외과 의사들은 환자의 몸을 고치는 사람이지만, 방사선사진을 고치는 사람이 아니다.”

이 완벽한 척추의사라고는 생각하지 않는다. 그렇게 될 수도 없을 것이다. 그러나 항상 스승님들의 가르침을 머리와 가슴에 품고, 최선을 다하는 척추의사가 되기 위해서 노력하고 있다. 내가 치료하는 환자 모두가 나로 인해서 행복해 지기를 바란다. 내가 척추 전문의로 일함으로써 세상이 더 살기 좋은 곳으로 변할 수 있기를 바란다. 나로 인해서 많은 사람이 척추 질환에서 오는 고통에서 해방되기를 원하지만, 그보다 더한 바람은 나로 인해서 그 고통이 더해지는 단 한 명의 환자도 없게 하는 것이다.

환자의 상태에 대해 충분히 이해를 한 후, 정밀검사 결과를 보고, 환자를 괴롭히는 문제가 무엇인지를 확인한다. 자, 또 다른 고민이 시작된다. 수술이 꼭 필요한 상태인가?, 수술 없이 좋아질 수는 없을까?, 수술이 필요하면 어떤 수술을 해야 하나? 이런 고민을 하다 보면, 비교적 쉽게 결론을 내릴 수 있는 경우도 있지만, 대부분의 환자들은 정밀검사를 해보면, 척추의 여러 곳이 안 좋은 것을 발견하게 된다. 사진

상 나쁘게 보이는 마디가 모두 통증을 일으키는가? 수술부위가 커지더라도 그 곳을 모두 고칠 것인가? 이러한 고민이 들 때마다 항상 마음속에 떠오르는 것이 스승님들의 가르침이다. “환자를 고치는 사람이지만, 사진을 고치는 사람이 아니다.” 다시 한번 더 환자분들이 하시는 말씀에 집중한다. 그러면 수술이 꼭 필요한 부분과 그렇지 않은 부분이 눈에 보이게 된다. 그래서 수술이 필요한 곳은 최선을 다해 완벽하게, 그러나 상처 및 정상조직의 손상은 최소화해서 수술할 수 있는 방법을 환자들에게 제시하게 된다. MRI사진상으로는 나빠 보이는 곳이라도, 환자들 스스로 잘 관리하면, 좋은 상태로 유지할 수 있다고 판단되는 곳은 환자들 몫으로 남겨둔다. 혹시라도 수술 후 약간의 증상이 남을 수도 있을 것이다. 그런 경우에 추가적인 치료는 환자들의 상태에 따라서 결정하게 된다. 일부 2차 수술이 필요한 경우도 있겠지만, 대부분은 재수술 없이도 좋아지고, 일시적인 관리가 필요할 뿐이다. 그러나, 그러한 과정이 싫어서, 환자들께서 계속 아파 할까봐 두려워서, 사진상 나빠 보이는 부분 모두를 고쳐 주겠다고 하는 것은 사진을 치료하는 것과 다를 바 없고, 과잉진료를 하게 되는 주 원인이라 생각한다.

이런 일련의 과정들의 결과로서, 웃으면서 퇴원하시는 환자분들을 볼 때마다, 항상 내가 이 길을 잘 걸어가고 있다는 생각에, 스스로 대견스럽다.

현재 서울척병원에서 진료를 시작한지 3개월 남짓 되었지만, 탁월한 선택이었다고 생각한다. 여기서 진료하시는 다른 모든 원장님들도, 나와 비슷한 생각과 철학으로 모든 환자들에게 최선을 다하시는 모습을 보면서, 같은 길을 걸어가는 동반자임을 느낀다. 의료진 뿐만 아니라, 모든 직원이 자신의 분야에서 열정적으로 일하는 모습을 보면서, 우리 병원은 모두가 같은 마음가짐을 갖고 있다는 것을 어렵지 않게 알 수 있었다.

나는 우리 모두가 지금의 초심을 잃지 않는다면, 우리 서울척병원이 환자들에게 뿐만 아니라, 동료의사들을 포함해서 전 국민들에게 사랑받는 병원이 될 수 있을 것임을 믿어 의심치 않는다.



