

“척추수술 감염률, 3년 연속 ‘0%대’ 달성”

1cm 미만 최소절개수술 효과 탁월
원인 병변만 제거…부작용 최소화
환자 통증 적고 회복도 빨라 ‘강점’
고령층, 당뇨·고혈압 환자도 안전
매주 의료진 모여 ‘최적 치료’ 고민

허리질환은 우리나라 전체 인구의 80% 이상은 한번쯤 경험할 정도로 흔한 질환이다. 그동안 허리질환은 대부분 노화로 인한 퇴행성 변화가 주원인이었다. 하지만 최근에는 PC나 스마트폰의 과도한 사용, 잘못된 자세, 운동부족이나 반대로 과격한 운동으로 인해 생기기도 한다.

특히 최근 2년여의 코로나 팬데믹을 겪으면서 재택근무 등 달라진 일상도 허리질환 환자 증가에 영향을 미쳤다. 이처럼 ‘포스트 코로나’의 대표질환이 된 허리질환을 어떻게 치료하면 좋을지 서울 목동힘찬병원의 척추클리닉 신경외과 전문의인 고한승 원장과 윤기성 원장으로부터 이야기를 들었다.

●척추 나사못 고정술, 전체 10% 불과

“전에는 나이가 많거나 일을 많이 해 허리질환이 생겼는데, 지금은 잘못된 자세나 무리한 운동 등으로 젊은 세대도 퇴행성 허리질환을 겪는다(고한승 원장)”.

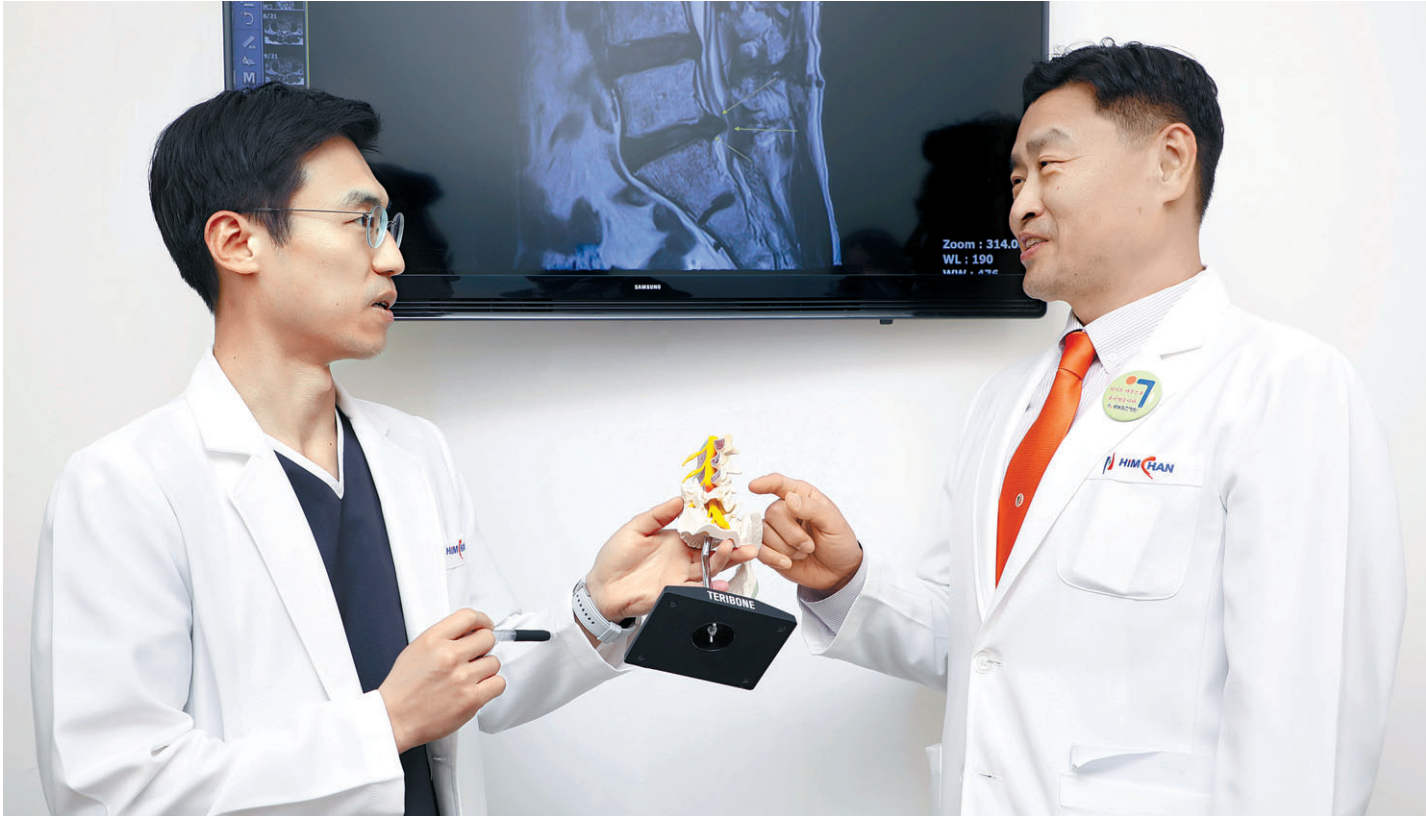
우리 몸을 지탱하는 척추 무게는 2kg 정도. 그런데 척추가 평생 지지하는 몸 무게는 30배가 넘는다. 기계를 오래 쓰면 닳는 것과 마찬가지로 척추도 시간이 흐르고 부담을 많이 받으면 노화한다. 또한 잘못된 자세도 척추의 노화를 가속화한다.

