

## Small Joint Pain에 대한 SUKI Therapy 증례보고

영동병원 물리치료실, 한솔물리치료의학연구원<sup>1)</sup>

정 문 봉 · 변 상 준<sup>1)</sup>

### A Case Study : SUKI Therapy on the small joint pain

Mun-Bong Jung R.P.T, Sang-Joon Byun R.P.T<sup>1)</sup>

*Physical Therapy, Young Dong Hospital*

*Han Sol Physical Therapy Institute of Medicine<sup>1)</sup>*

#### -ABSTRACT-

Five week SUKI therapy for the DeQuervian Disease was very successful. Ki energy physical therapy harmonizes the physiological rhythm and balance by matching the positive thought flux with respiration, obtaining maximized energy for life-maintain.

If the physical therapist given confidency and hope to the patient, the result world be satisfactory.

## I. 서론

SUKI(SUPERFICIAL USEFUL KI INSTRUMENTS THERAPY)란, 氣는 항상 인체 내에서 지속적으로 움직이며, 이 운동은 상승(ascending), 하강(descending), 밖에서 안으로 들어오는 성질(entering)과 안에서 밖으로 나가는 기운(leaving)의 네 방향으로 흐르며, 건강한 氣는 이러한 네 방향으로 자유롭게 흐를 때 유지된다고 보고 있다. 이러한 氣의 흐름을 피부표면을 흐르는 천기(superficial energy)에 적용하여 통증 조절하는 것으로 SUKI 치료가 인체에 미치는 영향은 이완작용, 알파파 발생, 항 우울작용, 자율신경계통에 작용, 면역력 증가, 체온유지, 통증조절, 부종 감소 등의 효과가 있다. 우리는 태어나면서부터 기라는 눈에 보이지 않는 실체와 항상 접촉하며, 살아가고 있다. 그 기는 우리가 상상하는 것보다도 더한 에너지를 가지고 있다. 그러한 氣를 활용한다면 보다 나은 질적인 삶을 살아갈 수 있을 것이다. 기를 활용한다는 것에 대한 기본개념은 그 발원이 되는 주역이론부터 시작하여 육십사괘, 팔괘, 사상, 태극, 음양, 선악, 오행, 육기 등 여러 동양사상의 근간이 되는 이론을 이해해야 하지만 이것을 모두 이해한다는 것은 무리가 있다. 그러나 단순히 호흡을 통한 기의 흐름을 조절하고 긍정적인 사고의 흐름을 호흡과 일치시켜서 인체의 생리적인 리듬과 균형을 조화롭게 함으로서 생명활동의 원동력을 제고시키고 극대화시키는 것으로서 호흡 중에서도 유심호흡은 어떤 동양의학적인 사상이나 현상을 떠나서 긍정적인 사고를 가질 때 氣의 외형적인 실체가 그 기능을 다하여 능력을 발휘하게 된다. 이심기공의 유심호흡은 수련방법이 어느 자세에서나 수행할 수 있으며, 노약자 및 환자의 경우 누워서 실시할 수 있다. 또한 앉은 자세에서 수행하는 것이 가장 바람직하며, 저자는 환자에게 이심기공의 유심호흡과 함께 SUKI Therapy를 시행하여 얻은 결과에 대하여 증례 형식으로 보고 하고자 한다.

## II. 연구방법

### 1. EFFECT OF SUKI THERAPY

- 체표의 반사점으로 내장과 각 기관의 기능을 조절한다.
- 내분비 장애를 조절한다.
- 혈액순환과 임파액의 순환을 촉진시켜 신진대사를 향진시킨다.
- 자율신경의 실조를 조절하여 통증이 발생된 동통을 완화시켜준다.
- 인체내의 자가 면역기능을 강화시켜 질병을 예방하고 건강한 삶을 촉진시켜준다.

### 2. METHOD OF SUKI THERAPY

- 기구
  - 수기봉의 길이는 5센티미터이며, 순도 99%의 은으로 기공물리치료학회에서 자체 제작한 수기봉을 사용하였다.
- 방법
  - ①점압법 : 수기봉을 수직으로 수기점(pain point)에 연속적으로 7초정도 압력을 가한다.
  - ②진동법 : 수기봉을 수직으로 수기점(pain point)에 7초간 진동(vibration)을 준다.

