

원 저

## 출산 후 관절과 관절 주위 통증에 대한 고찰

이동규, 윤병국<sup>1)</sup>, 김동일<sup>2)</sup>, 이태균<sup>2)</sup>

포천중문의과대학교 한의학교실, 울산 현대한방병원<sup>1)</sup>, 동국대학교 한의과대학 부인과학교실<sup>2)</sup>

### Postnatal Pain on Joints and around Them

Dong-Kyu Lee, Byoung-Kuk Yoon<sup>1)</sup>, Dong-Il Kim<sup>2)</sup>, Tae-Kyun Lee<sup>2)</sup>

Department of Traditional Medicine, College of Medicine, Pochon CHA University,  
Ulsan Hyundai Traditional Hospital<sup>1)</sup>, Department of OBGY, College of Traditional Medicine, Dongguk University<sup>2)</sup>

Postpartum physiological, psychosocial, and economic changes bring with them some disorders of maternal mind and body, so postpartum management has been emphasized to date.

After labor, some problems may appear like uterine bleeding, infection, depression and ache in or around joints. Some reports from traditional medical practitioners remark that over 50% of postpartum women have complaints within or around joints. For this study, arrangement of nomenclature, criteria and historical summarization are needed. (*J Korean Oriental Med* 2003;24(1):92-99)

**Key Words:** Postpartum, general pain, criteria

### 서 론

출산한 산모가 해부학적 비임신 상태로 회복되는 기간을 산욕기라고 한다<sup>1)</sup>. 보통 출산 후 6주정도로 알려진 이 때는 비록 생리적인 기간이지만 신체적, 심리적으로 취약한 상태이기 때문에 신체적 안정과 심리적 불안 해소 등의 산후관리가 강조되어 왔으며 때로는 6주 이상의 기간이 요구되었다<sup>2,3)</sup>. 하지만 최근 우리나라도 핵가족의 형태가 많아지고, 여성의 직장 문제 뿐 아니라 출산 후 산부인과 병원에서 조기에 퇴원을 하고, 직장을 다녀온 후 가정에서 신생아

를 돌보는 일을 포함한 가사 일을 해야 하는 상황에 놓이게 되는 경우가 많아 여성의 건강 관리에 영향을 미치는 것으로 알려지고 있다<sup>2,3)</sup>. 출산 후에는 여러 가지 증상들이 나타날 수 있는데 동통을 주소로 한방 의료기관을 찾는 경우가 적지 않다<sup>2,4)</sup>. 이에 대한 체계적인 연구 및 보고가 부족하여, 고찰의 필요성을 인식하게 되었다.

#### 1. 분만 후 증상들

산욕기에는 출산 후 출혈, 자궁내막염, 요로감염, 유선염, 창상 감염, 폐렴, septic pelvic thrombophlebitis 및 골반농양과 같은 산욕기 감염, 양수 색전증, 전색성 질환 및 산후 우울증 같은 여러 질환들이 나타날 수 있으나<sup>5)</sup> 산모가 호소하는 증상으로는 회음부 불편, 발한 증가, 오한, 관절부위 통증, 탈모, 어지럼증,

· 접수: 2002년 11월 21일 · 채택: 2003년 1월 30일  
· 교신저자: 이동규, 서울시 강남구 역삼1동 차병원 한방진료실  
(Tel. 02-3468-3490, E-mail: idongq@yahoo.co.kr)

우울감, 잇몸 통증 등이 많은 것으로 보고된 적이 있다<sup>27)</sup>. 이러한 증상에는 정상적인 경우도 있지만 주의 깊은 산후 관리가 필요한 경우도 있는데 근래에는 분만 후 산부인과 병원을 퇴원한 산모가 한방 진료실을 찾는 경우 관절 부위의 통증을 호소하는 경우가 많다는 보고도 있다<sup>5)</sup>.

2. 역학

아직 산모의 출산 후 관절과 관절 주위의 통증에 대한 정확한 통계는 없으나, 출산을 목적으로 입원했던 산모의 66.9%가 관절부위의 통증을 호소하였고 그 부위로는 요부, 슬관절 부위, 손목, 고관절 부위, 견관절 부위, 손가락, 족관절 부위, 주관절 부위, 발가락, 경추 부위의 순서로 보고된 적 있다<sup>7)</sup>. 또 흔히 산후 조리라고 불리는 출산 후 관리를 목적으로 한방 의료기관을 방문한 산모들의 53.19%가 손목과 손가락의 통증, 48.23%가 요통을 호소하였다고 보고되었으며<sup>8)</sup>, 출산 후에 한방치료를 목적으로 진료실을 방문한 산모들의 주소 중 53.85%가 다발성의 관절부위 통증을, 15.38%가 요통을 호소한 것으로 보고된 바 있다<sup>9)</sup>.

