

제 39 호 1986년 3월 20일

물리치료회보

대한물리치료사협회
Korean Physical Therapy Association

'86, '88에 다함께 참여를

올림픽과 물리치료 (I)

홍보 부장 홍 성 렬

연세대학교 인구 및 보건
개발 연구소 연구원

성 수 원



양 대회의 국제적 행사는 다가오고 있습니다. 이같은 범 국민적인 스포츠 제전을 앞두고 우리 물리치료사로서의 할 일이 무엇인가를 한번쯤은 생각해 보아야겠습니다. 첫번째로 자원봉사자로서의 길이 있습니다.

'84 LA 올림픽 대회에서도 자원봉사자인 물리치료사의 활약은 두드러졌다 합니다. 선수 보호 및 손상의 예방 또한 손상시의 조속한 치료로 경기력 향상에 일익을 담당하여야 할 우리의 임무는 막중하다 하겠습니다.

두번째로 Athletic trainer로서의 길이 있습니다. 정부에서도 양 대회의 효율적인 의료 지원을 위해 Athletic trainer의 필요성을 인식하고 A·T 제도를 도입하였습니다.

우리나라 스포츠 발전을 위하여 A·T 양성 계획을 올림픽조직위원회 및 관계부처와 협의하여 본 협회에서는 이에 적극적으로 참여하기로 결정하였으니 관심 있는 회원의 적극적인 협조를 바라겠습니다.

문은 두드려야 합니다. 가고자 하는 사람에게 항시 길은 있습니다. 국가적 양 대회에 우리의 조그마한 힘을 발휘하여 정부시책에 호응하고 자신의 명예와 보람을 함께 얻을 수 있는 좋은 기회가 아니겠습니까? 스포츠에 있어서 물리치료의 중요성은 날로 증대되고 있습니다. 이같은 중요성에 비추어 볼 때 아직 우리나라의 스포츠 물리치료는 미흡하다 하겠습니다.

이제 기회는 왔습니다. 우리의 단결된 힘으로 우리의 영역을 넓혀 나아가야 하겠습니다. 그러기 위해서는 스포츠 물리치료에 더 많은 학문 탐구와 연구 활동으로 우리의 터전을 닦아야만 합니다.

회원 여러분!

지금도 늦지 않았습니다. 국가에 봉사하고 자신의 발전을 위하여 '86, '88에 다함께 참여하여 성공적인 양 대회가 될 수 있도록 노력하여 주시기를 부탁드립니다. 끝으로 회원 여러분의 가정에 행운이 같이하기를 기원합니다. 감사합니다.

'86 아시아경기대회는 지금까지 우리나라에서 거행되었던 어떤 국제경기 대회 보다도 규모가 큰 종합경기대회이다. '88 올림픽대회의 개최국으로서 올림픽경기의 사진 점검의 의미도 있으며 또한 올림픽 주최국으로서의 역할을 세계에 과시하여야 하므로 '86 아시아 경기대회의 성공적인 운영은 체육인 뿐만 아니라 국가적, 국민적 과제라 할 수 있다.

또한 '86 아시아경기대회 의무지원에 의료계가 참여함으로써 그간 체계적으로 발전하지 못하였던 스포츠 의학의 발전과 의료수준의 선진화에 기여할 것으로 생각된다.

따라서 첫번째로 '84 LA 올림픽에서 물리치료에 대하여 서술하고 이어서 아시아 경기 대회에서의 물리치료에 대하여 논하려 한다. 또한 Athletic trainers에 대하여도 연재할 생각이다.

여기에 그 첫번째 순서로 '84 LA 올림픽에서의 물리치료를 실는다.

(1) 물리치료의 현황

'84 LA 올림픽에서 물리치료 서비스는 일반적으로 선수촌 거주자 모두(운동선수, 임원, 직원, 기타)에

(*)

POLY CLINIC VISITS BY ENCOUNTER TYPE

| TOTAL VISIT | MED-ZCAL | EYE* CARE | DANTA-LCARE | PHYSI-CAL THERA-PY** | |
|-------------|----------|-----------|-------------|----------------------|-------|
| UCLA | 2,952 | 1,564 | 196 | 184 | 1,008 |
| USC | 5,010 | 2,484 | 402 | 360 | 1,764 |
| UCSIS | 622 | 275 | 48 | 31 | 268 |
| TOTAL | 8,584 | 4,323 | 646 | 575 | 3,040 |

* 안과적 상해나 질병으로 치료받은 경우는 여기에 포함되지 않고 MEDICAL에 포함시켰다.

** 물리치료는 진찰과 진단명을 초진때 받는 것은 MEDICAL로 넣었고 그외의 서비스는 물리치료에 포함시켰다.

게 적용되었다. 물리치료는 물리치료사와 Athletic trainers 에 의해 행하여졌다. 물리치료 서비스 내용은 다음 사항을 포함한다.

- o Hydrotherapy, whirl pool.
- o Massage, ice massage.
- o Taping.
- o Ultrasound and electrical Modalities.