“컴퓨터나 스마트폰 사용이 일상이 되면서 오래 앉아 일을 하고, 목을 숙이는 잘못된 자세가 많아졌다. 정자세에서 목이 1cm 벗어나면 하중은 2kg 정도가 늘어난다. 나쁜 자세로 인해 퇴행속도가 빨라지고 질환이 커진다(윤기성 원장)”.

퇴행성 변화로 인한 대표적인 허리질환은 허리디스크(추간판탈출증)와 척추관협착증이다.

척추뼈 사이에는 23개의 젤리같은 추간판이 있는데 이것이 퇴행성 변화나 강한 충격으로 내부 수핵이 밖으로 튀어나와 신경을 눌러 통증을 일으키는 것이 허리디스크다. 반면, 척추관협착증은 척추 주변 인대와 뼈가 두꺼워지는 퇴행성 변화로 척추관이 좁아져 신경을 압박하는 질환이다.

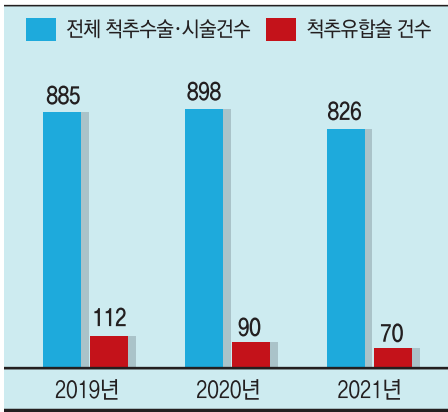
몇 년 전만 해도 허리가 아파도 병원 가는 것을 꺼리는 사람이 적지 않았다. 허리질환은 척추에 나사못을 고정하는



목동힘찬병원 척추클리닉의 신경외과 전문의 고한승 원장(오른쪽)과 윤기성 원장이 수술환자에 대해 의견을 나누고 있다.

사진제공 | 힘찬병원

목동힘찬병원 척추유합술 수술건수 연도별 추이 (2019~2021)



연도	발생건수	비율
2019년	885건 중 2건	0.23%
2020년	898건 중 0건	0%
2021년	826건 중 0건	0%

※ 3년 평균 감염률 0.07% (자료:힘찬병원 관절의학연구소)

척추유합술 같은 ‘큰 수술’을 받아야 하기 때문에 ‘허리는 칼 대면 안된다’는 잘못된 고정관념이 생겼다.