3. 출산 후에 잘 나타나는 관절과 관절 주위의 통증 성 질환

출산 후 관절과 관절 주위의 통증에 대한 여러 부위별로 나타나기 쉬운 질환들을 정리하여 보면 다음과 같다.

1) 요부<sup>9)</sup>

요부염좌(Muscle strains, spasm), 척추전방전위증(spondylolisthesis), 요부디스크질환(Lumbar disk disease), 척추협착증(spinal stenosis), 골관절염(Osteoarthritis), 요부신경근성병(lumbar radiculopathy), 말초신경병증(Sciatica)

2) 슬관절 부위<sup>10)</sup>

점액낭염(bursitis), 슬개건염 및 대퇴사두건염(Patellar/ quadriceps tendonitis)

3) 손목과 손<sup>11)</sup>

이 부위의 통증은 골절, 탈구 및 불안정성 등을 감

별해야 하며, 무력감, 이상감각, 운동의 잠김(clicking) 등의 확인으로 관절이나 말초신경, 경부(頸部)의 신경학적 병변을 감별하는데 도움이 된다(Table 1).

4) 고관절 부위<sup>12)</sup>

골관절염(Osteoarthritis), 전자점액낭염(Trochanteric bursitis), 발음성 고관절(Snapping hip)

5) 어깨 부위<sup>13,14)</sup>

어깨의 관절염(Arthritis of the shoulder), 유착성 관절낭염(Frozen shoulder), 충돌증후군(Impingement syndrome), 회전근개 파열(Rotator cuff tear), 흉곽출구 증후군(Thoracic outlet syndrome)

6) 족관절과 발<sup>15,16)</sup>

족관절 국소의 염좌, 파열, 골절

7) 팔꿈치 부위<sup>17)</sup>

해부학적인 구조와 병력청취, 노련한 이학적 검사가 필요하며 경추 부위, 어깨 부위, 손목부위와 관련해서 검사를 한다(Table 2).

8) 경추 부위<sup>9)</sup>

급성경부염좌(Acute cervical sprain), 경부신경근성병(Cervical radiculopathy), 경부 척추증(Cervical spondylosis)

4. 감별진단

관절과 관절주위의 연부 조직에서 유래된 동통은 자가면역성 질환과 사지(四肢)의 동·정맥 순환장애의 감별진단이 필요하다. 이외에도 풍진 예방접종 후의 출산 후 다발성 관절통과 감각 장애가 나타난다는 보고가 있다(Table 3)<sup>18)</sup>.

Table 1. 손과 손목 손상의 원인

급성 손목 손상
손목 염좌
수근골간 인대손상
만성 손목 손상
드퀘벡 건초염(De Quervain's tenosynovitis)
결절종(ganglion cyst)
삼각섬유연골복합체 열상
손과 손가락 통증
근위지골간 관절 탈구
척추측부인대(UCL)염좌

Table 2. 무리한 동작으로 생긴 주관절 부위의 통증 원인

Anterior elbow
Biceps tendinosis
Pronator syndrome
Anterior capsule strain
Posterior elbow
Triceps tendinosis
Olecranon impingement
Olecranon stress fracture
Olecranon bursitis
Lateral elbow
Lateral tennis elbow
Radial tunnel syndrome
Radiocapitellar chondromalacia
Posterolateral rotatory instability
Medial elbow
Medial tennis elbow(golfer's elbow)
Ulnar collateral ligament sprain
Ulnar nerve entrapment

5. 전통 한의서의 관련 내용

전통적인 한방 서적에서는 관련내용을 대체로 '産後諸證', '産後門'의 부분에서 통증과 관련하여 검색을 할 수 있다. {方藥合編,1885}<sup>19)</sup>에서는 출산 후의 동통에 대한 活套의 언급은 없다. {濟衆新編,1799}<sup>20)</sup>에서는 '産後頭痛身痛'과 '鷄爪風'을 언급했다. {醫林撮要,1674}에서는 '寒熱四肢疼'의 내용에 언급되는 것 외에는 없으며 {東醫寶鑑,1613}<sup>21)</sup>은 '産後風症, 頭痛, 腰脇痛, 發熱身痛' 등의 내용으로 언급되고 있다. {診解胎産集要,1608}<sup>22)</sup>는 출산 후 관절주위의 통증에 대한 증상은 언급 되지 않았다. 요약하면 한국의 전통 의서에는 출산 후 관절과 관절 주위의 동통에 대한 내용이 따로 구분하여 정리되거나 강조되지는 않았다.

