

건강 칼럼

### 무릎 통증 방치하면 '오다리' 변형 될 수 있다

# 50대 중반의 여성이 무릎 통증으로 내원했다. 평소 건강을 위해 운동을 열심히 했던 여성분은 어느 날 갑자기 무릎에서 걸리는 느낌이 들며, 아프기 시작하더니 점점 통증이 심해져 걷기조차 힘들다고 호소했다.

이러한 증상은 반월상연골관 파열을 의심할 수 있다. 반월상연골관은 무릎 상하 관절 사이에 위치한 초승달 모양으로 생긴 연골이다.

무릎 관절은 위쪽 대퇴골 관절은 등골고, 아래 경골 관절은 경골해 바깥쪽에 서로 닿지 않는 빈 공간이 생긴다. 이 빈 공간을 채워 무릎에 가해지는 충격을 흡수해주는 것이 반월상연골관이다.

무릎 연골은 신경이 없는 조직으로 반월상연골관이 찢어졌다고 다 아픈 것은 아니다.

반월상연골관이 찢어져도 모르는 채 지내는 경우도 상당히 많다. 통증이 없다면 무조건 수술할 필요는 없지만, 통증이 점점 심해지진다면 수술과 같은 적극적인 치료를 고려하는 것이



이 동 녯  
힘찬병원 원장

좋다.

통증이 심한 경우는 대부분 반월상연골관의 뒤쪽 기시부(뿌리 부분)가 찢어졌을 때다. 이 부분은 체중이 무릎에 실릴 때 쿠션 역할을 하는 곳으로, 연골 기능을 유지하는데 상당히 중요한 비중을 차지한다. 이 부위가 찢어지면 무릎에서 걸리는 느낌이 들거나 무릎이 잘 안 구부러질 수 있다. 또한 무릎을 누가 뒤에서 발로 찬 것처럼 아프고 무릎이 붓기도 한다.

반월상연골관 기시부가 찢어진 것을 의학적으로는 '반월상연골관 후각 부착부 파열'이라 부른다. 반월상연골관의 기시부가 찢어지면 통증도 문제지만,

방치하면 체중부하를 감당하지 못해 오다리가 될 수 있다. 반월상연골관 후각 부착부 파열은 주로 50대 중반 여성에게서 많이 발생한다. 폐경과 함께 여성 호르몬이 대폭 줄어 연골 자체가 약해지기 때문이다.

50대 초반이라면 찢어진 부위를 봉합해야 오다리로 변형되는 것을 막을 수 있다. '관찰'이라는 생각에 통증을 방치하다가 무릎 사이 주먹이 들어갈 정도로 휘었다면, 오다리 교정술(근위경골 절골술)로 흰 다리를 교정해야 관절염으로 진행되거나 악화되는 것을 방지할 수 있다.

지난해 7월 신의료기술을 통과한 골수줄기세포 주사치료도 도

움이 될 수 있다. 골수줄기세포 주사치료는 중기 무릎관절염의 통증 완화와 기능 개선 효과를 볼 수 있다.

특히 50~60대의 경우는 관절염을 같이 가지고 있는 경우가 많다. 골수줄기세포 주사치료와 오다리교정술과 같은 기존치료와 함께 병행하면 더욱 좋아질 수 있다.

찢어진 반월상연골관 기시부를 봉합한 경우 적어도 수술 후 3주까지 목발을 짚고 보행해야 한다. 너무 일찍 무릎에 체중부하가 되면 봉합한 부위가 다시 뜰 수 있기 때문이다. 3주가 지난 후에도 무리하지 않는 것이 좋으며, 6주 후에는 일상 생활로 복귀할 수 있다.

가장 좋은 치료는 예방이다. 쪼그려 앉는 자세는 관절 연골에 좋지 않은 자세다. 계단내려가기도 연골에 부담을 많이 주는 동작이다. 이처럼 관절 연골에 좋지 않은 자세와 동작을 피하고, 허벅지를 강화하는 운동을 꾸준히 하면 반월상연골관이 파열돼 오다리가 될 위험을 줄일 수 있다.