수술실 일지

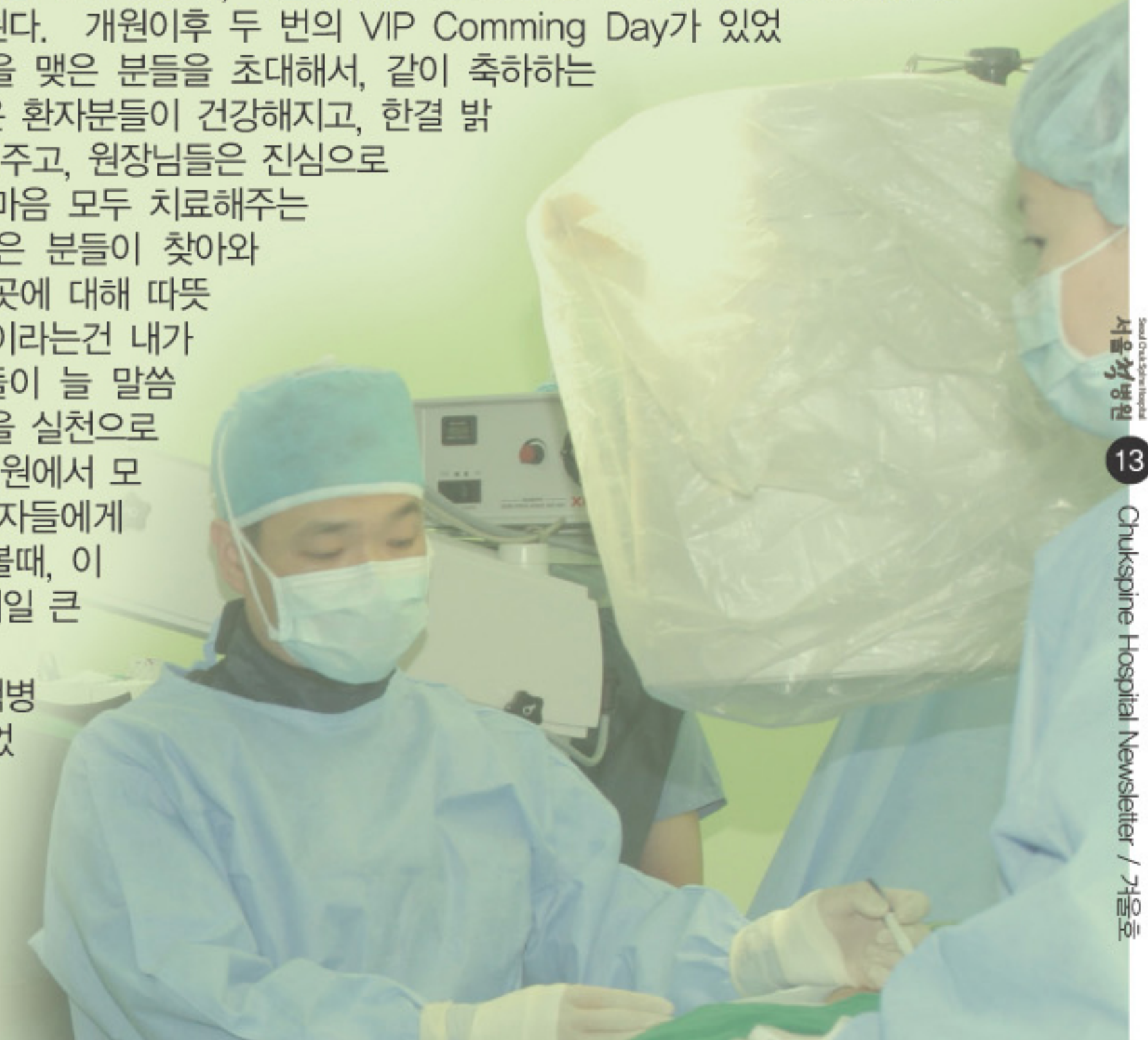


이지혜 간호사

서울척병원에 근무하게 된지 2년이 되어가고 있다. 정말 시간은 무섭게 지나가는구나 라는 생각을 하게 되는 순간이다. 입사를 하고, 긴장되고 설레이던게 옛 그제 같은데 말이다.

처음 수술실이라는 부서에서 일하게 되었을때, 느꼈던 것은 모든 행동을 할때 한번 더 생각하고 해야겠다는 것이었다. 모든 일에 집중하고 해야 하지만 특히 수술실에서는 나의 행동이 환자에게 직접적인 영향을 미치는 곳이기 때문에, 무엇보다 집중하지 않으면 안되는 곳이 바로 수술실이다. 그래서 다른 부서보다 더 스트레스도 많이 받았고, 인자하던 원장님들도 수술실에서는 말도 없으시고, 차가워 보여서, 처음에는 오해를 하기도 했었다. 나에게 화난게 아닌가 하는 생각이 들 정도였는데, 그건 항상 긴장의 끈을 놓지 않고 집중해서 수술에 임하라는 원장님들의 뜻이었다. 예전에는 그걸 몰라서 섭섭하기 까지 했지만, 지금은 환자들에게 집중해서 최선을 다하려고 하는 마음을 알기에, 나도 더 집중해서 수술에 임하고 있다. 우리 병원에서 하는 척추 수술은 타병원에 비해서, 근육 절개가 1.5cm에서 2cm정도 밖에 안된다. 그래서, 현미경으로 미세한 부분까지 자세하게 보면서, 세심한 수술을 요하기 때문에 더 긴장할 수밖에 없다. 나사 박는 척추고정술을 할 때에도 11자로 2cm정도의 상처 밖에 남지 않는다. 이 수술 방법은 고가의 장비도 많이 필요로 하고, 숙련된 의료진이 아니면 하기 힘든 방법이지만, 절개가 적기 때문에 환자분들의 재활도 빠르게 해주고, 근육의 위축과 손실을 최소화 하기 때문에 환자분들에게 보다 더 좋은 수술 방법이다. 이렇게 언제나 환자를 먼저 생각하고 위하는 마음이 척병원을 발전 되게 하고, 앞선 세계적인 기술이 필요한 수술을 하는 병원이 되지 않았나 생각해 본다. 우리 병원 의료진들이 기술을 아는 것에 그치지 않고, 외국 의료진들이 수술에 참관하게 하여, 앞선 기술을 배울 수 있는 자리를 마련하기도 한다. 물론 수술만이 잘 되어서 예후가 좋아져서 건강한 모습을 보게 되는것도 보람된 일이지만, 수술실에 내려와서 긴장하고 떨고 있는 환자분들에게 따뜻한 말 한마디와 함께 손을 잡아드리면서, 마음을 안정 시켜드리는 일도 굉장히 보람된 일인것 같다. 대기하면서 걱정하는 환자분에게 손을 잡아 드리며, "걱정 하지 마세요. 다 잘될 겁니다."라고 말씀하시는 원장님을 보면, 마음까지 보듬어 주고 안정과 신뢰를 주기 때문에, 수술 예후는 더 좋아질 수 밖에 없는것 같다는 생각을 하게 된다. 개원이후 두 번의 VIP Comming Day가 있었