위의 방법중 ①의 경우 환자의 통증정도가 중등도 이거나 건강한 체질인 경우에 시행하고, ②의 경우 노약자나 어린이 등 예민한 환자에 적용하였다. 1일1회 압통 부위에 점압법을 행한 후 시술자의 손의 엄지손가락 방향부터 치료점을 잡은 후 열십자의 형태로 수기를 한 후 대각선의 방향으로 한번 더 수기를 시행하였다.

### 3. SUKI POINT

- W1 : wrist 꺾을 dorsiflexion시 생기는 주름의 중간지점.
- W2 : wrist 꺾을 flexion시 생기는 주름의 중간지점.
- W3 : wrist 꺾을 inversion 시킬 때 생기는 주름의 중간지점.
- W4 : wrist 꺾을 eversion 시킬 때 생기는 주름의 중간지점.
- W5 : wrist 꺾의 중앙점에서 손바닥쪽으로 3센티미터 되는 지점.

### Ⅲ. 본론

#### 증례 1

환자 : 꺾 ○ ○, 여자, 56세  
진단명 : Rt. Dequervain disease  
과거병력 : 없음.

증상 및 치료기간 : 상기환자는 7년 전부터 에어로빅을 규칙적으로 운동하고 있으며, 본원 내원 당시도 시행중에 있었다. 에어로빅 후 동통을 호소하였으며, 1997. 7월경 증세의 악화로 성남시내 ○○정형외과에서 물리치료 및 국소 주사요법으로 본원 내원전까지 지속적인 치료를 받았으며, 계속적인 동통의 증가 및 압통, 운동제한이 현저하여 본원에 1997. 12. 19일부로 내원한 환자로 내원시의 주증상은 Lt. radial styloid에 심한 tenderness가 있고, Finkelstein test에서 양성반응을 보이며, 모지 신전 시 동통의 증가하였으며, 본원 X-RAY상 특이 소견이 없는 상태였다. 본원 물리치료실에서 적외선요법 20분 후 SUKI Therapy를 pain point에 점압법과 진동법을 혼용하여 radial styloid에 점압법으로 시술하였으며, 환자의 통증점을 중심으로 시술자의 엄지손가락방향으로 치료점을 잡은 후 열십자 형태로 SUKI를 한 후 대각선의 방향으로 한번 더 SUKI를 시행하였다. 또한 SUKI point에도 적용 시술한 후 ultra-sound를 1mA에서 5분간 치료하였다. 치료는 일주일에 3회(1 week / 3 time)씩 3주간 치료를 시행하였다. 치료 전 통증의 정도와 치료 후 통증의 정도에서 환자가 스스로 느끼는 통증의 정도는 의미 있는 정도로 감소하였으며, 치료전과 3주 후 수직적 시각 사상척도(VAS)를 이용하여 통증의 정도를 측정하여 85%이상의 만족도를 얻을 수 있었다.

#### 증례 2

환자 : 서 ○ ○, 여자, 48세  
진단명 : Rt, tendinitis - radius m.  
과거병력 : 없음.

증상 및 치료기간 : 상기인은 전업주부로 주로 집안 일로 거의 하루종일 움직인다고 함. 통증은 주로 물건을 짜거나, 비트는 동작에서 통증을 호소하며, 바닥에 손을 짚