### 사설

#### 유류세 인하 연장

정부가 당초 4월 말 종료 예정인 유류세 인하 조치를, 6월 말까지 두 달 더 연장하기로 했다. 중동 위기 상황 등에 따라, 국내외 유가 불확실성이 높아지고 있는데 따른 것이다. 유류세 인하 조치는 지난 2021년 11월 시작해 인하율을 조정해가며, 4월 까지 8차례 연장됐다. 이번 조치까지 합치면, 모두 9차례 연장이다. 현재 정부는 탄력세를 조정해, 휘발유는 25%, 경유와 액화석유가스는 37%의 유류세를 깎아주고 있다.

인하 전과 비교해 휘발유는 리터당 205원, 경유는 212원, 액화석유가스는 73원 더 싸게 살 수 있다. 현재 국내 유가는 휘발유를 기준으로 지난 1월에 1천 5백 원 대까지 낮아졌다가, 다시 1천 6백 원대로 올라 4월에는 1,687원을 기록하는 등 오름 추세를 이어가고 있다.

정부는 관련 법 개정안을 입법 예고할 방침이다. 정부는

유류세 인하와 함께, 국제유가 변동성 확대에 편승한 가격 인상이 없도록 하겠다고 했다.

유류세는 휘발유와 경유 등 일부 석유파생연료에 붙는 세금 및 준조세를 통칭한다. 보통 휘발유 기준으로 유류세에 교통에너지환경세, 주행세(교통에너지환경세의 20%), 교육세(교통에너지환경세의 15%), 석유 수입 부과금, 부가가치세(소매가격의 10%), 개별소비세, 관세 등의 세목이 붙는다.

이 중 비중이 가장 큰 교통에너지환경세와 수입 부과금은 유가 동향과 관계없이 고정돼 있으므로 휘발유의 가격 탄력성이 낮은 원인으로 작용한다. 정부는 유가 급등이 나타날 경우 불가 안전 대책으로서 한시적으로 유류세율을 인하하기도 한다. 정부는 불가 불확실성이 확대될 가능성에 유의하며 불가 안정에 총력을 기울이기 바란단.

#### 스타 수의사 윤신근 원장의 모교 사랑

'스타 수의사' 윤신근 원장의 모교 사랑이 계속되고 있다. 윤 원장은 최근 전북대 뉴실크로드센터에서 개최된 '77억 원 발전기금 모금 선포식'에서 4000만 원을 기부했다. 그리고 행사장 현장에서 1억 원을 추가로 기부하겠다고 밝혔다.

이날 약속했던 1억 원은 최근 대학 측에 전달됐다. 이번 기부로 윤 원장이 모교인 전북대에 전달한 기부 금액은 총 11억 원으로 늘어났다. 윤 원장 기부는 2000년부터 시작했다.

당시 윤 원장은 "주위의 도움으로 학업을 마친 것에 대한 고마움을 전하고 싶다"면서 소정의 발전기금을 학교 측에 전달했다. 전북대 수의학과 72학번인 윤 원장은 어려운 가정 형편에 학업을 포기할 상황이었지만 대학에서 준 장학금 때문에 무사히 졸업할 수 있었다.

윤 원장의 기부는 매년 계속됐다. 지난 2011년 5억 원을

약정 기부했고, 10년 뒤인 2021년 모든 금액을 완납했다. 그리고 그 해 또 다시 5억 원을 약정 기부한 뒤 지금도 매년 기부금을 전달하고 있다.

1억 원 상당의 동물 조직 검사 및 절기세포 자가 수혈 장비를 기부하기도 했다. 현재까지 윤 원장이 모교와 후배들을 위해 약정한 금액만 17억 원에 달한다. 이 가운데 11억 원은 이미 대학 측에 전달됐다.

한편 윤신근 원장은 '개를 무서워하는 수의사' 등 각종 저서를 통해 반려동물 문화를 국내에 정착시키는 데 큰 역할을 한 수의사로 잘 알려져 있다.

