

어깨 질환에 대한 몇가지 증상들

근육 수축, 스트레스, 원인불명의 오십견 등 여러 가지 이유로 인해 어깨 결림은 누구나 한번씩 겪어 본 매우 친숙한(?) 통증이다. 증상이 그다지 심각하지 않은 초기엔 대부분 질환으로 생각하지 않고 방치하기 쉽다. 초기에 적극적으로 치료하지 않으면 치료가 오래 걸리고 좋은 결과 또한 얻기 힘들다. 어깨 질환에 대한 몇가지 증상을 알아보자.

모든 질병이 그렇듯이 어깨 질환도 갑자기 찾아온다. 어느 날 갑자기 어깨를 움직일 때 통증이 유발되고 밤새 통증으로 잠을 못 이루고 아침에 병원을 찾는 경우가 있다. 방사선 소견상 견봉하 점액낭이나 관절 내에 석회화된 물질의 침착이 발견되고, 심하면 건파열이 일어나기도 한다. 이런 경우 의사들은 '견염'을 의심한다. 급성 염증은 25세~45세의 젊은 사람에게 잘 오고 석회화 현상과 동반되는 경우가 많으며, 통증이 매우 심하여 '화학종기'라고 부르기도 한다. 반면 만성 견염은 50~60세에 자주 발생하고 팔을 수평면 정도로 든 상태에서 더 들어 올리면 갑자기 극심한 통증이 있고, 그 외 상태에서는 통증이 없어 '동통궁증후'라 부르기도 한다. 심하면 견관절 주위의 근육이 위축될 수도 있다. 진단은 견관절의 극상근 주위 압통이나 견관절을 60~90도 벌린 상태에서 능동적으로 밖으로 돌릴 때 통증이 유발되고, 단순 방사선 사진에서 특별한 소견은 없으나 석회화된 물질이 발견되기도 하며, 자기공명영상으로 극상근이 굵어지는 등 염증성 소견을 찾아낼 수 있다.

치료는 먼저 고식적 방법으로 주사기를 사용해 석회화 물질을 뽑아 내거나, 안정 요법으로 부목이나 붕대법 등을 사용한다. 약으로는 소염 진통제를 쓰기도 하고, 스테로이드 제제를 병소에 주사하기도 한다. 물리치료로도 좋아지는 경우가 많은데, 처음부터 어깨의 전 운동 범위에 해당하는 운동이 필요하다. 특히 굴곡 운동을 먼저하고, 회전 운동을 하며, 마지막으로 외전 운동을 하는 것이 좋다. 수술적 치료는 2개월 이상 치료에 호전이 없거나 3~4개월 후에도 잔여 증세가 남는 경우는 수술을 생각할 수 있다. 수술 방법으로는 석회화 물질이 있을 때 석회 침착제거술, 극상근 주위 일부 뼈와 인대의 일부를 절제하는



김 주 성 원장

現 대구현대병원 병원장

약력 한림대학교 정형외과 외래부교수, 서울대학교 정형외과 초빙교수, 대구경북병원회 재무이사, 대한수부외과학회 평의원, 대구경북정형외과 개원의 협의회 학술이사, 아시아태평양 수부외과학회 부회장, 세계수부외과학회, 국제외상학회, 대한정형외과학회, 대한척추외과학회, 대한노인병학회, 대한골절학회 정회원, 영진전문대학 겸임교수, 대한병원협회 사업이사, 전국통신기자협회 이사장, (주)텔레케어 코리아 대표이사, (주)이호스피탈코리아 대표이사, (주)엠에스엔티 대표이사

전방 견봉 성형술을 단독 혹은 병행하여 시행한다.

팔이 잘 올라가지 않으며 어깨가 아프다.

흔히 '오십견'이라고 하는데 어느 날 어깨가 아프고, 팔을 들 때 통증이 생기다가, 끝내는 팔이 안 올라가는 경우를 말한다. 의사들은 이를 '유착성 점액낭염'이라고 부른다. 하지만 50대에 잘 생긴다고 해서 오십견으로 더 잘 알려져 있다. 어깨가 아파서 사용하지 않으면 어깨는 굳고 운동장애를 일으키는데, 이를 '동결견'이라고도 한다. 원인은 잘 알 수 없으나, 45세~60세에 자주 발생하기 때문에 노화 작용과 연관이 있을 것이라고 추측하고 있다. 유발 인자는 내인성과 외인성이 있는데, 내인성인자는 견관절 자체의 질환으로 석회성 극상근 건염, 회전근 개의 부분 파열, 상완 이두근 건염, 수술이나 외상과 지속적 고정 등이 있다. 또 외인

성 인자는 견관절 외부의 질환에 속발되는 것으로 심근경색증, 뇌혈관 질환, 경추 추간판 수핵 탈출증, 반사성 교감신경 이영양증 등의 질환에서도 견관절의 운동 장애가 나타난다. 어깨 관절의 점액낭이 붓고,

섬유화되며 염증성 반응이 생기고, 연골에 유착되므로, 관

절 용적이 감소되어 어깨가 잘 움직이지 않고 통증

이 생긴다. 오래된 경우 관절 주위 조직이 탄력성

을 잃고, 섬유화되면 견관절이 굳고, 어깨를 밖

으로 벌리거나 밖으로 돌리거나 펴서 들어 올

릴 때 통증이 심해진다. 심해지면 아픈 쪽으로 눕

기 힘들고, 밤에 통증 때문에 잠을 설친다. 보통 초

기에는 대중 요법으로 쉽게 치유되지만, 보통 몇

주에서 몇 개월이 걸린다. 치료하면 호전된다는

자신감을 가지고, 원인을 찾아 이를 해결하는

것이 제일 중요하다. 온열 요법, 운동 요법 그

리고 진통 소염제 투여 등 보존적 치료를 먼저

해야 한다. 물리치료는 초기에 시계추 운동을


시행하고, 능동 보조 운동을 시행한다. 국소 부위

진통제나 스테로이드 제제를 통증 부위에 주사하는

방법도 있다. 한번 굳어진 어깨는 나이가 든 경우 방

치하면 오래 치료해야 하고, 결과도 좋지 않다. 초기

에 발견하면 즉시 적극적인 치료를 하는 것이 중요

하다. 



<문의: 현대병원 053-764-2000-9,

hyundae.e-hospitalkorea.co.kr>