다. 이날은 개원일에 척병원과 인연을 맺은 분들을 초대해서, 같이 축하하는 자리이다. 그때마다 수술을 받은 많은 환자분들이 건강해지고, 한결 밝아진 모습으로 찾아와 주셔서, 축하해주고, 원장님들은 진심으로 반가워 하시는 모습을 보면서 몸과 마음 모두 치료해주는 원장님들 이기에, 퇴원 이후에도 많은 분들이 찾아와 축하해 주시는것 같다. 병원이라는 곳에 대해 따뜻한 이미지를 심어 주는게 어려운 일이라는건 내가 환자였을때 알 수 있었다. 원장님들이 늘 말씀하시는 환자를 가족과 같이 라는 말을 실천으로 옮기는게 쉬운일이 아니지만, 우리 병원에서 모든 부서의 직원들과 의료진들이 환자들에게 가족 처럼 진심으로 다가가는 것을 볼때, 이게 우리 병원이 성장 할 수 있었던 제일 큰 원동력이란 생각을 하게 된다. 강북 최대, 최초의 척추전문 병원 '척병원'이라는 수식어가 처음 시작 이었다면, 마지막은 언제나 믿음과 신뢰가 가는 편안한 마음으로 찾아올 수 있는 '척병원'이 되도록 초심을 잃지 않고 노력 해야 겠다.

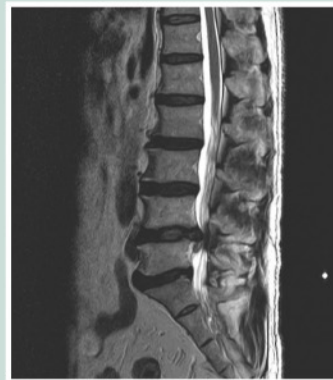


“ 서울척병원에서는 최고의 의술로 척추디스크관절치료를 하고 있습니다.
고객님의 **경과기록을 통해 성공치료사례**를 전해드리겠습니다.”

1 미세현미경 디스크제거술 및 연성고정술

- 주치의 : 홍준기
- 진단명 : 제4-5번요추간 추간판 탈출증 및 후방전위증 및 척추관 협착증
- 수술명 : 제4-5번요추 미세현미경 디스크제거술 및 연성고정술
- 증 상 : · 제4-5번요추 미세현미경 디스크제거술 및 연성고정술 증상
· 내원하기 1달전쯤 서있거나 걷기 힘들고, 오른쪽 허벅지, 종아리 옆이
쑤시듯이 아픔.
· 앉으면 통증이 조금 덜하긴 하나 서있거나 걷는 것은 불가능해 휠체어로 입원

- 치료경과
- [수술 후 3일] 허리쪽만 빠근하고 모든 통증 개선
- [수술 후 6일] 경과 좋은 상태로 자가 보행하여 퇴원함



수술 전 MRI



수술 후 MRI



수술전 X-ray



수술후 X-ray

2 미세현미경 신경감압술 및 연성고정술

- 주치의 : 김한성
- 진단명 : 제요추4-5번간 디스크 탈출증 및 척추관 협착증
- 수술명 : 제요추4-5번간 미세현미경 신경감압술 및 연성고정술
- 증 상 : · 내원 두달전부터 허리가 아프고 오른다리가 뻣김
· 주로 오전에 많이 뻣기는 증상
· 13년전에 의정부 타병원에서 디스크 수술을 받았음

- 치료경과
- [수술 당일] 수술한 부위 통증 제외하고 다리 통증 사라짐
- [수술 후] 엉치통증이 나아져 보행에 지장 없음
- [수술 후 6일] 자가 보행으로 퇴원함