하지만 실제로 허리질환에서 이런 큰 수술은 많지 않다. 고한승 원장은 “허리질환의 경우 우선 약물이나 주사 등의 보존적 치료를 시행하고, 회복이 되지 않으면 비수술치료를 한다. 비수술치료도 호전이 없다면 그때 전문의와 상담을 거쳐 수술을 결정하는 것이 바람직한 치료 단계”라고 설명했다.

실제로 목동힘찬병원 척추클리닉이 2019년부터 2021년까지 3년간 시행한 척추수술(시술 포함)을 보면 전체 2609건 중 척추 나사못 고정술(척추유합술)은 272건(10.4%)으로 10명 중

1.04명에 불과했다. 추이를 살펴보면 전체 척추수술 대비 2019년 12.7% 2020년 10%, 2021년 8.5%로 매년 낮아지고 있다.(그래프 참조)

●무균수술 시스템 운영

요즘 수술적치료에서 많이 채택하는 진료는 최소절개수술법이다. 피부를 1cm 미만으로 절개한 뒤 내시경이나 미세현미경 등의 기구를 넣어 정상 주변조직을 손상시키지 않고 원인 병변만 제거하는 치료법이다.

절개수술에 따른 합병증과 감염 등 부작용을 최소화하고 고령의 환자나 당뇨, 고혈압 등 내과적 질환 환자들도 안전하게 치료받을 수 있다.

윤기성 원장은 최소절개수술법에 대해 “통증은 대부분 수술과정에서 정상조직을 손상해서 생기는데, 손상부위를 최대한 줄이는 진료법이어서 환자가 느끼는 통증이 적고 수술시간과 회복도 빠르다”고 장점을 밝혔다.

목동힘찬병원 척추클리닉은 최소절개수술을 시행하면서 최근 3년 간 수술감염률 0%대를 유지하고 있다(표 참조). 수술감염률은 수술시간, 수술테크닉, 출혈량 등에 영향을 받는다. 다시 말해 수술시간이 짧고 수술테크닉이 좋을수록 그리고 출혈량이 적을수록 낮아지기 때문에 전문 의료진의 숙련도가 매우 중요하다. 목동힘찬병원은 진료과정에서 의료진의 정보와 의견 공유가 활성화되어 있다.

고한승 원장은 “매주 의료진 정기 컨퍼런스에서 자신이 담당한 환자에 대해 동료 의사들과 적극적으로 의견을 나누

어 최적의 치료법을 선택한다”고 소개했다.

무균수술시스템도 감염률 0%대에 기여한다. 저온플라즈마 소독기, EO가스 멸균기 등으로 수술기구를 소독하고, 공기압력 조절로 바깥공기가 내부로 들어오지 못하는 양압수술실을 운영한다. 해파필터로 공기 중 먼지나 미세균도 걸러낸다.

한편, 비수술치료에서는 신경근차단술과 신경성형술 등이 짧은 시술과 적은 통증으로 일상 복귀가 빨라 많이 시행되고 있다. 신경근차단술은 신경에 약물을 주입해 통증을 완화하는 치료이고, 신경성형술은 지름 1mm의 얇은 카테터를 꼬리뼈로 삽입해 약물을 투여하는 진료법이다. 두 치료법 모두 C-ARM이라는 특수영상장치를 통해 실시간으로 모니터를 확인하면서 병변 부위에 약물을 투여하며 치료한다.

김재범 기자 oldfield@donga.com



목동힘찬병원 전경.

사진제공 | 힘찬병원

건강을레걸 | 우리동네 주치의의 건강학

임신중절수술 후 불임 걱정 경험 풍부한 의사에 맡겨야

지난해 임신중절수술이 모자보건법 제14조에 의해 합법화되고 낙태죄 폐지가 기정사실화됐지만 여전히 여성의 안전한 임신 중지를 보장할 수 없는 것이 현실이다. 무엇보다 임신 자체가 여성 몸에 큰 변화를 일으키기 때문에 철저한 피임 노력을 기울이는 것이 중요하다. 피임 시기를 놓쳐 원치 않는 임신이라면 출산 또는 임신중절수술이라는 선택지 밖에 없다.