한편 중국 지역에서 간행된 전통 의서 중, {經效産寶,853}<sup>23)</sup>, {婦人大全良方,1237}<sup>24)</sup>, {女科百問,1279}<sup>24)</sup>, {傳青主女科,1827}<sup>25)</sup>, {葉天士女科}<sup>25)</sup> 등의 서적에서는 '産後遍身痛'으로 구분되어 있지만 {達生編,1715}<sup>26)</sup>, {産孕集,1830}<sup>27)</sup>에는 관련 내용이 없다.

6. 용어의 정리

1) 遍身痛; 전신통증이다. ('遍身則自筋骨皮肉手足脇腹腰背無處不痛'<sup>28)</sup>) 다만 '産後遍身疼痛'은

Table 3. 감별진단

말초신경병증 (Peripheral neuropathy, 예: Carpal tunnel syndrome)
말초성 혈관성 질환(PVD)
자가면역성 질환(예; RA)
근이영양증
결핍성 빈혈
자궁복구부전
감상신질환
감염질환
산후우울증 및 정신과적 문제
기타

요부의 굴곡, 신전 운동장애 및 수족의 경련뿐 아니라 발열과 두통을 포함해서 언급하는 경우도 있다<sup>29)</sup>.

2) 鷄爪風; 손발이 경련과 통증이 있으면서 움켜지는 모양새를 말하는 일반용어. ('手足狗攀拳束疼痛'<sup>29)</sup>)

3) 産後風症; 출산 후 대발작성 경련을 말한다. 산후는 증상이 나타나는 시기를 말한다. ('症者口噤不開背強而直如發痲狀搖頭馬鳴身反折須臾十發氣息如絕'<sup>24)</sup>)

4) 褥勞; 출산 후 피로감을 말하며 어지럼증, 전신통증, 피로, 호흡곤란, 식욕저하, 체중감소 등의 여러 증상으로 나타날 수 있다<sup>30)</sup>. 결핵과 구별된다.

7. 출산 후 전신통의 병인(病因)

{竹林女科證治}와 같은 의서에서는 출산 후의 관리가 적절하지 못하면 신체적 피로감과 정신적 불안감을 가져올 수 있다고 보고를 하였다('由産理不順, 調養失宜, 或憂勞思慮, 傷其臟腑, 營衛不宜, 令人寒熱如瘧, 頭痛自汗, 痰咳氣逆, 虛羸喘乏, 體倦肢怠, 宜補虛湯'<sup>30)</sup>). 이러한 상황과 '外感'이 동반되어 발열과 동통이 나타나는 임상례를 {婦人規}에서 비교적 상세히 제공하였다<sup>30)</sup>. {女科百問}에서는 '太陽證表不解, 法當身體疼痛. 太陽中濕, 一身盡痛'으로 '濕'의 원인도 제시했다<sup>24)</sup>. {婦人大全良方}, {女科百問}에서는 {經效産寶}의 '偏身疼痛'의 내용을 인용하였는데 陳無澤은 이를 '氣弱血滯'로 요약하였다<sup>29)</sup>. {竹林女科

證治)에서는 ‘瘀血不盡流於遍身’ 하면 四肢의 관절 부위에 통증(‘肢節作痛’)이 나타난다고 ‘瘀血’의 병인을 추가하였다<sup>32)</sup>. 여기에 심리적인 상황의 관련성도 더욱 강조가 되고 있다<sup>5,31)</sup>.

### 8. 출산 후 전신통의 원인별 분류

다양하게 나타나는 신체적 피로감과 심리적 불안감을 호소하며, 흔히 ‘褥勞’로 표현되는 경우가 많은데 ‘氣虛血虛’(Type 1)한 상태이다. 주로 신체적 피로감과 함께 전신통도 호소하는 ‘氣虛血滯’(Type 2)한 상태이다. 전신통과 특정한 사지 관절 부위의 통증을 호소하는 ‘瘀血’(Type 3)의 상태이다. 그리고 이러한 진행성 상태이외에 발열을 동반하며 두통이 포함된 통증으로 ‘寒濕外感’(Type 4)의 상태로 나눌 수 있다.

