

신·경·통·특·집

견갑통(견비통)의 진단과 치료

견갑통의 이해

신경외과 외래를 찾아오는 환자 중 많은 환자들이 어깨나 목 혹은 목뒤의 등줄기를 따라 뻗치는 통증을 호소한다. 이런 증상은 단독으로 나타나기도 하고 여러 증상이 함께 나타나기도 한다. 이런 증상은 여러 가지 병에 의해 발생하므로 약이나 물리치료만 무턱대고 받아서는 치료기간이 길어지고 잘 치료되지 않을 뿐 아니라 치료시기를 놓칠 수도 있다. 또 진단 방법도 방사선 촬영이나 기계를 통한 검사뿐 아니라 환

통증은 여러 원인질병에 비해 지속적이고 매우 심한 통증을 동반한다. 또 팔에 방사통이 오랫동안 진행되는 경우 팔을 사용하지 않아서 그 합병증으로 어깨관절이 굳어 어깨관절통이 발생하기도 한다. 목뼈는 7개의 척추로 이루어져 있고 그 사이에는 각각 디스크가 있기 때문에 목에만 5개의 디스크(1번~2번 사이에는 없음)가 있어 목디스크가 발생한 위치에 따라 이런 방사통의 위치도 다르다.

이 병의 원인은 목뼈(추체사이)의 디스크가 나이가 들면서

신경구멍이 좁아져 신경근이나 척수신경을 압박하여 발생하기도 한다(그림2).

진단은 목뼈를 CT나 MRI등으로 특수촬영을 하여 디스크에 의한 신경의 압박상태를 보면 진단할 수 있다.

치료는 보조기 착용, 약물복용, 물리치료, 수술 등이 있으며 증세의 정도, 방사선 촬영상에 나타나는 디스크의 탈출

의 운동이 제한되고 유연성이 없어지며 이러한 증상은 50대 이후에 현저해지기 때문에 과거 이 병을 오십견이라고 불렀다. 관절이 굳으면 움직일 때 통증이 더 심해지므로 더욱 안 움직이게 되고 안 움직이면 다시 관절이 더욱 굳어지는 악순환이 계속되어 결국 어깨를 거의 움직일 수 없는 상태에까지 이르는 수가 있다.

진단은 방사선촬영을 하면 어깨관절의 만성 염증성 질환이 있는 경우에는 이상소견이 나타나므로 진단할 수도 있지만 대부분의 경우에는 방사선 소견에 이상소견이 관찰되지 않으므로 증상과 이학적 검사를 바탕으로 진단한다. 무엇보다 중요한 것은 원인이 되는 질환을 발견하여야 치료방침을 결정할 수 있다.

치료는 각 원인 질병의 치료를 위한 약물복용, 국소 마취제 및 스테로이드의 국소주사, 물리치료를 병행하는데 무엇보다 중요한 것은 환자 자신이 환측어깨를 능동, 수동적으로 움직이는 것이다(그림3).

어깨운동을 할 때 너무 통증이 심한 경우 목욕탕 내의 뜨거운 물 속에서 운동하면 통증을 줄일 수 있다. 그러나 너무 무리하여 어깨관절을 움직이는 경우 인대가 찢어지거나 관절 내에 출혈이 생길 수도 있으므로 주의해야 한다.

에는 회복되지 않고 자세가 불량한 채로 고정되기도 한다. 익숙치 못한 베게나 불편한 잠자리, 익숙치 못한 자세가 원인이 되기도 한다. 어깨와 목 사이의 근육에 통증을 호소하며 어깨 자체의 통증이나 압통, 운동제한이 없는 것이 특징이다. 근력을 강화시키기 위해 충분히 운동하고 일상생활에서 자세를 바르게 하도록 노력한다.