중절수술 방법으로 주사치료, 소파술 등이 있다. 주사 치료는 혈액검사 상 임신호르몬 수치가 높지 않고 초음파상 임신낭이 확인되지 않은 초기 주수일 경우 적용 가능하다.

소파술은 초음파 검사 상 임신낭이 확인될 경우 시행한다. 수면마취 후 큐렛이라는 도구를 이용하여 자궁내막에 착상된 임신낭을 외부로 유출하는 원리다.

일부 여성들은 수술 후 재임신이 안될까 우려하기도 한다. 분명한 점은 큐렛으로 자궁내막을 과도하게 자극할 경우 자궁내막 유착에 의해 불임 가능성이 존재한다는 것이다. 따라서 수술 전 흡입기를 이용한 ‘흡입 소파술’을 시행하는지, 미리 자궁내막에 유착 방지제를 주입하는지, 담당 의사가 풍부한 임상경험을 갖추고 있는지 여부를 살펴야 한다.

무엇보다 성공적인 임신중절수술 여부보다 원하지 않는 임신을 막는 것이 가장 중요하다. 임신중절수술을 절대 가볍게 여기지 말고 여성의 몸을 건강하게 관리하는 것은 물론 생명에 대한 경각심을 갖는 것이 중요하다는 점을 상기해야 한다.

강남 리한산부인과 김윤희 원장

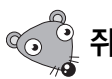
을지대의료원, 코로나 후유증 클리닉 운영

을지대의료원이 ‘코로나 후유증 클리닉’을 운영한다. 감염내과와 가정의학과를 중심으로 소아청소년과, 신경과, 심장내과, 이비인후과, 정신건강의학과, 혈액내과, 호흡기내과 등이 다학제로 참여하는 클리닉을 구축했다. 이중 혈액내과는 백혈병 등 혈액질환으로 면역력이 떨어진 재진 환자를 대상으로 전화상담을 통해 비대면 진료를 시행 중이다. 대전과 의원 을지대병원에서는 27일부터 진료를 시작했고 의정부을지대병원은 병상확대 이후 5월부터 진료를 개시한다.

