

건강 칼럼

무릎 구부릴 때 통증 반복... '반월상연골' 파열, 조기 치료 중요

시원한 바람이 살랑 불어오는 포근하고 따뜻한 날씨에 등산이나 골프 등 야외 활동을 즐기는 이가 늘고 있다. 이때, 무리한 야외활동은 자칫 무릎 관절에 악영향을 끼칠 수 있어서 주의가 필요하다.

중장년층은 무릎에 퇴행성 변화가 시작되면서 작은 충격에도 쉽게 손상될 수 있어서 무리하지 않도록 해야 한다. 또한, 스포츠 활동처럼 격렬한 활동을 하는 젊은 층도 무릎 관절 구조물인 반월상 연골관에 손상이 생길 수 있기 때문에 주의가 필요하다.

만약 무릎 구부릴 때 통증이나 무릎이 구부러지지 않고 펴지지도 않는 증상이 나타난다면 반월상 연골 파열을 의심해야 한다.

반월상 연골관은 허벅지 뼈와 종아리뼈 사이에 있는 반달 모양의 연골로 무릎 충격을 흡수하고 하중을 지탱하는 역할을 한다. 중요한 구조물이지만 부드러운 조직인 만



유창욱 서울유병원 원장

큼 작은 충격에도 파열되거나 찢어질 수 있다.

무릎에 가해지는 직접적인 충격이나 외상, 무릎 관절의 비틀림으로 인한 압박 등이 파열로 이어진다. 특히 노화로 인해 관절을 지탱하고 보호하는 주변 조직이 약해지면서 가벼운 압력에도 쉽게 손상을 받는 등 퇴행성 변화도 원인으로 꼽히고 있다.

반월상 연골 파열이 손상되었을 때 증상은 조금씩 차이가 있겠지만 극심한 무릎 통증이 대표적이다.

또 무릎이 펴지지 않는 운동장애, 무릎을 굽혔다가 펼 때 느껴지는 이물감 등이 있다.

무릎이 뻣뻣한 정도의 가벼운 느낌을 받아 치료하지 않고 방치하는 경우가 있다. 손상 범위를 정밀검사 없이 방치하면 손상이 악화하면서 뼈가 노출되는 부분이 넓어지고 주변에 염증이 유발되어 퇴행성관절염으로 이어질 수 있다.

반월상 연골 파열은 손상된 파열 범위, 위치, 증상이나 생활 습관 등을 고려하여 비수술 요법이나 수술

적 치료를 결정하게 된다.

파열된 범위가 좁고, 관절의 안정성이 유지된다면 충분한 휴식과 약물요법, 주사 요법, 물리치료, 체외 충격파 등 보존적 치료로 호전을 기대할 수 있다. 다만 파열 범위가 심하고 증상이 지속적이라면 관절 내시경을 이용한 수술적 치료가 필요하다.

무릎 관절내시경은 관절 부위에 약 1cm 미만의 작은 구멍을 내서 내시경을 삽입한 후 모니터를 통해 손상 부위를 관찰, 치료하는 방법이다. 내시경을 통해 CT, MRI 등 방사선 장비로 볼 수 없는 부위까지 세밀하게 관찰하며, 정확도 높은 진단과 치료가 함께 가능하다.

관절내시경 수술 방법은 봉합술과 절제술이 있으며 연골 손상 정도에 따라 수술 결과가 큰 영향을 미치기 때문에 무릎 질환에 대한 경험 많은 정형외과 전문의가 있는 병원을 방문하는 게 바람직하다.

사설

남원 출신 의사 윤신근 박사

스타 의사로 불리는 윤신근 박사가 모교인 전북대에 발전기금 5억 원을 쾌척했다. 오래 전부터 동물사랑 운동을 펼쳐온 윤 박사는 모교에 대한 지원을 이어가고 있다. 10년 전부터 매월 400만 원씩 지원금을 납부해 이날 5억 원을 완납했다.

2000년부터 발전기금을 기부하던 그는 2011년부터 매월 정기적으로 기부를 약속했다. 2013년부터 동물 조지검사와 출기세 포 자가 수혈 할 수 있는 1억 원 상당의 장비 등을 기부하기도 했다.

전북 남원 출신인 윤 박사는 어려서부터 강아지와 함께 뛰어놀며 수의사가 되기로 결심했다. 시골 벗 집단 속에서 검독이와 부대끼고 함께 잠을 자던 추억을 아직도 생생히 기억한다.