수술 전 MRI



수술 후 MRI



수술전 X-ray



수술후 X-ray

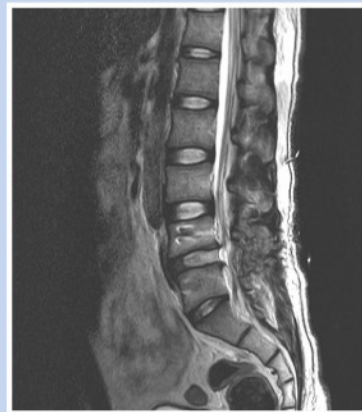
3 미세현미경 디스크 제거술 및 연성고정술

- 주치의 : 홍준기
- 진단명 : 제4-5번요추간 추간판탈출증
- 수술명 : 제4-5번요추 미세현미경 디스크 제거술 및 연성고정술
- 증 상 : · 배달일을 하고 있으며 운전하거나 오래 앉았다 일어날 때
허리, 왼쪽 엉치, 종아리 뒤쪽의 통증이 심해진다.
· 내원하기 4개월 전부터 증상 나타남.

- 치료경과
- [수술 후] 다른 불편함 없이 경과 좋음.
- [수술 후 3일] 통증이 모두 사라져 퇴원함.



수술 전 MRI



수술 후 MRI



수술전 X-ray



수술 후 X-ray

4 미세현미경 디스크제거술 및 연성고정술

- 주치의 : 김동윤
- 진단명 : 제5-6번요추간 추간판 탈출증
- 수술명 : 제5-6번요추 미세현미경 디스크 제거술 및 연성고정술
- 증 상 : · 사무직에 종사하며 요통은 항상 갖고 있었음.
· 내원하기 6개월 전부터 다리통증까지 나타나 서울대병원에 방문하여
주사치료받음.
· 치료당시에는 호전을 보이지만 조금씩 다시 통증이 시작되어 수술치료를 위해
본원에 내원함.

- 치료경과
- [수술 후 당일] 수술 부위만 조금 아프고 큰 불편감없이 경과 좋음.
- [수술 후 5일] 어떤 자세를 취했을 때만 갑자기 허리 통증이 오지만 모든 통증이 개선되어
퇴원함.



수술 전 MRI



수술 후 MRI



수술전 X-ray



수술 후 X-ray

602호 병실 사람들과 척병원 친목모임으로 수술 후 관리를 합니다!

고유상 님, 하시는 일이 어떻게 되나요?
이용업을 하고 있습니다.

처음에 언제부터 가장 불편함을 느끼셨나요?
오른쪽 엉덩이, 허벅지, 종아리가 당기고 저리면서 감각이 둔하고
먹먹했었지요. 일 자체가 아침부터 저녁때까지 서있어야 하는 일인 데
아주 많이 힘들었습니다. 아파서 물리치료도 받아보려 다니고,
통증치료센터로 주사도 맞으려 다녀봤는데
계속 아프고 힘들었었지요.

저희 병원은 어떻게 알게 되셨나요?
여기서 수술을 받은 우리 협회 사무장님의 소개로 알게되었고, 아들이
큰병원에 가보자고 해서 방문하게 되었지요. 나를 소개시켜주신 분은
여기서 목디스크 수술을 받았는데 경과가 너무 좋아서 적극 추천을
하셨었는데 나도 지금은 경과가 좋아서 기분이 아주 좋아요.

처음에 저희 병원에 오셨을 때 원장님께서
어떻게 치료하자고 하셨고,
어떤 치료를 받으셨나요?
처음에는 비수술치료를 시도해보자고
하셨는데 3번째 주사를 맞아봐도 그
때만 호전되고 그대로 이더라구요..
그래서 결국엔 수술치료를
결정하게 되었죠

처음 수술말씀을 듣게 되
서 많이 고민이 되셨을
텐데 주변에 반대는
없으셨나요?
수술에 대한 반대나
거부감은 없었어요.
아들이 사실 여기
저기 많이 알아보
았는데 이곳에서
수술받게 좋겠
다고 해줬어요. 그
래서 더 믿음이 갔지.

• 성별 : 남자
• 나이 : 58세
• 직업 : 이용업
• 증상
넘어진 이후로 오른쪽 다리가
저리고 당기면서 잘 걷지 못함

많은데 가서 고생하지 말고 전문병원에서
잘 치료해보자고 하니깐요..

본인이 수술을 결정하게 된 가장 큰 이
유는 어떤건가요?

우선은 편안해요. 병원에 와서 진료를 받기
전부터 모든 직원들이 따뜻하고 너무 친절
해서 나는 좋았어요. 더구나 입원해서는 더
좋았지요. 간병인 여사분들부터 간호사들까지 얼마나 살갑게 챙겨주는지 입원실 분위기가 최고였다고요.

치료 후에 어떤점이 좋으신거 같아요?