### 9. 치료

출산 후에는 ‘虛證’과 ‘實證’의 모든 상황이 있다는 것을 張景岳 등이 강조했지만 그래도 일반적으로는 ‘虛證’의 약물치료가 먼저 고려되었다<sup>32)</sup>. 침구치료에서 近位取穴과 遠位取穴 등의 배합 및 穴位の 선택에서 아직 논란이 있지만 배제 될 수 없다<sup>33-35)</sup>. 다만 대부분의 부인과 전통의서에서는 침구치료에 대한 보고는 찾기가 어렵다. 한약을 사용한 약물치료로는 ‘褥勞’의 경우 즉 ‘氣虛血虛’(Type 1)한 상태에서는 補虛湯<sup>29)</sup>, 黃耆桂枝五物湯<sup>36)</sup>의 처방 활용의 보고가 있고, ‘氣虛血滯’(Type 2)한 상태에서는 趁痛散<sup>24,28)</sup>, ‘瘀血’(Type 3)에서는 如神湯<sup>24)</sup>이 활용된 보고가 있다. ‘寒濕外感’(Type 4)의 상태는 透經湯<sup>24)</sup>, 五積散<sup>37)</sup>의 보고가 있다(Table 4).

그러나 {婦人大全良方}<sup>37)</sup>에서도 출산 후 생활 전

반적인 주의사항을 언급 하였듯이 주위 환경, 심리 육체적 안정, 수유의 문제를 해결하여 산욕기의 안정을 위한 예방의 중요성을 인식하여야 한다<sup>34)</sup>.

## 10. 처방 내용

### 1) 補虛湯

{竹林女科證治}<sup>24)</sup>의 내용은 ‘人蔘 黃耆(蜜炙) 各一錢半 肉桂 炙甘草 各五分 川芎 當歸 白芍 白朮(蜜炙) 各一錢 姜三片 棗二枚’이다. {東醫寶鑑}<sup>21)</sup>을 인용한 {方藥合編}<sup>19)</sup>의 補虛湯은 ‘人蔘 白朮 各一錢半 當歸 川芎 黃耆 陳皮 各一錢 甘草 七分 姜三片’으로 肉桂 白芍藥의 구성과 용량의 차이가 있으며 {東醫寶鑑}은 補虛湯의 최초 출전인 {醫學入門}을 인용한 것이다<sup>38)</sup>.

### 2) 趁痛散

이름은 ‘散’이지만 水煎服하며, {東醫寶鑑}<sup>21)</sup>雜病風門에 나오는 그것과는 다르다. {婦人大全良方}<sup>37)</sup>의 ‘牛膝 甘草 菘白 當歸 肉桂 白朮 黃耆 獨活 生薑(食前服)’과 {竹林女科證治}<sup>24)</sup>의 ‘當歸 白朮 牛膝 黃耆 生薑 肉桂 菘白 獨活 桑寄生(水煎服)’에서 甘草와 桑寄生의 차이가 있다.

### 3) 如神湯

{竹林女科證治}<sup>24)</sup>는 ‘當歸 延胡索 桂心 各等分 水煎服’으로 {東醫寶鑑}<sup>21)</sup>을 인용한 {方藥合編}<sup>19)</sup>은 ‘玄胡索 當歸 桂心 杜沖’으로 구성되어 있는 金代 張元素의 유래 처방이다. 동물실험에서 소염보다는 진통의 효과가 유의성이 있는 것으로 보고 된 적 있다<sup>39)</sup>.

### 4) 五積散

‘蒼朮 麻黃 陳皮 厚朴 桔梗 枳殼 當歸 乾姜 白芍藥 白茯苓 川芎 白芷 半夏 桂皮 甘草 姜三蔥三本’으로 구성된 처방으로 {和劑局方}에서 유래되었다<sup>40)</sup>. {醫學入門}<sup>41)</sup>에서는 加減의 방법으로 ‘餘血不盡, 流於遍

Table 4. 병인과 치료 처방 연결

Type	증상	처방	출전
氣虛血虛	심신의 피로	補虛湯	{竹林女科證治}
氣虛血滯	심신의 피로, 전신통	趁痛散	{婦人大全良方}
瘀血	전신통, 특정한 사지 관절 부위의 통증	如神湯	{竹林女科證治}
寒濕外感	발열, 두통	五積散	{婦人大全良方}

身, 腰脚關節作痛者, 五積散去麻黃, 加人蔘香附小茴桃仁木香等分, 姜煎服.' 과 '産後及尋常血氣痛, 加木香玄胡索各五分' 을 주로 응용하였다.

