

제 36 호 1985년 9월 1일

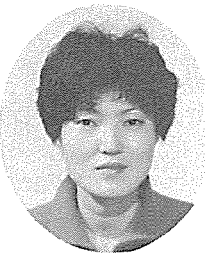
물리치료회보

대한물리치료사협회

Korean Physical Therapy Association

새로운 마음가짐으로

福祉理事 張敬淑



會員여러분! 반갑습니다.

홀륭하신 會員들도 많은데 제가 복지이사라는 面目으로 人事말씀을 드리게 됨을 기쁨과 아울러 송구스럽게 생각합니다. 유난히도 무더웁기만 했던 올 여름이었던가 봅니다. 몹시도 지루하고 짜증스럽기만한 나날들도 서늘한 가을은 다가오고야 마리라는 自然의 섭리를 꼭 믿기에 견딜 수 있었던 것이 아닌가 하고 생각합니다.

봄이 있었기에 가을이 있고 씨를 뿌렸기에 수확이 있으며 알찬 노력이 있었기에 풍요한 結實이 있다면 協會創立 20주년, 會員數 2,500여명의 대식구가 되기까지 선배 여러분과 會員 모두의 온갖 노력으로 맺어진 결실일진데 보다 나은 協會의 發展을 위해서는 우리 會員 모두 가일층 結束된 힘과 創意的인 活動이 더욱 절실히 요구된다고 봅니다.

오늘날 우리 協會는 급변하는 시대의 흐름 속에서 무한한 가능성을 안고 성장과 발전을 거듭하고 있고 이것은 앞으로 더욱 가속화되어 나갈 것으로 전망됩니다. 그러나 量的확대와 質的變化가 우리에게 주어진 결실이 무엇이었던가에 관해 미래 사회를 전망하는 이 시점에서 再吟味되어야 할 필요가 있다고 하겠읍니다. 보다 알찬 協會의 발전을 위해서는 보다 뚜렷한 새로운 마음가짐과 아울러 우리의 모든 예지와 창의력을 모아 앞으로 우리 協會가 극복해야 할 難題들을 미리 예측하고 평가하여 이에 대처하고 그 해결방안을 모색함으로써 무한한 발전이 기약될 수 있으리라고 생각되며 그러기 위해서는 한 방울의 물이 고여 강물을 이루듯이 어느 개인의 힘이나 소수인만의 노력이 아닌 우리 모두의 따사한 마음과 정성으로 가꾸어 나가야 될 것입니다. 나무가 크면 그늘도 크듯이 協會의 發展이 즉 우리 개개인에게 큰 도움으로 작용되리라고 봅니다.

이제 우리!

“나”라는 대명사가 「우리」로 바꿈하여 협동하는 회원 단결하는 회원으로서 무한한 발전을 기약합니다. 그리하여 우리 사회의 信望있는 전문인의 하나로서 비중 큰 단체의 하나로서 자리잡기 위해서는 하면 된다는 자신감과 열성이 필요하리라고 봅니다. 한 사회에 있어서나 개인에 있어서나 어떤 발전을 크게 이루기 위한 기본적인 조건은 바로 자신을 갖는데 있다고 생각합니다. 자신을 갖고 어려움을 꾸준히 극복해 나감은 첫째 단계이고 그러한 노력으로 이룩된 성과에 대해 긍지를 지니게 됨은 둘째 단계입니다. 이러한 긍지는 이룩된 발전을 계속 보존하고 더욱 키워나가는 바탕이 될 것입니다.

우리 모든 회원의 바램이 말없는 가운데서도 무척 클 것이며 바램이 크다면 해야할 일 또한 무척 많을진데 무엇을 어떻게 노력해야 할 것인가를 부지런히 찾아서 함께 연구 실행하여야 할 주요한 과제들이 아닌가 하고 여겨집니다.

전문인으로서의 교육과 자격을 지닌 풍부한 인력이 부지런히 일할 수 있는 취업 증대방안의 모색, 기취업인의 권익수호, 보다나은 대우를 수혜하기 위한 제도적 보장, 상부상조 할 수 있는 여러가지 제도적 장치마련 등등.....

會員 모두의 요구에 부응해서 이들을 능히 소화 흡수할 수 있는 체신을 유도하고 또 여타의 문제들을 보다 효과적으로 발굴 배양하기 위해서는 스스로의 단결과 참여의 폭을 넓힘과 동시에 학문적 인격적 도야를 위한 연구, 노력이 개개인 스스로 끊임없이 계속되어야만 할 것입니다. 그러하므로써 구체적이고도 실질적인 혜택이 보다 효과적으로 주어지리라고 믿읍니다.