참고로 세 곳의 선수촌병원(UCLA, USC, UCSB)에 내원한 환자집계를 실는다. (*표)

(2) 선수촌 병원에서 진단명

선수촌 병원의 특성상 일반병원과 차이점이 많이 있는데 그중 대표적인 것이 경기장 및 선수촌내에서 급박한 사고로 인한 근골신경계(neuro musculoskeletal system)의 손상이 집중된다. '84 LA 올림픽 때 다음과 같은 질병명이 전체 환자의 47%를 차지했고 이중 16%가 하체에 염좌(sprain or strain)을 입었다.

또한 전체 선수촌병원의 30%에 해당되는 환자에게 물리치료 및 마사지 서비스를 행하였다. 진단명은 다음과 같다.

| 순위 | 진단 및 처치명 | 발생수 |
|-----|---|-----|
| 1. | Knee & Leg Sprain | 676 |
| 2. | Ankle Sprain | 374 |
| 3. | Hip & Thigh Sprain | 352 |
| 4. | Physical Therapy | 311 |
| 5. | Acute Pharyngitis (Shore Thorat) | 203 |
| 6. | Lumbago (Lower Back Pain) | 168 |
| 7. | Shoulder/Art Sprain | 187 |
| 8. | Achilles Tendinitis | 159 |
| 9. | Myalgia & myositis(muscle aches inflammation) | 146 |
| 10. | Myopia(Near Sighted) | 146 |
| 11. | Pain in Limb | 137 |
| 12. | Noninfectious Gastroenteritis | 132 |
| 13. | Headache | 126 |
| 14. | Upper respiratory infection | 123 |
| 15. | Open wound of finger | 120 |
| 16. | Dental Problems | 117 |
| 17. | Joint pain in lower leg | 114 |
| 18. | Lumbar region sprain | 113 |
| 19. | Lumbosacral Sprain | 112 |
| 20. | General Unclassified Sprain | 107 |
| 21. | Knee Tendinitis | 100 |

그러면 어떤 경기에서 어떠한 상해가 발생 되는지 살펴 보기로 하자.

(3) 경기 종목별 다발 질환

- 1. 유도, 레스링, 역도; 관절부상, 골절
- 2. 다이빙; 척추손상, 장파열
- 3. 테니스; 테니스엘보, 어깨관절통, 손관절통, 요통, 무릎통증, 목디스크.

- 4. 양궁, 사격; 과통상
- 5. 복싱; 뇌의 충격으로 인한 질환, 치아손상, 안면 부파열상, 안구 충격으로 인한 시력 약화.
- 6. 사이클; 두부손상, 찰과상.
- 7. 농구, 핸드볼, 배구; 무릎연골 및 허리손상, 발목관절부상, 어깨부상.
- 8. 체조; 두부손상, 골절.
- 9. 육상; 근육파열, 신경계통손상.
- 10. 수영; 위경련 및 근육경련(취), 손가락골절.
- 11. 축구; 타박상, 골절, 뇌진탕.

(4) 물리치료의 중요성

각종 운동경기수요의 증가로 스포츠의학의 많은 발전이 있었다. 물리치료와 마사지 서비스도 그 수요가 급증하고 있는 추세이다.

'84 LA 올림픽에서도 스포츠 치료부가 전체 선수촌병원의 기능, 역할, 임무수행면에서 30%의 범위를 차지하였다.

올림픽과 같은 운동경기에서 물리치료의 범위는 크게 다음과 같이 3가지로 나눌 수 있다.

- ① 손상 예방을 위한 물리치료
 - ② 손상시 적절한 물리치료
 - ③ 운동기능증진 및 컨디션조절을 위한 물리치료
- 즉, 손상예방을 위한 물리치료로는 운동전 충분한 워밍업으로 기초체력을 단련시키고 약화된 근관절의 손상예방 방지, 또는 운동전의 마사지이고 손상시 신속히 치료하여 효과적으로 상해를 예방하는데 중요하다. 이상과 같이 올림픽과 스포츠의학, 물리치료의 중요성은 더 말할 나위 없다. 스포츠의학의 과학화 및 물리치료의 선진화에 올림픽 행사가 크게 기여하리라 믿는다.

전인요법의 이론과 실제

대전 선 병원 물리치료실
김 호 봉

1. Traction의 發達

Traction은 古代서부터 Fracture 나 Dislocation의 治療로 이용되어 왔고 Hippocrates의 "Mochlicus"라는 冊에서도 기술되어 있다.

1930년대 이후 脊椎의 力學的 장애(Mechanical derangement)로 神經의 壓迫에 의해서 생긴 疼痛治療에 對한 研究가 활발해지면서 traction은 지난 50여년 동안 背部의 技能장애의 保全의 處置로서 사용되어 왔고 많은 發展을 거쳐서 오늘에 이르고 있다.

이러한 traction은 初創期의 Buck's or Russel's traction과 같은 下肢를 직접 잡아 당기는 방법에서 二次大戰이후부터 研究가 차츰 시작된 Intermittent tr-