5) 透經湯

{女科百問}<sup>34)</sup>에서 '五積散 半兩 生附子二錢' 으로 구성되어 있다.

11. 증례

이 OO (29/여)

2002년 7월 자연분만으로 3.9KG의 여아를 분만하여 산과력이 2-0-0-2이 된 환자로, 출산 후부터 전신의 관절 부위 통증과 새벽의 오한이 주소이다. 발열은 없고, 각 관절의 운동범위(ROM)는 정상이었고 국소적 부종, 홍반도 없었다. 통증과 오한의 악화인자는 날씨가 흐리거나, 눕는 자세 등으로 인한 신체의 압박이 있을 때 해당 부위에 더 강하게 나타났다.

EDPS<sup>32)</sup> (Edinburgh Postnatal Depression Scale) 8점 및 정신과적인 병력은 없었고, RA factor(-)이었다. 대소변은 순조로워 불편이 없고, 脉像은 緩滑, 舌은 紅色, 薄白苔다. 이 경우는 주된 증상이 전신통과 오한으로 '氣虛血滯' 의 type 2의 범주로 생각하고 趁痛散을 주된 처방으로 如神湯에 들어가는 延胡索을 가미하여 호전을 본 경우이다. 주목되는 것은 첫번 째 출산 후에도 같은 증상이 본인 진술로 1년간 지속되었던 과거력이 있는 것이다.

고 찰

출산한 산모가 해부학적 비임신 상태로 회복되는 기간을 산욕기라고 한다<sup>35)</sup>. 이러한 시기에는 생물학적, 사회심리적, 경제적 변화로 신체적 정신적 이상을 초래하는 비율이 높다고 알려져 있다<sup>36)</sup>. 이러한 취약한 상태를 관리하기 위해서 신체적 안정과 심리적 불안 해소 등을 목적으로 예부터 산후의 관리가 강조되어 왔으며<sup>37)</sup>, 출산한 여성이 임신이전의 상태로 회복할 수 있도록 돕는 음식, 생활교육을 포함하는 모든 의료 및 간호행위를 산후 관리라고 하였다<sup>38)</sup>.

출산 후에는 출혈, 자궁내막염, 요로감염, 유선염,

창상 감염, 폐렴, septic pelvic thrombophlebitis 및 골반농양과 같은 산욕기 감염, 양수 색전증, 전색성 질환 및 산후 우울증 같은 여러 질환들이 나타날 수 있는 것으로 알려져 있지만<sup>39)</sup> 이러한 질환 및 증상 외에도 관절과 관절 주위의 통증을 호소하는 산모들을 어렵지 않게 접할 수 있다. 이런 출산 후의 관절과 관절 주위의 통증에 대한 정확한 통계는 아직 없으나, 출산을 목적으로 입원했던 산모의 66.9%가 관절부위의 통증을 호소하였고<sup>7)</sup> 또 흔히 산후조리라고 불리는 출산 후 관리를 목적으로 한방 의료기관을 방문한 산모들의 53.19%가 손목과 손가락의 통증, 48.23%가 요통을 호소하였다고 보고되었으며<sup>8)</sup>, 출산 후에 한방치료를 목적으로 진료실을 방문한 산모들의 주소 중 53.85%가 다발성의 관절부위 통증을, 15.38%가 요통을 호소한 것으로 보고된 바 있다<sup>9)</sup>.

서양의학에서는 관절과 관절 주위의 통증을 부위별, 병리적 구분으로 다양하게 분류하고 있다. 하지만 출산 후의 시점에서 풍진과 관련된 관절병변(rubella vaccine-induced joint manifestations)<sup>10)</sup>을 제외하면 출산한 산모들의 통증에 대한 주목과 관련 보고는 많지 않은 실정이다. 반면, 한의학의 문헌에서는 중국에서 출간된 宋代 이전의 서적에서부터 관련 내용들을 찾을 수 있는데 그 내용들은 대체로 '産後諸證'의 부분에서 통증과 관련하여 검색 될 수 있다. 하지만 중국 지역에서 간행된 서적에서는 '産後遍身痛' 등에서 관련 내용을 찾을 수 있지만 한국 지역에서 간행된 서적에서는 산발적인 내용으로 기록되어 있으며 구분 및 정리되어 있지 못하였다.

