

번호 18-3

제 목	국문	일부 남학생의 근막통 증후군 유병률과 위험요인			
	영문	Prevalence and Risk Factors of Myofascial Pain Syndrome on School Boys			
저 자 및 소 속	국문	김덕수, 임현술, 김두희, 이종민* 동국대학교 의과대학 예방의학교실, 재활의학교실*			
	영문	Duck Soo Kim, Hyun-Sul Lim, Doohee Kim, Jongmin Lee* Department of Preventive Medicine, Rehabilitation Medicine*, Collage of Medicine, Dongguk University			
분 야	보건관리 ()	발 표 자	일반회원 ()	발표 형식	구 연 (○) 포스터 ()
	역 학 (○) 환 경 ()		전 공 의 (○)		
진행 상황	연구완료(), 연구중(○) → 완료 예정 시기 : 1999년 10월				

1. 연구 목적

남학생의 근막통 증후군의 유병률과 관련 위험요인을 조사하여 청소년기 남학생의 근골격계 질환을 예방하기 위한 기초자료로 활용하고자 한다.

2. 연구 방법

초등학교 6학년부터 고등학교 3학년까지 남학생 489명을 대상으로 연구자가 개발한 구조화된 설문지를 이용하여 1999년 5월 13일부터 6월 14일 중에서 7일간 각 학교를 방문하여 조사를 실시하였다. 각 학년별로 무작위로 선택한 반에 대하여 설문지를 나누어주고 개인이 직접 작성하게 한 후 연구자가 설문지를 확인하여 기록되지 않은 내용은 보강하였다. 그 후 상체 대칭성에 대한 이학적 검사를 실시하였으며, 재활의학과 의사에 의한 근막통 증후군 검사를 실시하였다. 경사계(inclinometer)를 이용하여 흉추 후만도와 요추 전만도 검사를 실시하였다. 근막통 증후군의 진단은 주관적으로 느끼는 통증이 있으며, 촉진에서 taut band가 확인되며, 압력을 가하였을 때 통증이 있는 경우로 정의하였다.

통계분석은 SPSS version 8.0을 이용하였다. 근막통 증후군으로 진단받은 군과 정상군으로 나누어 조사한 위험요인과 단변량 분석을 실시하였으며, 단변량 분석에서 유의하게 조사된 변수인 학년, 신장, 체중, 앉은 신장, 가슴둘레, 컴퓨터 사용유무, 요추 전만도, 책상과 의자 만족도 변수를 이용하여 로지스틱 회귀 분석을 실시하였다.

3. 연구 결과

목, 어깨, 팔, 등 및 허리에 주관적으로 느끼는 쑤심, 저림, 통증 등의 불편한 증상을 지난 일주일 동안 경험하였다고 응답한 학생은 209명(42.7%), 지난 1년간 경험하였다고 응답한 학생은 218명(44.6%)이었다. 재활의학과 의사에 의하여 진단한 근막통 증후군의 유병률은 29.4명/100명이었다. 근막통 증후군으로 진단받은 144명 중 대부분의 사람들이 치료를 받은 적이 없으며, 공부할 때 통증을 가장 많이 느꼈으며, 원인은 자세불안으로 생각하는 사람이 가장 많았다.

학년별 근막통 증후군 유병률은 100명당 초등학교 6학년이 18.4명, 중학교 1학년이 24.7명, 2학년이 22.6명, 3학년이 25.6명, 고등학교 1학년이 40.3명, 2학년이 31.3명, 3학년이 49.2명으로 학년이 높아질 수록 유의하게 증가하였다($p < 0.01$). 주로 사용하는 손과 학교 체육시간 이외 운동 유무에 따른 근막통 증후군 유병률은 유의하지 않았다. 컴퓨터를 사용하는 군에서 근막통 증후군 유병률이 유의하게 낮았다($p < 0.05$).

가방운방 방법, 등교 방법에 따른 근막통 증후군 유병률은 유의하지 않았다. 책상과 의자 만족도 에서는 만족하지 않는 군에서 만족하는 군에 비하여 근막통 증후군 유병률이 유의하게 높게 나타났다($p < 0.01$). 신체계측인자별 분석에서는 근막통 증후군 군에서 신장, 체중, 앉은 신장 및 가슴둘레가 유의하게 높았으며($p < 0.05$, $p < 0.01$), 요추 전만도는 유의하게 낮았다($p < 0.05$). 흉추 후만도는 유의한 차이가 없었다.

근막통 증후군의 위험요인 단변량 분석에서 유의하게 나타난 변수를 이용하여 로지스틱 회귀 분석을 실시한 결과는 책상과 의자에 만족하는 군에 비하여 불만족하는 군에서 근막통 증후군이 유의하게 높았다(교차비 : 1.71, 95% 신뢰구간 : 1.11-2.62).

4. 고찰

과거 청소년들은 가방을 들고 다녔으나 현재 대부분의 학생들은 무거운 가방을 어깨에 매고 다니며, 컴퓨터의 빠른 보급으로 성장기에 의자에 앉아서 보내는 시간이 많아지면서 활동량의 감소 및 체력의 저하가 이루어지고 있다. 또한 영양 섭취가 잘 이루어지면서 학생들의 체구가 서양과 유사해 지는 반면 아직까지 책상과 의자는 체구에 못 미치고 있으며, 그로 인한 근골격계질환의 발생이 많아지고 있다. 본 조사에서도 본인이 사용하는 책상과 의자에 불만족한다고 응답한 사람이 203명(41.5%)으로 과거 조사에 비하여는 감소하였으나 아직까지도 높은 수치이며, 근막통 증후군으로 진단받은 군에서 통계적으로 유의하게 책상과 의자에 불만족한 것으로 조사되어 앞으로 이에 대한 연구가 진행되어야 하며, 학생들의 체구에 맞게 책상과 의자를 조절하여야 한다.