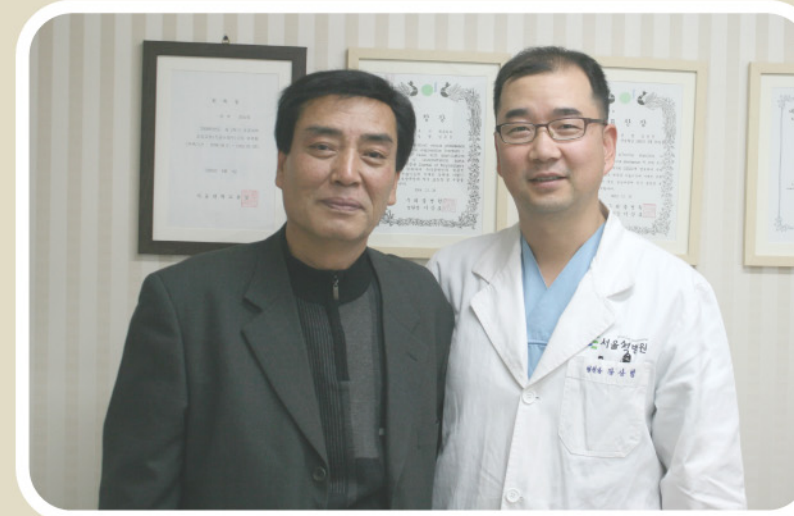
생활하는데 너무나 불편함이 없고 걷기를 마음대로 잘 할 수 있어서 바깥활동을 할 수 있으니까 좋아요. 노
원구에 정민학교라는 청각장애학교에 8년째 이발봉사를 나가고 있는데 계속 그 일을 할 수 있어서 보람차
고 기뻐요. 그러나 수술은 치료의 절반이고 그 이후에 내가 잘 관리 하는게 중요하다고 나는 생각해요. 항
상 일을 하다가도 허리에 무리가 가는 것 같으면 소파에 반듯이 누워서 휴식을 취해요. 원장님도 그렇게 하
라고 하셨어요. 그리고 걷기운동! 나는 그것이 참 중요하다고 생각해요. 하루에 20~30분 정도는 근처의 알
은 산을 걸어갔다 와요. 그리고 거기 산에 가면 운동기구가 있어요. 그럼, 허리에 부담이 안가는 걸로 해서
꾸준히 내 몸 운동을 시켜주는거지요. 허리에 무리를 주지 않고 적당한 운동을 하는 것, 그게 가장 좋은 관
리법이에요.

지금 치료후에 일상생활에 크게 불편한건 없으셨나요?

전혀 없어요. 나는 여기서 수술을 하고 입원실에 있을 때 병원모임을 만들었어요. 병실 분위기가 너무나 좋
아서 퇴원하고 나서도 서로 만나서 관리법에 대해서 서로 정보도 주고받고 평소에는 전화 연락도 자주 하
자는 의미로 친목 모임을 만든거죠. 내가 거기 회장으로 있는데 다들 하는 일이 다양해요. 부동산업, 건축
업, 사무직, 영업... 그래서 일상생활에서 터득한 관리법들도 다양하고 각자 만나서 너무나 재미나지요. 소개
를 건너 건너 받고서 치료에 대해서 궁금해하는 아픈사람들 한테도 우리가 실제 겪은 치료 경험담을 그대로
전해주니까 그 모임은 아주 의미가 있어요.

치료를 두려워하시는 분들께 경험하신분 으로서 한말씀 해주신다면요?

디스크가 안좋다는 사람들을 보면 나는 그렇게 말을 해요.
서울척병원에 가면 무조건 수술을 하는게 아니라 정확하게 진단을 해서 비수술치료를 하거나 필요한 수술
만을 하니까... 그리고 아주 기술도 좋아서 손가락 한마디만큼만 찔고 수술을 하니까 아프지도 않고 금방
일어나서 돌아다니니까 좋다고 해요. 나도 지금 수술을 받은 자리가 흉터가 안보일정도로 잘 아물었고 아프
지도 않아요. 그리고, 올바른 치료를 계기로 해서 건강관리를 더 잘 하게 되고 더욱 건강한 삶을 살게 되었
습니다. 그전에 젊어서는 내 몸 하나 믿고 아픈것을 별 대수롭지 않게 참았었는데 나이 들어서는 내 몸에
어떤 이상이 있는 것 같다 싶으면 꼭 전문병원을 찾아서 정확한 병을 알아내고 필요한 치료를 받는게 제일
인거죠. 수술을 받고 나서는 건강에 더 신경을 쓰게 되어 금연계획도 세우고 되었고, 적당한 음주도 조절하
게 되었습니다. 더 건강한 삶을 위해서 두려움은 잠시 떨쳐내시고 용기를 내서 전문병원을 찾아보세요.



조용하지만 강하다 서울척병원

척추 수술만큼 '말' 많은 질환도 없다. '척추 수술을 하면 앉지도 못하고 병신이 된다' '수술 하나 안 하나 똑같다' 등 전문가들 사이에서도 척추 수술은 여전히 '뜨거운 감자'다. 서울대 의대 동기이자 우리들병원에서 함께 근무(했던) 한 후 강북에 개원하여 빠르게 성장하고 있는 서울척병원 장상범, 김동윤 두 원장의 이야기를 들어본다.