전통의서의 '遍身疼痛'을 살펴보면 주된 증상은 전신통을 말하고 있지만 그 가운데는 동통을 가지는 질환도 포함하고 있는 것 같다. 그 이유는 전신통 이외에 사지의 경련, 발열 및 국소적인 두통, 요통 등을 함께 언급하고 있다. 또 최근의 관련 논문에서는 동통뿐 아니라 '麻木', '重着', '痺'와 '痺症' 등의 운동 및 감각장애를 의미하는 증상도 포함되어 있다<sup>11)</sup>. 하지만 부인과 전통의서에서는 이러한 증상을 포괄하여 언급되는 경우는 드물어 '遍身疼痛'의 범주를 개괄적으로 확대시키기 보다는 구체적으로 관절 및

관절 주위의 통증이 있는 여러 가지 질환의 감별진단이 필요하다고 사료된다.

언급된 증상들에서 '身痛' '遍身痛' '四肢疼' 등은 다발성의 전신통증(general ache)이라고 볼 수 있으며, 이외에 머리, 허리(low back), 옆구리(flank)의 대체적인 부위를 말하고 있다. '風痊'와 '鷄爪風'의 경우는 경련성 증상을 동반하는 것으로 여겨진다. 특히 {濟衆新編}이 {醫宗金鑑}에서 인용한 '鷄爪風'은 손발의 경련이 있으면서 움켜쥐며 통증이 있는 것으로('手足拘攣拳束疼痛'<sup>29)</sup>) {婦科冰鑿}에서는 출산 후 경련, 동통을 '筋攣'이라고 하며 속칭 '鷄爪風'이라고 한 바 있다<sup>29)</sup>. 최근에는 출산 후에 특정 부위의 통증 중 하나로 '足跟痛(ache in heel)'이 보고 되고 있다<sup>41)</sup>.

병인(病因)에서 출산 후의 산모는 '陰血'이 부족하고 '元氣'가 손상을 받아 허약한 시기로 알려져 있다<sup>32)</sup>. 이 시기에 '血滯'나 '外感'이 동반되어 '累日不散' 즉 지속되어 나타나는 것이 일반적인 설명이다. 이러한 내용으로 나타나는 증상을 기준으로 몇 가지로 나누어 볼 수 있다. 첫째, 다양하게 나타나는 신체적 피로감과 심리적 불안감을 호소하며, 흔히 '褥勞'로 표현되는 경우가 많은데 '氣虛血虛'(Type 1)한 상태이다. 둘째는 주로 신체적 피로감과 함께 전신통도 호소하는 '氣虛血滯'(Type 2)한 상태이며 셋째는 전신통과 특정한 사지 관절 부위의 통증을 호소하는 '瘀血'(Type 3)의 상태이다. 그리고 이러한 진행성 상태이외에 발열을 동반하며 두통이 포함된 통증으로 '寒濕外感'(Type 4)의 상태가 넷째이다. 특히 {婦人大全良方}등에서는 '外感'과 나머지 내용들의 감별을 강조하고 있다<sup>40)</sup>. 근래에는 이런 일련의 증상들을 속칭하는 '産後風'이라는 용어를 사용하기도 하지만<sup>25)</sup> 이 용어의 적합성, 객관적 정의에 대한 논의가 필요하다.

보고된 문헌에서 치료의 기간이나 예후를 말하는 경우는 드물며 침구치료보다는 한약재를 이용한 약물치료 위주이다. 그러나 먼저 휴식, 수면, 산욕기에 무리한 동작을 삼가는 예방의 교육이 중요하다고 사료되는데 {婦人大全良方}<sup>37)</sup>에도 '褥勞'의 원인이 찬

물에 빨래를 하거나 냉수목욕이 될 수 있다는 내용이 있다. 산욕기 산모는 신체적, 정신적 회복을 위한 일상생활 태도와 수유상태의 영향을 받을 수 있기 때문이다. 최근의 보고에서는 임신 중 체중 증가 및 출산 후 온도 조절이 영향이 된다는 내용을 참고할 수 있다<sup>43)</sup>.

