

다리에 생기기 쉬운 질환

다리는 우리 몸을 지탱해주는 가장 중요한 신체기관입니다. 건강한 다리, 예쁜 다리를 갖고 있다는 것은 그래서 아주 감사한 일이라고 할 수 있습니다. 이번 호에는 흔히 접할 수 있는 다리 질환 몇 가지를 정리해 보겠습니다.

“다리가 휘어서 보기가 싫어요.”

안짱다리라 불리는 내반슬(O자 다리)은 슬관절이 휘어진 형태로 무릎이 밖으로 벌어진 상태를 말합니다. 발목을 붙이고 서서 무릎 사이 간격을 측정하여 경중을 결정합니다. 1등급은 슬관절 간격이 2.5cm 이하, 2등급은 2.5~5cm, 3등급은 5~7.5cm, 4등급은 7.5cm 이상으로 분류합니다. 1~2등급은 특별한 치료가 없고 3등급 이상은 다른 원인이 있는지 확인하고, 적극적인 치료를 해야 합니다. 생후 2년이 지나도록 내반슬이 지속될 때에는 비만증, 비타민 D 결핍 구루병, 비타민 D 저항성 구루병, 신장성 구루병, 내반 경골, 외상 또는 감염으로 경골 및 대퇴골내측 골단판의 성장 장애, 선천성 매독 등의 유무를 확인해야 합니다. 1등급 변형은 관찰이 필요하며, 2등급은 무릎을 꿇고 다리를 벌려 엉덩이가 바닥에 닿는 자세를 금지시키고, 보행시 교정용 보조기를 사용해 치료합니다. 3·4등급은 4~5세 이후의 교정 절골술을 고려해야 합니다.

성인의 내반슬은 변형성 골염, 골연화증, 부갑상선 비대증, 골절 후 부정유합, 파괴성 병변 등으로 생길 수 있습니다. 심할 경우 경골근위부에 절골술을 하여 외반슬로 교정하거나 관절파괴가 동반된 경우 절골술과 관절 치환술을 고려해야 합니다.

“무릎 앞이 튀어나오고 누르면 아파요”

경골근부위의 골단염이 의심됩니다. 초등학교 고학년이나 중학생 중에 운동량이 많은 아이들에게서 나타납니다. 보통 무릎 슬개골 바로 밑이 튀어나오고 누르면 아프며 특히 심한 운동을 한 후, 자기 전에 통증을 호소합니다. 튀어나온 결절부에서 동통과 종창이 나타나고 계단 오르기와 달리기 할 때 통증이 심해집니다. 치료는 약 3주간 슬관절을





김 주 성 원장

現 대구현대병원 병원장

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

신전 상태로 석고로 고정하면 증상이 호전됩니다. 증세가 심하지 않은 경우 운동을 자제하고, 소염제를 쓰거나 물리치료를 하면 증세가 호전되기도 합니다. 간혹 경골결절 내에 골이식술이나 골편제거술을 하기도 하지만 후유증을 유발할 수 있어 신중하게 선택해야 합니다.


“비가 오려고 하면 무릎이 아파요”

많은 환자들이 이 증상을 호소합니다. 정도의 차이가 있지만 상당히 심한 골 파괴를 보이는 경우도 있습니다. 슬관절은 인체에서 가장 큰 관절이지만, 골 구조로 보아 매우 불안정한 관절입니다. 또 골관절염이 가장 잘 생기는 부위이기도 합니다.

나이를 먹으면서 관절연골이 닳고 약해져서 골관절염이 오게 되는데, 슬관절 질환이나 손상, 비만증, 변형 등이 관절연골의 파괴와 변성을 더 심하게 만듭니다. 증상은 슬관절 부위가 아프고 부으며 덜그럭거리거나 걷기가 힘듭니다. 춥거나 습기가 많은 날씨에 통증이 악화되기도 합니다.

증세가 가벼울 경우 수술하지 않아도 잘 낫는 편입니다. 적당한 휴식과 운동요법, 약물요법, 그리고 국소 치료 등을 합니다. 심한 통증이 계속되거나 관절의 불안정성, 변형, 운동 제한 등이 계속되면 수술을 고려해야 합니다.

“오래 앉아 있다가 일어서면 걷기가 힘들어요.”

우선 슬개골 연골 연화증을 의심해봅니다. 오랜 시간 앉아 있다가 일어나려고 하면 무릎이 아프고 걷기가 힘들며, 계단이나 산을 내려올 때 다리가 더 아픈 경우 의심해볼 수 있는 슬관절 병변입니다. 무릎 관절의 연골이 약해져서 생긴 병으로 악화되면 골관절염이 될 수도 있습니다. 그러나 보통 자연적으로 낫고, 예방 자세나 동작을 익히고 준수하면 잘 치유되는 질환입니다. 젊은 연령층 특히 여자에게 많이 발생합니다. 치료는 대개 보존적 요법이 사용됩니다. 초기에는 더운물 찜질과 보조기를 이용한 고정 치료를 하고, 증상이 완화되면 쪼그려 앉지 말고, 등산이나 계단 오르는 가급적 피하도록 합니다. 증상이 심하면 드물게 수술을 고려하기도 합니다. 수술은 병변이 있는 부위를 절제하고 슬개골 관절면을 고르게 하거나, 경골 결절을 들어 올리거나, 슬개골 적축술을 시행합니다. 다리는 조금만 이상이 있어도 가볍게 넘기지 말고 그때그때 점검을 해야 합니다.  <문의 : 현대병원 053-764-2000~9, <http://hyundae.e-hospitalkorea.co.kr>>