결국 1972년 전북대 수의학과를 들어갔고, 1985년 서울에 동물병원을 개원했다. 당시 서울에는 동물병원이 100곳이 되지 않았다. 현재 1000여 곳에 유박하는 것과 비교하면 적박한 시

장이었다. 당시에는 일부 인기 있는 견종만 병원을 찾을 수 있었다. 동물을 아이처럼 대하거나 아프다고 병원에 데려가면 "망측하다"는 말을 들던 시절이었다.

윤 박사는 일본 등 반려문화 선진국을 견학하며 확신을 가졌다. 이후 여러 방송국과 미디어에서 그를 찾았다. 당대 유명 프로그램에 출연해 얼굴을 알리며 '스타 수의사' 별칭을 얻기도 했다.

요즘도 반려동물이 숨을 거두면 반려인은 수의사에게 따지는 경우가 많다. '고치지도 못한 거면서 돈은 왜 받아 가냐'고 항의하는 것이다.

윤 박사는 "반려동물을 장난감 고르듯이 하지 말고 평생 나랑 살아갈 상대로 받아들이려 한다"고 강조한다.

반려동물 문화에 관심이 커지고 있다. 사회 분위기도 많이 나아지고 있다. 그러나 아직 개선되어야 할 점이 많다. 반려동물 문화의 올바른 정착이 절실하다.

독자재언

견인차가 줄지어 역주행 시 형사처벌 대상

최근 경부 고속도로에서 견인차 4대가 경광등을 켜고 줄을 지어 1차로에서 차선을 반쯤 걸친 채 역주행하는 영상이 온라인 커뮤니티 상에 공개되어 국민들의 비난을 받고 있다.

국민들은 견인차(일명 렉카)가 경광등을 켜고 사고 현장을 빠른 속도로 달려 가기 때문에 긴급자동차로 인식하는 경우가 대부분이지만 이번 영상을 접한 네티즌들은 아무리 긴급자동차라고 하더라도 도가 지나치다고 한다.

도로교통법 제29조는 긴급한 용도로 도로를 주행하는 자동차를 의미하는 '긴급자동차'는 부득이한 경우 예외적으로 역주행을 허용한다고 규정하고 있다.

긴급자동차의 정의는 도로교통법 2조에서 소방차와 구급차, 혈액 공급차량 외에 대통령령으로 정한 자동차로 규정하며,

대통령령인 도로교통법시행령 2조는 범죄수사와 교통단속 중인 경찰차와 부대의 질서있는 이동을 유도하는 자동차, 생명이 위급한 환자나 수혈을 위한 혈액을 운송 중인 자동차 등으로 규정하고 있다.

따라서 견인차는 긴급자동차에 해

당되지 않기 때문에 긴급자동차처럼 경광등을 부착하고 점등한 채 운행하여도 일반차량과 마찬가지로 고속도로에서 역주행이 금지된다.

그러면 도로교통법에서 금지하는 견인차들의 고속도로에서의 운전자들의 안전을 위협하는 역주행 행위에 대하여 어떠한 처벌을 받을 수 있을까?

도로교통법 46조와 150조는 2대 이상의 자동차가 앞뒤로 줄지어 동행 하면서 다른 사람에게 위해를 끼치거나 교통상의 위험을 발생시킨 경우를 '공동위협행위' 죄로 규정하고, 2년 이하의 징역이나 500만원 이하의 벌금으로 처한다고 되어 있다.

공동위협행위죄는 사고가 발생하지 않더라도 처벌할 수 있는 위협행위이기 때문에 이번 경우처럼 역주행 결과 교통사고를 야기하지 않았더라도 적용할 수 있다.

이러한 형사처벌과 별도로 구속시 면허취소, 불구속되더라도 벌점 40점이 부과되며 사고발생에 따른 원인 및 결과에 따라 정지 및 취소가 부과되는 행정처분도 받게 됨을 명심해야 한다.

/무주경찰서 민원실장 경감 전근수

사진으로 보는 지구촌 소식

이스라엘 공습으로 파괴된 가자지구 건물들



12일 새벽(현지시간) 팔레스타인 가자지구에서 소방관과 젊은이들이 이스라엘군의 공습으로 파괴된 건물들을 살펴보고 있다. 이스라엘은 전날 무장 정파 하마스의 로켓포 공격에 대한 보복으로 가자 지구 공습을 이어갔다. 하마스는 장거리 미사일을 이용해 텔아비브 등의 주거용 건물 등을 타격하겠다고 경고하고 나서 전면전에 대한 우려가 커지고 있다.

체르노빌 원전 사고의 교훈

1986년 우크라이나 체르노빌 원자력 발전소에서 최악의 방사능 누출 사태가 발생했다. 이 사고로 당시 북유럽이 방사능 구름으로 덮였다.