치료 시에는 급성의 국소적인 통증에는 양방에서 권장하는 PRICEMM(protection, rest, ice, compression, elevation, medication, modalities)을 적용하며<sup>15,17)</sup> 증상의 기준에 따라 변증 치료를 할 수 있다. 각 병인에 따라 많이 사용되었던 처방은 현재도 임상에서 쉽게 접할 수 있는 처방이며, 통증에 대한 효과가 있는 것으로 실험실 소견으로 알려져 있다<sup>39,46,47)</sup>. 이러한 처방에는 補虛湯<sup>34)</sup>, 黃耆桂枝五物湯<sup>36)</sup>, 趁痛散<sup>24,28)</sup>, 如神湯<sup>34)</sup>, 透經湯<sup>24)</sup> 및 五積散<sup>37)</sup> 등이 있는데 특히 cytokine중 interleukin-2의 분비량에서 補虛湯은 증가, 趁痛散은 감소가 나타나는 것이 주목할 만 하다<sup>47,48)</sup>.

과거에는 출산 후 산모에게 주는 한약물의 처방(用藥)에서 '三禁'에 대한 치료 방법의 논의<sup>30)</sup> 뿐 아니라 芍藥과 같은 약물 하나에 대한 논의도<sup>28)</sup> 있었다. 현재의 우리들은 과거의 지식을 그대로 답습하려 하지 않고 다방면, 다각도로 출산 후에 나타나는 전신통증의 원인과 예방 및 치료에 대한 연구가 계속되어야 하며, 처방 및 약물 각각에 대한 산모 및 신생아에게 미치는 영향의 보고도 이뤄져야 할 것으로 사료된다.

## 참고문헌

1. F.Gary Cunningham et al. Williams obstetrics.19th ed. Prentice-Hall International Inc. 1993:459.
2. 오승희. 산후관리의 인식도와 산후풍의 실태조사. 대한한방부인과학회지. 2000;13(2):482-499.
3. 이태균. 산후관리에 관한 문헌적 고찰(2). 대한한방부인과학회지. 2001;14(1):209-228.
4. 김미영. 정상임신,산전진찰,산욕기. 가정의학회지. 2001;22(11):318-325.
5. 이동규, 조형래, 김동일, 이태균. 부인과 외래의 산후우울증에 관한 보고. 대한한방부인과학회지. 2001;