(4) 섬유조직염(섬유근육통)

아위고 걱정이 많은 30~50대 여자에 잘 생기는 병으로 주로 목과 어깨뒤의 견갑골 사이에 통증을 호소한다. 대개 통증부위에 7군데 이상의 압통부위가 있으며, 때로 피하 결절이 만져지며 이러한 결절은 누르면 심한 압통을 호소한다. 이 병은 근육이나 인대의 스트레스에 대한 반응으로 발생하며 반복되는 미미한 외상이나 불량한 일상생활이나 직업상의 자세가 원인이 된다. 피로, 정신적 스트레스, 사회경제적 갈등이 나쁜 영향을 미친다. 정서적 갈등의 해소, 적당한 운동, 자세 교정이 치료에 중요한 영향을 미친다. 그 외 약물복용, 국소주사 등이 효과가 있으며 맛사지나 온수 찜질이 효과가 있다.

(5) 근건막통 증후군

섬유근육통과 유사한 질병으로 모든 연령층의 남녀에서 모두 볼 수 있고 압통부위가 1~5군데로 많지 않으며 압통부를 누르면 팔의 일정한 특정부위에 방사통이 생기기도 한다.

원인은 불량한 자세, 과로, 과도한 움직임에 근육과 건막의 염증성 질환에 의한 것으로 추측되고 있다. 치료는 압통부위에 마취제를 국소 주사하면 매우 효과적으로 호전되는데 정확한 주사부위를 찾아내는 것이 중요하다.

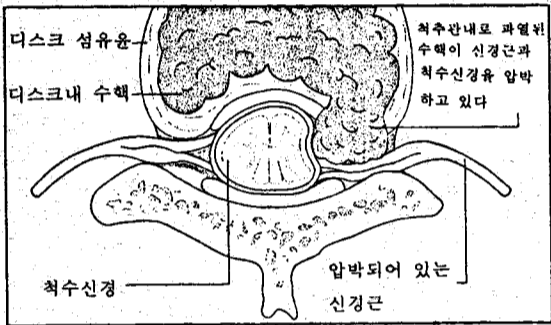


그림 1. 목디스크환자의 척추의 절단면

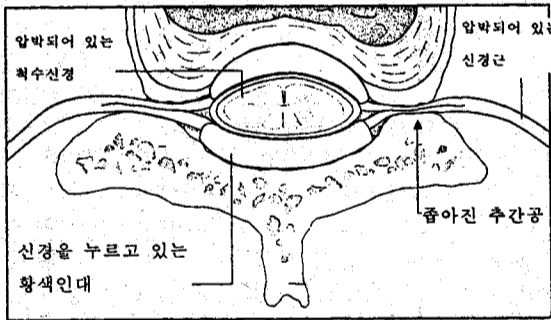


그림 2. 척추관 협착증환자의 척추의 절단면

자의 증상과 이학적 검사를 통해 이루어지므로 경험있는 의사의 진찰이 매우 중요하다. 그러므로 전문의에 의해서 그 원인병명을 정확히 진단받아서 그 병에 맞는 적절한 치료를 받아야 잘 치료될 수 있다. 이런 증상을 일으키는 여러 질병들 가운데 흔히 볼 수 있는 몇 가지 질병들에 대하여 알아보도록 하겠다.

디스크의 내부에 있는 수핵이 노화되어 척추관내로 터져나와 목뼈속의 신경근이나 척수신경을 누르기 때문에 발생한다(그림1). 그러나 주로 노령의 환자에서는 목뼈의 추체에서 뼈가 척수신경이 지나가는 척추관쪽으로 자라나와 척추관이나

정도에 따라 어떠한 치료를 할 것인지 결정한다. 수술방법도 디스크의 형태에 따라 수핵용해술이나 내시경수핵제거술같은 1cm미만의 피부절개만으로 국소마취하에서 시행하는 수술법과 전신마취하에 수술용 현미경을 사용하여 시행하는 추간공확인 치료법을 선택해야 한다.