편집 | 한민규 기자 slopspe@donga.com

박경호의 운수 좋은 날

4월 28일 (목) 음력: 3월 28일 문의: (02) 812-1201, 도원학당

 쥐	행운색: 청색 길방: 동	 소	행운색: 적색 길방: 남	 호랑이	행운색: 검정 길방: 북	 토끼	행운색: 검적 길방: 북	 용	행운색: 적색 길방: 남	 뱀	행운색: 노랑 길방: 중앙
귀인의 도움으로 명예와 재물이 따르며 문서적인 문제도 자신의 소신대로 이루어질 것이다. 이성간에도 원하는 상태로 돌입하며 좋은 인연을 맺게 될 것이다. 오늘은 실수하여 속내를 보이니 오히려 일은 신속히 성사될 수 있는 날이다.	과욕을 부리지 않는 상태라 하더라도 주위의 반목과 질시의 분위기가 초래되며, 정신적 불안감 또한 조성되므로 이전의 안정 상태를 유지하도록 힘써라. 새로운 환경에 들뜨기 쉬운 날이나 침착함을 잃지 않고 일을 처리하면 보상 받는다.	앞으로 운이 좋아지는 때이나 모든 일에 지나치게 쉼으로써 새로운 일을 시작 할 때는 충분히 앞날을 고려하여 행하여야 한다. 급속히 성하고 곧 쇠하는 경향이 있어 시기를 보는 바가 민감해야 한다. 복권당첨이나 유산상속의 운이다.	잠시 물러서서 다음 기회를 기다려야 할 때이다. 마음이 안정되지 않으므로 미련 있는 일이라도 과감하게 손을 떼는 것이 나중에 손해가 적다. 무슨 일이든 앞장서지 말라. 욕심을 부리면 큰 재난이 온다. 공연히 분주한 날이다.	소원하는 일이 현재는 이루어지지 않았으나 조금만 더 기다린다면 거의 성취되겠다. 먼 곳의 여행은 급한 일이 아니면 보류하는 것이 좋겠다. 손재수가 있으니 도난에 주의하고 도장과 문서를 조심하라. 망신일에는 실수를 자주한다.	오늘은 역마일이다. 썰물의 때는 물이 차지 않으면 움직일 수가 없다. 시기가 올 때까지는 체념하고 기다려야 할 때이다. 태연하고 여유 있는 마음으로 차분히 노력해서 현재의 지위를 지켜나가는 것이 무엇보다 중요하다.						
 말	행운색: 노랑 길방: 중앙	 양	행운색: 적색 길방: 남	 원숭이	행운색: 검정 길방: 북	 닭	행운색: 검적 길방: 북	 개	행운색: 적색 길방: 남	 돼지	행운색: 흰색 길방: 서
산기술에 연못이 있고, 그 연못을 낮춤으로써 산은 보다 높아지는 것이다. 손해를 보면서 얻으며, 사랑하는 사람을 위해 희생하여 눈앞의 작은 이익을 버리고 먼 미래를 차지하는 것이 중요하다. 오늘은 돼지띠와의 거래에서 신중해야 한다.	계획을 실현으로 옮길 수 있는 계기가 조성되며 직업이나 학업을 통해 보다 확고한 자신의 기반을 구축해야 하는 시기이다. 매사에 적극적인 자세로 임했을 때 소기의 목적을 달성할 수 있을 것이다. 시들었던 화초가 비를 만나는 날이다.	나의 운기가 쇠해서 시류에 맞지 않을 때에는 재빨리 물러나는 것이 최상의 방도이다. 무리하게 뚫고 나가려 하지 말고 쇠운이 지나가기를 기다려야 한다. 잠시 물러서서 다음 기회를 기다려야 할 때이다. 오늘 일을 내일로 미루어라.	얼마든지 일을 맡아도 손조를 게 해나갈 수 있는 때이다. 일하면 할수록 주위로부터 인정받고 큰 보상을 받을 것이다. 고통을 받던 사람도 이제부터는 상승일로에 있다. 자신 있게 밀고 나아가라. 하지만 반대로 잘못되면 금전적 낭비가 따른다.	사리사욕을 떠나 정의를 관철해 갈 것, 또한 자기 기반을 굳게 닦고 실행할 것, 가급적 폭력은 피하라. 모든 일에 과감하게 나아가지만 자기의 능력 이상으로 일을 벌이면 실패하기 쉬운 때이다. 오늘은 혼자서 일처리를 하지 말라.	운세는 좋은 때이며 직감에 호소하여 민첩하게 행동하면 효과를 본다. 첫 인상에서 좋게 느껴진 것은 반드시 성공할 것이다. 오늘의 기운은 인간의 감각이 발동하는 날이므로 연애문제가 일어나기 쉽다. 친구들과 어울려 낭비할 수 있는 날이다.						

오늘의 날씨			28일(목)		
서울	0/30	12 25	인천	0/30	11 20
강릉	0/30	11 19	대전	0/20	11 25
광주	0/20	11 25	대구	0/20	10 23
창원	0/10	11 22	제주	10/20	14 21
			지역 날씨	강수 확률 (오전/오후) 최저 최고기온 C	

스포츠동아 The sportsdonga		제3814호	
발행인·편집인 이인철	편집국장 연재호	사업총괄 김성수	광고국장 이송욱
편집부장 안도영	스포츠부장 양형모	정재우	엔터테인먼트부장 이영연
산업경제부장 양형모	사진부장 고충철	인쇄	동아일보사
광고문의 02-361-1612	구독신청 1588-2020	FAX 02-361-1617	
www.sportsdonga.com (우) 03737 서울특별시 서대문구 충정로 29			
2008년 3월 3일 등록번호 서울 가-00131호 (일간) 2008년 3월 24일 창간			
본지는 신문윤리강령 및 그 실천 요강을 준수합니다. 구독료: 한달 12,000원, 1부 700원			
대표전화 02-361-1610	제보·투고 02-361-1616	sol@donga.com	