- 14(1):328-335.
6. Kenneth RN, Arthur TE. Manual of Obstetrics. Little Brown & Company, 1991:474-485.
  7. 엄은석, 이동녕, 임은미. 산후제반증상에 대한 임상적 고찰. 대한한방부인과학회지. 2001;14(1):365-379.
  8. 허지원, 김성란. 산후조리의 실태 및 산후조리에 대한 인식조사. 대한한방부인과학회지. 2001;14(1):416.
  9. 이영진. 근골격계 진단 및 치료의 핵심. 한우리 1999.
  10. Solomon DH, et al. Does this patient have a torn meniscus or ligament of the knee? Value of the physical examination. JAMA October 3. 2001;286: 1610-20.
  11. 김병성. 손목 및 손의 통증. 가정의학회지. 2000;21(7): 820-837.
  12. John W. O' Kane. Anterior Hip Pain. Am Fam Physician. 1999;60: 1687-96.
  13. Thomas W. Woodward, Thomas M. Best. The Painful Shoulder. Am Fam Physician. 2000;61:3079-88.
  14. 이태균. 갱년기 환자의 신경근 증상의 치료에 관한 연구. 대한한방부인과학회지. 2001;14(2):194-202.
  15. Michael W Wolfe, Tim L Uhl. Management of Ankle Sprains. Am Fam Physician. 2001;63:93-104.
  16. 문명상. 족관절 골절 및 인대손상. 대한의학협회지. 1972;15(7):55-63.
  17. Eric MC, Francis GO, Robert PN. Evaluation of Overuse Elbow Injuries. Am Fam Physician. 2000; 61:691-700.
  18. Mitchell LA, Tingle AJ, Grace M, Middleton P, Chalmers AC. Rubella virus vaccine associated arthropathy in postpartum immunized women: influence of preimmunization serologic status on development of joint manifestations. J Rheumatol. 2000 Feb;27(2):418-23.
  19. 黃度淵 原著. 證脈方藥合編. 南山堂. 1987.
  20. 康命吉. 濟衆新編. 中醫古籍出版社. 1983: 408.
  21. 許浚 原著. 東醫寶鑑. 大星文化社. 1990.
  22. 許浚 原著. 診解胎產集要. 麗江出版社. 1992.
  23. 牛兵占. 主編. 中醫婦科名著集成; 經效產寶. 北京:華夏出版社. 1998.
  24. 盛維忠 外. 精選中醫婦科名著. 中國中醫藥出版社. 1996:347,445,518,771,780.
  25. 傅青主. 葉天士 原著, 蔡仁植 校正. 傅青主男女科, 葉天士女科. 大星文化社. 1989:168,323.
  26. 函齋居士 原著. 達生編; 陳修園72種 卷四. 上海: 上海書店. 1998.
  27. 趙亨來. 產孕集에 관한 연구. 東國大學校大學院. 2000.
  28. 牛兵占. 主編. 中醫婦科名著集成; 女科經綸. 北京:華夏出版社. 1998:703,710.
  29. 王耀廷. 點校. 婦科冰鑒. 中醫古籍出版社. 1997:104.
  30. 李泰均. 編譯. 婦人規. 法仁文化社. 1999:175,185,193.
  31. 손용훈, 이인선. 산후풍과 칠정과의 관계에 대한 고찰. 대한한방부인과학회지. 2001;14(1): 279-293.
  32. 羅元愷. 中醫婦科學. 人民衛生出版社. 1988:259.
  33. 김철원, 유심근, 박병열. 부인과 영역에서 응용된 침구 치료에 관한 문헌적 고찰. 원광대논문집. 1991;1(1): 39-59.
  34. 성낙기. 침구치료가 관절증에 미치는 영향. 대전대논문집. 1993;2(1):177-181.
  35. 윤병현, 김갑성. 각종 염좌상에 대한 침구치료법에 관한 연구. 침구학회지. 1996;13(2):127-159.
  36. 黃繩武 主編. 中國醫學百科全書:中醫婦科學. 上海科學技術出版社. 1983: 47.
  37. 牛兵占. 中醫婦科名著集成; 婦人大全良方. 北京:華夏出版社. 1998:213,237,347.
  38. 심용섭, 유동열. 산후에 활용되는 보허탕에 관한 문헌적 고찰. 대전대논문집. 1992;1(2):227-235.
  39. 김근모, 박순달. 여신탄이 외인성 요통의 진통 및 소염 작용에 미치는 영향. 동서의학. 1990;15(1):74-84.
  40. 江克明, 包明蕙. 校訂方劑大辭典. 醫聖堂. 1991:177.
  41. 李挺 原著, 高澄瀛, 張晟星 點校. 醫學入門. 上海: 上海科學技術文獻出版社. 1997:762,1012.
  42. Kendall RE, Chalmers JC, Platz C. Epidemiology of puerperal psychosis. Br J Psychiatry. 1987;150:662-673.
  43. 변수자. 산후관리에 대한 한국 산욕부들의 지시 및 관습 조사. 대한간호. 1978;17(2):74.
  44. 樂秀珍. 婦科名醫證治精華. 上海中醫藥大學出版社. 1995:258-261.
  45. 이창훈, 조정훈, 장준복, 이경섭. 산후증상발생과 관련된 요인에 관한 연구. 대한한방부인과학회지. 2002;15(3):90-96.
  46. 박종기, 채우석. 오적산엑기스과립의 경구투여와 수침이 동통에 미치는 영향. 침구학회지. 1992;9(1):273-291.
  47. 강운호, 안상현, 김진택. 진통산의 면역억제효과가 생쥐 무릎관절염 완화에 미치는 영향. 대한한방내과학회지. 1999;20(2):137-150.
  48. 서정민, 정진홍, 유동열. 가미보허탕(1)이 생쥐의 면역 조절작용에 미치는 영향. 대한한방부인과학회지. 2001;14(1):88-102.

49. 김시영, 이인선. 산후풍의 원인에 대한 문헌적 고찰. 한방부인과학회지. 1993 117.
50. 張介賓 原著, 羅元愷 主. 景岳全書婦人規. 廣東科技出版社. 1986:235-270.
51. 崔秀漢. 朝鮮醫籍通考. 中國中醫藥出版社. 1996.
52. Murray L, Carothers AD. The validation of the Edinburgh Postnatal Depression Scale on a community sample. Br J Psychiatry. 1990;157:288-290.