사진 신지호 기자 취재 이금숙 기자



가능한 수술을 하지 않는다.

환자라면 누구나 수술 안하고 나올 수 있기를 바란다. "척추병원에 가면 무조건 수술을 하라고 하니까, 오히려 한방 병원, 민간요법 등에 의지하다 시기를 놓치고 늦게 온 환자가 많아요" 장상범 원장의 말이다. 서울척병원의 첫 번째 원칙은 비수술 치료다. 이 병원은 실제로 신환수 대비 수술률이 일반 척추 전문 병원의 절반 정도다. 매년 척추수술이 30%씩 늘어가는 현실과는 반대의 길을 걷고 있는 것이다. 장상범 원장은 "과거에 비해 수술기술이 발달했고, 아파도 참고 살던 환자들이 점차 삶의 질을 생각하면서 과거보다 수술이 많아진 것은 사실이지만 아직도 의사가 과잉수술을 유도하는 경우가 많아 문제가 되고 있다"고 말했다.

이 병원에서는 마비가 온 환자가 아니라면 약물, 물리치료 등 보존치료를 한달 이상 한다. 한달 정도 내에 수술을 해야 할지 말아야 할지 결단을 내는 것. 김동윤 원장은 "척추 수술은 수술 (자체) 수기의 문제보다 애당초 진단을 잘못해 문제가 되는 경우가 많다"고 했다. "다리가 당긴다" 등 허리보다 다리에 증상이 나타날 때 척추수술을 고려하게 되는데, 이런 증상이 척추 때문이 아니라 관절염, 엉치의 근육통, 당뇨병으로 인한 말초 신경염 등으로 인해 나타날 수도 있다는 것이 김 원장의 설명이다. 김원장은 "특히 척추 검사를 위해 MRI를 찍으면 증상이 심하지 않은 사람이라도 디스크가 검게 변성돼 있거나 튀어나와있는 등 척추의 문제점들이 발견된다. 이렇게 되면 아픈 증상이 척추와 무관한데도 불구하고 괜히 수술을 권하는 경우가 생길수 있다"고 말했다.

따라서 척추수술은 여러 전문의에게 물어본 뒤 결정하는 것이 좋다. 김동윤 원장은 "수술을 주로 하는 사람은 수술부터 권유할 가능성이 크고, 비수술 치료가 전문인 의사는 다른 치료를 받게 하느라 수술 시기를 놓칠 수 있기 때문에 수술과 비수술적 치료 모두에 능한 전문의에게 물어보는 것이 좋다"고 말했다.

수술은 최후의 방법

"수술을 하려면 기본적으로 한 달은 두고 봐야 해요."

척추 수술은 허리가 아프거나 다리가 당기는 등 증상이 오래됐고 발이나 다리에 마비 증상이 있고 ?MRI 등에서 이상이 발견됐고 척추 협착증이 있으면서 불안정성을 동반한 경우는 고려할 수 있다. 척추 수술은 근육이나 뼈의 손상을 가능한 적게 하는 '최소침습적 방법'으로 하는 것이 좋다. 서울척병원은 최소침습의 원칙에 따라 거의 대부분의 수술을 '미세현미경 수술', '2X2 고정술'이나 '연성고정술'로 시술한다.

척추 고정술은 척추 뼈가 앞으로 빠지는 등 '불안정성'이 있을 때 실시하는 수술이다. 기존 척추 고정술은 피부를 약 15cm 절개해 근육을 벌리고, 문제가 있는 척추 뼈를 드러내고, 나사못을 박고, 자기 뼈를 이식하고, 피부를 꿰맨다. 서울척병원에서 시술하는 2X2 고정술은 그러나 피부의 두 곳을 2cm 정도 절개하기 때문에 과도한 절개로 인한 허리 근육의 위축이나 허리 근력 약화를 방지할 수 있다. 또 현미경을 통해 뼈를 통째로 들어내지 않고 문제가 있는 부분만 미세하게 긁어내므로 자기 뼈가 상당부분 보존된다. 피도 많이 안 흘리기 때문에 수혈을 안 해도 된다. 척추 고정술은 보통 2주간 입원을 하지만 2X2 고정술은 5일 정도 입원한다. 장상범 원장은 "척추수술을 하면 허리가 아프다고 말하는 사람이 많



만 성 척 추 질 환 - 이 제 는 완 치 다 !

"의료수준이 높아짐에 따라 완치가 가능"

몸의 건강을 가능하는 신호는 여러 가지가 있지만 직립보행을 하는 인간에게 허리통증만큼 불편한 것이 또 있을까 싶다. 게다가 허리통증은 잠깐 아프다가 마는 것이 아니라 한 번 아프기 시작하면 만성이라고 생각하고 통증을 안고 살아가게 되는 경우가 꽤 많다. 나이가 들면 다 그런거겠지, 또는 앉아서 서서 하는 직업 때문이겠지 하고 오랜기간 동안 질환을 안고 살아가는 경우가 많다. 그러나 비수술적 요법과 함께 수술적 요법등 허리질환에 대한 의료수준이 더욱 발전하여 완치할 수 있다고 한다.