이 모든 것은 결코 쉬운 課題가 아니고 總合的이고 多元的인 어려운 課題이리라 봅니다. 또 반드시 밝고 달콤한 앞날만 보이는 것도 아닐 것입니다. 우리는 우리 스스로를 아끼기 때문에 또 결국 밝은 앞날을 창조하는 것도 바로 우리이기 때문에 우리 속에서 우리의 지난날과 현재의 경험속에서 우리가 처한 사회여건 속에서 새 가치, 새 삶, 새 기틀을 찾아서 새로운 마음가짐을 지녀야 되겠읍니다.

* 이대부속병원 물리치료실장

감히 바라움전데, 모임의 기회가 주어졌을 때 모든 회원 스스로가 기꺼이 빠짐없이 참여하여 겪고 있는 어려움이 나 불만을 토로하고, 이를 해소하기 위한 요구 내지 건의를 협회에 강력히 주장하고 협회 또한 모든 회원의 의견을 경청할 수 있는 기회 부여와 회합을 가졌을 때보다 진지한 성과를 거둘 수 있도록 세심한 배려가 수반된 노력이 뒤따라야 하겠고, 업무 추진 또한 회원의 합리적 총체기구로서의 역할을 빈틈없이 수행해 나갈 수 있도록 소망하는 바입니다.

저 또한 회원의 한 사람으로서, 協會 任員陳의 한 사람으로서 회원 여러분께 도움될 수 있는 길을 찾아 미약한 힘이나마 온갖 정성을 다해보리라고 마음먹어봅니다. 언제나 반가운 會員 여러분께 건강과 행운이 따르시기를 염원합니다.

Lumbar Manipulation (4)

과천 박물리치료과 박 지 환

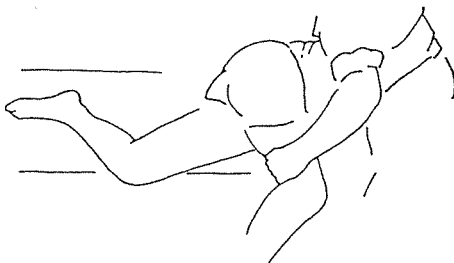
전화 502-0257

1. Alternative lumbar rotation

일반적으로 임상에서 manipulation을 실시하다 보면 환자를 충분히 relax시키기 어려울 때가 종종 있다. 특히 Cyriax technique (제 28호 회보 참조)은 긴 지렛대 원리를 응용하기 때문에 더욱 환자에게 무리가 수반될 수 있다. 이때 다음과 같은 방법을 사용하면 충분한 이완과 아울러 안전한 mobilization이 이루어질 수 있다.

자세 : 환자를 옆으로 누인 후 아래측 다리를 편안하게 약간 구부린다. 위측 다리는 hip flexion 80°, Knee flexion 80°시킨 후 무릎 안쪽 distal femur를 치료자의 손으로 감싸준다. 환자의 한 쪽 팔을 배 위에, 다른 쪽 손은 턱 근처에 위치시킨다.

방법 : 환자의 등을 잡고 있는 손가락은 치료코자 하 vertebra의 upper spinous process를 누르면서 trunk를 고정시킨다. 환자의 무릎을 왼 손으로는 lumbar rotation시키면서 끝 부분에 가서 짧은 힘을 가한다. 이때 중요한 것은 환자의 hip이 abduction 혹은 adduction되지 않도록 즉, 다리로는 단순히 pelvic의 지렛대로서만 작용하도록 하여야 원하는 lumbar rotation 효과를 얻을 수 있다.



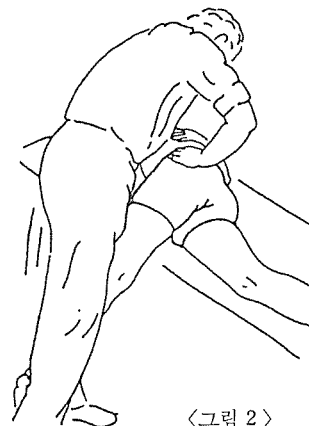
<그림 1>

2. Straight leg raising 을 이용한 lumbar rotation

lumber rotation과 S.L.R.은 각각 다른 technique이다. 그러나 한쪽 다리를 침대끝에 내려트려 실시하는 lumbar rotation이 때로 효과적인 때가 있다. 즉 환자의 다리 무게가 rotation에 assist 한다는 잇점이 있다.

자세 : 환자의 calf muscle이 치료자의 다리 사이에 오도록 한후, 왼손으로 환자의 왼쪽 어깨를 잡아 고정시킨다. 오른손으로는 환자의 왼쪽 hip을 감싸쥐고 across 하게 밀어준다.

방법 : 왼손으로는 환자의 어깨를 누르면서 오른손으로 환자의 femur를 압박하면서 lumbar rotation시키는데, 이때 무릎 사이에 둔 환자의 다리는 knee extension유지와 동시에 hip flexion 각도를 서서히 증가시킨다. 즉 S.L.R. tension 증가와 아울러 lumbar spine를 rotation시켜야 한다(이 방법은 S.L.R.이 요구되는 lumbar manipulation에만 시행하여야 한다).



<그림 2>