(2) 凍結肩(오십견)

50대 이후의 비교적 노령에서 어깨를 움직이지 않을 때는 통증이 없으나 어깨관절을 움직일 때 어깨에 심한 통증이 생기는 병으로 이런 증세를 바탕으로 진단할 수 있다. 이 병은 진단명이라기 보다 운동부족, 외상, 팔의 마비, 관절의 고정, 급만성 염증성 질환에 의해 어깨관절의 운동이 제한되는 경우 어깨관절이 굳어 생기는 한 증상군이다. 어깨관절

(3) 자세에 의한 肩關節痛

인간이 진화하여 서서 다니게 됨에 따라 양측 팔은 자체 무게에 의해 밑으로 처지게 되고 이를 지탱하려는 근육과 인대는 계속 수축하게 되므로 목과 어깨에 긴장이 쌓이게 된다. 이러한 긴장은 일반적으로 아위고 근육의 발달이 좋지 못한 여자나 양어깨가 처진 사람에서 심하다. 초기에는 자세교정으로 통증이 소실되지만 나중

(1) 경추부 추간판 탈출증(목디스크)

견갑통을 가진 상당한 환자들에서 목디스크가 그 원인이 된다. 흔히 일반상식으로 목디스크라고 하면 뒷목에만 통증이 생기는 것으로 생각하는데 실제로는 목 뒤의 등줄기나 어깨, 팔에 통증을 일으키는 경우가 더 많다. 이는 신경압박에 의한 방사통에 의해 통증이 발생하거나 인체의 기둥이 되는 척추의 불안정이 원인이 되기 때문이다. 목디스크에 의한

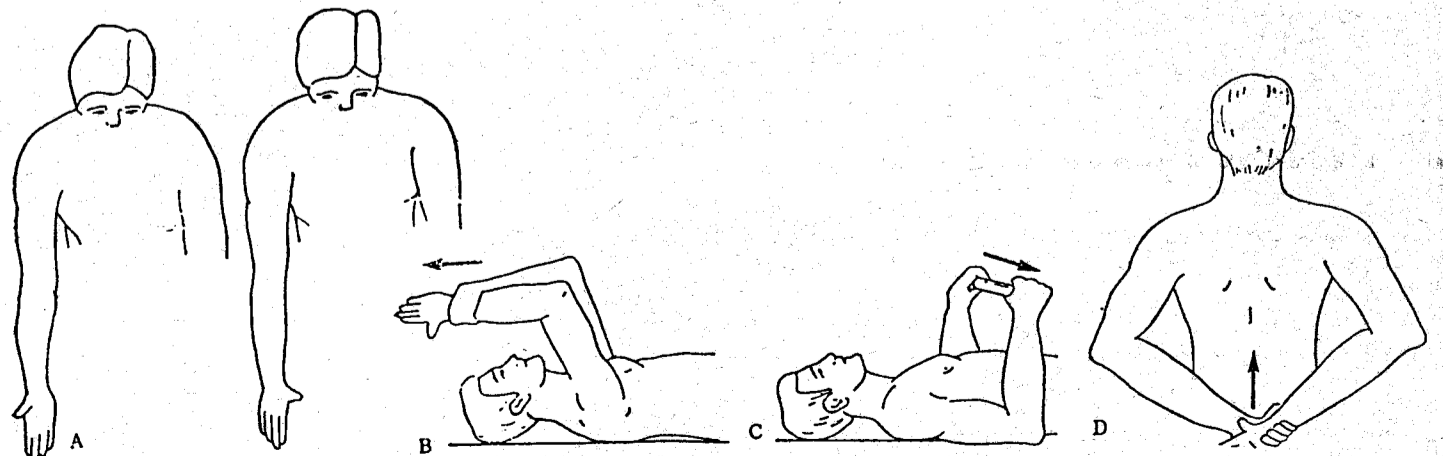


그림 3. 오십견 환자의 자가 어깨운동법