세계원자력협회는 체르노빌 원전 사태의 원인은 원자로 설계의 결함과 부적절한 관리 교육 및 안전 장비에 있는 것으로 진단했다.

사고는 4월 26일 토요일 새벽 1시 24분에 일어났다. 우크라이나의 수도 키예프 외곽에서 약 110킬로미터 떨어진 곳에 위치한 체르노빌 원전 4기에서 두 번의 큰 폭발음이 들렸다.

원전 지붕은 온 데 간 데 없어졌고 원자로 내부에서 나온 방사선 가스와 물질들이 약 1킬로미터 상공의 대기를 덮었다. 이때 두 명의 직원이 즉사했지만, 그 와에는 사태의 규모에 대한 공식적인 보도가 없었다.

그러나 스웨덴이 체르노빌에서 불어오는 바람에 방사능 성분이 급격히 증가했다는 보도를 내놓았다. 이 내용은 4월 28일 소련의 타스 통신사에 전달되었

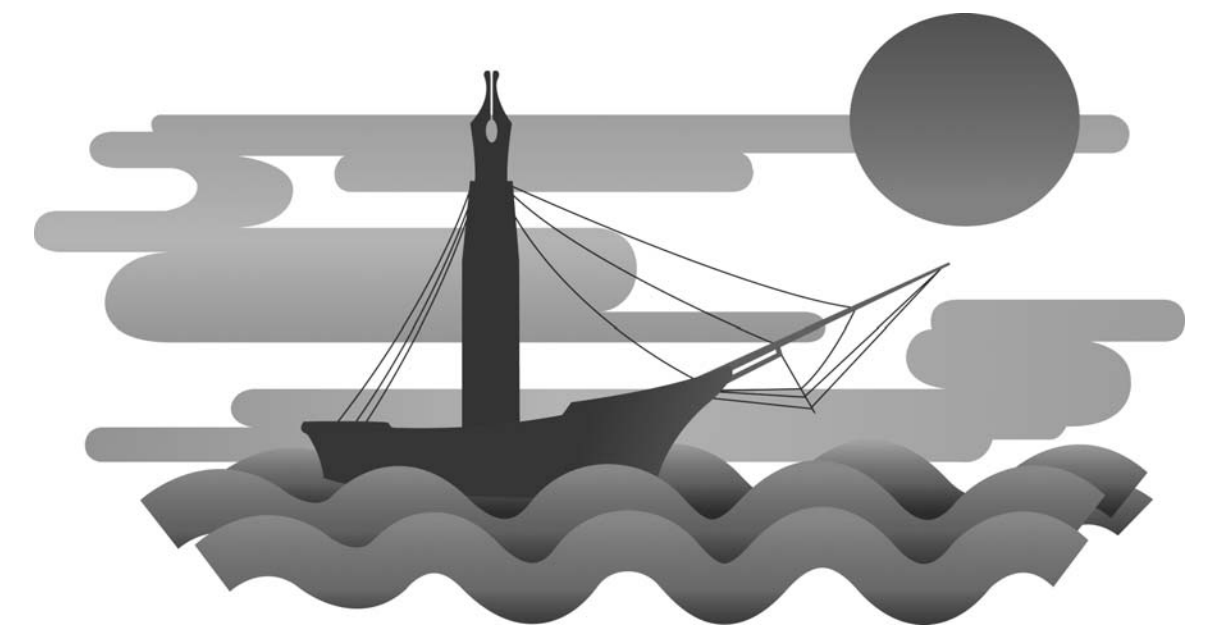
다. 2주 뒤인 5월 14일 당시 소련의 서기장이었던 고르바초프가 사태에 대한 공식적인 의견을 표명했다. 한 달 뒤에는 사태에 대한 보다 자세한 사항들이 공개되었다.

폭발 원인은 송전 정지 상태에서 어떤 문제가 발생하는지 알아내려던 두 연구원의 실험 때문으로 밝혀졌다. 더욱이 이 실험은 허가받지 않은 상태에서 이루어진 탓에 논란의 파장은 크게 확대되었다.

자급도 원전에 대한 찬반의 여론이 많다. 경제성과 안전 때문이다. 안전만 보장된다면 더할 나위 없이 좋은 일이다. 그러나 한 번의 사고는 돌이킬 수 없는 큰 재앙이 된다. 체르노빌이나 일본의 원전 모두 안전이 보장되어 지어졌다.

하지만 어떠한 이유든 간에 사고는 발생했다. 그리고 또 어느 지역에서 어떤 사고가 발생할지 모르는 일이다. 체르노빌 원전 사고 등에서 철저히 교훈을 얻어야 할 것이다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.