"비수술적 요법"

일단 허리가 아플 때 병원을 꺼리게 되는 이유 중 하나가 수술을 하게 될지도 모르는 두려움 때문이다. 이에 대해 서울 척병원의 김세윤 원장은 "많은 척추디스크 환장 중 실제로 수술이 필요한 환자는 그리 많지 않습니다. 정도의 차이는 있지만 특별한 수술치료 없이, 어느 정도의 안정만 취하면 나올 수 있는 것이 허리디스크입니다"라고 말했다. 디스크로 인한 허리 통증은 튀어나온 디스크가 압박하는 신경에 염증이 동반되고 외부의 자극으로 흥분상태가 되기 때문이라고 한다. 이런 통증에 비수술적요법으로 가장 많이 사용되고 있는 것이 FIMS 치료법이 있다. 이 치료법은 이처럼 과민해져 통증을 일으키는 신경에 직접 투여하여 신경이나 주위 조직의 염증과 부종을 없애준다. 방사선 투시장비를 이용하기 때문에 아픈 곳을 정확하게 찾아 정밀하게 주입하는 것이 가능하며 기본적으로 1~2주 간격으로 3회 정도 치료를 받으면 효과를 볼 수 있으며 부작용이 거의 없는 안전한 치료법이다. 주사를 이용한 치료법이나 '빠주사'와는 전혀 다른 치료법이다. 그 외에 약물치료와 물리치료가 병행된다.

"수술적 요법"

비수술적 요법으로 꾸준히 치료를 했음에도 불구하고 증세가 호전되지 않을 경우에는 수술등이 방법으로 적극적인 치료를 해야 한다. 서울 척병원의 김세윤 원장은 "젊고 활동적인 사람에게서 발생한 재발가능성이 높은 디스크, 협착증 환자중 주로 여성이거나 특히 수술후 허리 유연성이 중요한 직업을 가진 경우에는 연성고정술을 하게 됩니다"라고 말했다. 연성고정술은 허리를 구부리는 등 척추의 운동성을 유지하기 위해 필요한 수술방법이며, 디네시스라는 기구를 사용한다고 한다. 최소침습방식으로 미세현미경 수술을 시행한 후 추가로 2cm 절개를 2군데 하여 신경을 압박하는 뼈와 주위조직을 제거하고 디네시스 시스템을 이용해 척추불안정을 해소하며 허리의 관절기능을 최대한 살리는 수술이라고 한다. 또 물리치료나 약물치료, 운동요법 등으로도 증상이 개선되지 않는 만성요통환자에게 신경을 건드리지 않고 수술이 필요 없으면서 신경근 손상 같은 합병증이 적어 노약자나 고혈압, 당뇨병 환자수술에 도움을 줄 수 있는 '22 척추고정술'의 방법도 있다.



은데 수술 시 근육을 많이 절개해 정상 근육 손상이 심할 때 그런 증상이 잘 나타난다. 그렇게 되면 수술이 잘 됐어도 근육의 기능이 떨어져 허리 통증이 지속되고 자기 허리 움직임이 유지가 되지 않을 수 있다"고 말했다.

연성 고정술은 디스크 재발 환자, 척추협착증과 불안정성은 있지만 척추 고정술까지는 안 해도 되는 사람에게 시행한다. 뼈를 들어내거나 이식을 하지 않고, 최소침습을 통해 부드럽게 움직이는 연성 나사 못을 이용, 정상적인 움직임만 하도록 잡아준다. 서울척병원에서는 수술이 필요한 경우라도 2X2 고정술 보다 위험도가 덜하고 자기 뼈를 보존할 수 있는 연성 고정술을 더 많이 시행한다.

척추 수술은 사후 관리가 반

디스크 수술에 완치란 없다. 척추는 나이가 들면 자연스럽게 나타나는 퇴행성 변화기 때문에 수술을 하더라도 젊은 시절만큼 건강한 척추로 되돌릴 수 없다. 장 원장은 "보통 수술을 하면 다리가 당기거나 마비 증상은 없어지지만 남아있는 디스크 자체의 변성은 그대로 남아 있고, 수술 후 근육이 위축되므로

허리가 아플 수도 있다. 따라서 척추 수술에 불만족하는 사람이 많다. 때문에 수술 환자에겐 정확하게 설명해서 수술 후 상태에 대해 이해를 시키고 스스로 사후 관리를 철저하게 할 필요가 있다. 그것이 환자 만족도를 높이는 길"이라고 말했다.