는 동작에서 통증이 증가하고, 통증과 부종으로 인한 손목 관절 운동제한과 감각둔화 저림증을 주소로 내원한 환자로 Phalen's test(파렌스테스트)와 Tinel's sign을 통해 통증유발 및 재현시 양성반응 보였으며, 본원 내원 전 성남 시내 ○○○○ 한의원서 3주정도 전침치료 및 한약 복용하였으나 지속적인 통증으로 본원에 내원한 환자로 본원 물리치료실에서 pain point를 중심으로 점압법으로 통증을 중심으로 시술자의 엄지손가락 방향으로 치료점을 잡은 후 열십자형태로 SUKI를 한 후 대각선 방향으로 한번 더 SUKI를 시행하였다. 또한 SUKI point에도 SUKI therapy 시행 후 ultra-sound를 1mA에서 5분간 적용하였으며, 치료는 일주일에 3회(1week / 3 time)씩 4주간 치료를 시행하였다. 치료 전 통증 정도와 치료 후 통증 정도에서 환자가 스스로 느끼는 통증의 정도는 의미있는 정도로 감소하였으며, 치료전과 4주후 수직적 시각 사상 척도(VAS)를 이용하여 90%이상의 만족도를 얻을 수 있었다.

### Ⅳ. 고찰

#### DeQuervain disease

요골경상돌기에서 모지 외전근의 협착성 건초염으로 가정주부에게서 흔히 볼 수 있는 질환중의 하나이다. 이 질환은 장외전근건과 단신전근건은 요골경상돌기 위쪽 뼈 위 지대를 통과하는 일반적인 막 안에서 움직인다. 건들은 활막염의 결과로 마찰을 발생시켜 약 105도 정도의 날카로운 각을 형성한다. 모지를 집는(pinching) 동작에서 장외전근은 모지를 고정시키고 이것이 마찰을 야기 시킨다.

징후로는 wrist 꺾와 모지의 운동으로 악화되며, 경상돌기 전방에 통증으로 인한 불안정이 온다. 저항에 대한 모지의 외전은 그 증상들을 재발시킬 수 있고 견에 압통이 있기도 하다. 진단적인 조치로는 모지를 굽히거나 모지를 손가락들 아래로 꺾 모양으로 하고 나서 척골방향으로 wrist 꺾를 굴곡시킬 때 이런 증상들을 재생해보는 것으로 구성되어 있다. 이 조치는 모지의 건들을 신장시키고 동통을 야기 시킨다.

## V. 결론

SUKI Therapy를 시행할 때 환자에게 유심호흡을 유도하며 동통이 날숨시 구강을 통하여 밖으로 내보낸다는 의념을 주면서 기 호흡을 한다. 이때, 기 호흡은 흉식 호흡보다는 복식호흡으로 유도한다. 수근관절 건초염의 경우 반복적인 단순동작으로 통증이 증가하므로 유지, 관리할 수 있는 주의 사항을 주지시켜야 한다. 더불어 등척성운동 및 massage를 교육시키는 것으로 관절주위부, 인대 및 연부조직을 안정시키는 효과가 있다. 이러한 SUKI Therapy는 기술이 간단하고, 부작용이 거의없이 치료가 신속하게 이루어진다.

수기봉에 의한 자극이 지름이 굵은 구심섬유를 선택적으로 자극함으로써 교양질에서 가는 구심섬유를 시냅스전에 억제하는 작용을 일으키는 것으로 볼 수 있다. 작은관절 (small joint)에 대한 SUKI 치료가 통증을 감소시키고, 만성질환이나 급성질환에 관계없이 통증과 연부조직 염증을 감소시키는 결과를 가져왔으며, 통증물리치료부분에서의 치료의 한 영역으로 자리매김 할 수 있도록 많은 임상물리치료사들이 연구 노력하여야 할 것으로 사료되며, 새로운 분야로의 개척을 하여야 할 것이다.

### 참고문헌

- 김철 외3명 : 한국인에게 적용시킨 통증평가법의 유용성에 대한 비교연구. 대한재활의학회지. pp101-110, 1991.
- 민경옥, 이태용 공역 : ssp요법, 현문사 1991.
- 오홍근 : 통증의학, 대한통증학회. PP65-112, 1993.
- 이승우 : 쾌감분만, 도서출판원력. 1997.
- 최상섭, 손숙영 : 한방양생학, 성보사부설전통의학연구소, 1997.
- 홍성균 : 광동수기요법, 자작나무. 1996.
- 홍성균 : 기공치료학, 대학서림. 1999.
- Melzack R : Ther short-form McGill pain questionnaire. pain, 1987.
- Rene Cailliet, M.D. : soft tissue pain and disability. 1985.