매년 사재를 털어 반려동물 사진대회를 열고, 사라진 오수개 복원 사업을 펼치기도 했다.

특히 '동물 보호'라는 개념조차 생소했던 지난 1991년 '한국동물보호연구회'를 설립, 보신탄 추방 등 동물권 확립에도 앞장서왔다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

### 사진으로 보는 지구촌 소식

#### 플로리다서 낙태에 관해 발언하는 바이든



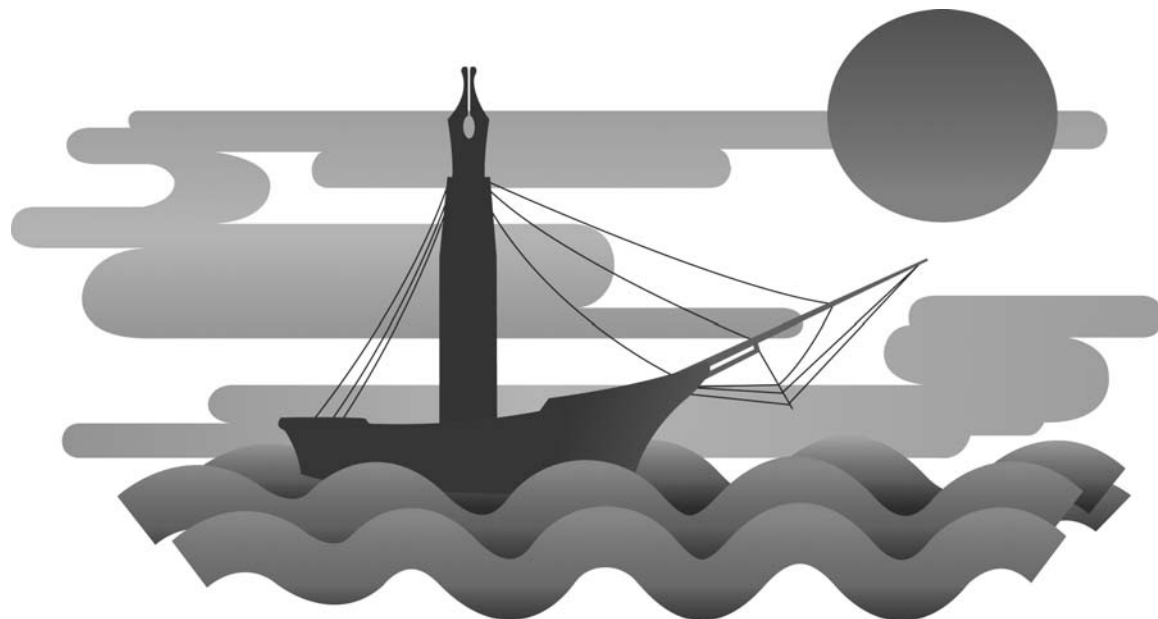
조 바이든 미국 대통령이 23일(현지시간) 플로리다주 탬파의 필스버러 커뮤니티 컬리지에서 여성의 재생산 자유와 낙태에 관해 연설하고 있다. 바이든 대통령은 "임신 6주 후 낙태 금지법"이 다음 주 플로리다에서 발효된다"라며 "이것은 여성에게 견딜 수 없는 고통과 잔인함을 강요하는 것"이라고 말했다. 그는 도널드 트럼프 전 대통령이 재임 시절 세 명의 보수 성향 대법관을 임명하면서 '로 대 웨이드' 판례가 뒤집어졌으며, 여성의 자유를 "앗아갔다"라고 비판하기도 했다.

#### 현수막 들고 행진하는 아르헨티나 반정부 시위대



23일(현지시간) 아르헨티나 부에노스아이레스에서 콩립대학에 더 많은 자금 지원을 요구하며 허비에르 밀레이 대통령의 긴축 정책에 반대하는 시위대가 카사 로사사 대통령궁을 향해 행진하고 있다.

구독 · 광고문의 063-288-9700



### 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.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일