때문에 이 병원에서는 그 어떤 병원보다 전문의들이 충분히 설명하고 사후 관리도 꼼꼼히 체크한다. 퇴원 후에도 전문 간호사가 한달 정도 전화 상담을 통해 환자관리를 한다. 또한 매년 퇴원 환자를 초대하는 '홈커밍데이' 행사를 실시해 환자와의 유대감을 형성하는 동시에 퇴원 후 관리 기회로 삼는다. 김세윤 원장은 "병원이 환자들을 평생 관리해준다는 원칙에 따라 퇴원 환자들이 병원과 쉽고 지속적으로 커뮤니케이션을 할 수 있도록 여러 행사를 기획 중이다"고 말했다. 김 원장은 "특히 척추 질환은 수술 후 관리가 제대로 되지 않으면 관절 등 다른 부분에도 문제가 생길 수 있다. 퇴원 후에도 환자와 직간접적인 만남을 통해 병에 대해 지속적인 관심을 가질 수 있도록 환자들을 고무하고 지속적으로 최신 정보도 줄 예정이다"고 말했다.



김세윤 원장

척병원 가족 겨울인사



간호과장 박선미

간호과장 - 박선미

개원을 앞두고 동분서주 하던 일이 엇그제 같은데, 어느새 2년6개월이 지났습니다. “최고의 의술과 의료서비스” “믿을 수 있는 병원” “편안하고 밝은 병원생활” 등 척병원을 경험하신 분들의 한결 같은 소중한 한마디가 오늘도 미소 짓고 씩씩하게 일할 수 있는 원동력이 됩니다. 감사합니다! 고맙습니다! 사랑합니다! 더욱 노력하고 발전하겠습니다.

2009년 기축년에는 더욱 번영하는 한 해가 되기를 바랍니다.



총무과장 김한수

총무과장 - 김한수

하루를 지내고 나면, 더 즐거운 하루가 오고 사람을 만나고 나면, 더 따스한 마음으로 생각하고, 2009년 기축년 한해는 열어보지 않은 선물입니다. 아무도 모르는 희망의 선물, 사랑의 선물입니다. 무엇이 있을지, 어떤일이 있을지 아무도 모릅니다. 좋은일이 생기면, 더 행복한 일을 만들수 있는 아름다운 새해를 만드시길 기원합니다..

(하쿠나 마타타 -> 걱정하지마 모든것이 다 잘될거야라는 주문이랍니다.)



재무과장 고영식

재무과장 - 고영식

새해가 오고 있습니다. 우리 모두 자신의 motto를 가지고서 즐겁게 일하도록 해요! 초심을 잃지 말고: 척병원에서 일을 시작할 때 결심했던 그 마음가짐으로..

Smile : 어차피 부딪치고 해야 할 일이라면 행동도 생각도 긍정적으로..

Die-hard : 업무, 공부, 취미에 대해서 끈덕진 자세로..

配慮(배려) : 환자와 동료와 선후배, 상하간, 상대방의 입장에서 생각해보고

서로 존중과 존경하는 마음과 자세로..

현재 IT업계의 사장이신 선배가 제게 해준 이말을 아침마다 생각해보면서 반성 또 반성합니다. 척병원 가족과 고객님 모두 새해에 복 많이 받으시고 건강하시길 바랍니다!



원무과장 김동우

원무과장 - 김동우

서울척병원을 선택한 고객과 가족의 행복과 미래를 위해서 최선을 다하시겠다는 병원장님의 약속아래 개원한지 어느새 2년6개월이 지났습니다.

단지 유명한 의사들이 있고 병원이 커다는 이유 하나만으로 척병원에 오시는 고객분들도 있으시겠지만 척병원을 경험하신 고객분들은 진짜 이유를 믿을수 있는 신뢰라고 말씀 하십니다. 척병원과 고객님의 신뢰로 오늘의 척병원이 존재합니다.

2009년에도 척병원은 더욱 발전하겠습니다. 고객님과 함께 나아가겠습니다

고객님 감사합니다.

조기진단과 완치를 위한

무료 무릎관절 공개강좌

무료 무릎 관절 질환 정보 제공 및 건강 캠페인

우리 몸과 무릎 관절 질환을 제대로 알아야 퇴행성 질환에 대비할 수 있고 노년기의 건강한 삶을 누릴 수 있습니다. 일상 생활 속 올바른 무릎 관리법과 완치를 위한 치료법을 전달해 드리는 공개 강좌에 많은 참석 부탁드립니다.

• 일 시

2009년 1월 15일 (목) 오후 3시
서울척병원 2층 회의실 / 50명 선착순 등록

• 내 용

〈강좌〉 15:00~15:30 서울척병원 정형외과 원장 안준환
무릎 관절 질환의 진단과 치료, 예방법

〈알고 싶습니다!〉 15:30~16:00 질문과 답변 시간
정형외과 전문 의료진에게 궁금했던 사항을 직접 상담

• 참가대상

- 무릎관절에 관심 있는 모든 분
- 관절염을 앓고 계신 환자 또는 가족분
- 무릎관절의 기능 장애로 고생하시는 환자 또는 가족분

• 강좌등록방법

서울척병원 02-940-2000 으로 전화연결하신 후 안내에 따라 병원 직원연결 후, 참가 희망자 분의 이름, 주소, 연락처, 참석자수를 말씀해 주십시오.

※ 무릎관절 공개강좌는 무료로 진행됩니다.

