

건강 칼럼

목통증 지속된다면 사경증 의심

흔히 목통증이 초래되는 원인으로는 경추부위의 골관절염, 목 디스크나 경추 뼈가 퇴행성으로 커져 경추신경을 누르는 경우, 교통사고나 충격에 의해 목 관절이 앞뒤로 충격을 받는 편타성 손상이 초래된 경우, 류머티즘관절염, 뇌수막염 등의 경추부위 염증에 의한 경우가 있다. 그러나 위에서 언급한 원인이 아니면서 서서히 시작된 목통증은 근긴장이상증의 한 형태인 사경증으로 진단되는 경우가 있다. 어떠한 경우에 사경증으로 진단이 되는지 알아보자.

▲사경증의 원인과 증상
일반적으로 경부 근긴장이상증은 본인의 의지와 상관없이 목 근육이 경직되며 수축과 긴장이 조절되지 않아 목이 중심에서 다른 방향으로 돌아가거나 위치가 바뀌게 되는 질병이다. 근육수축이 지속적 혹은 반복적으로 나타나기도 하며 수축에 의한 목 떨림이 나타나기도 한다. 대개 40~60대에서 발병하고 남성보다 여성에서 더 흔하게 나타난다. 건강보험심사평가원 자료에 의하면 사경증을 진단받은 환자는 2013년에 2만 8천여 명, 2016년에 3만 3천여 명 정도로 알려져 있다. 경부 근긴장이상증에 대한 원인은 아직 잘 알려지지 않았으나 뇌의 깊은 부위에 있는 뇌기저핵과 소뇌연결로에 이상이 있어 초래되는 것으로 생각하고 있다. 한편 일부 소아에서 사경증이 발생하는 경우는 뇌질환에 의한 이차성원인을 찾아보아야 하며, 일부의 경우에는 가족력이 있어 집안에 사경증 환자가 여러 명 있는 경우도 있다.



최영득
전철 전북지방보건환경연구원장

사경증은 스트레스를 받거나 잠을 못 잔 경우, 혹은 흥분한 경우 일시적으로 악화되며 근긴장이상증은 특이하게도 어떤 자세를 취하거나 머리 뒷부분을 벽에 대거나 손으로 얼굴 뺨 턱 이마부위를 만지면 일시적으로 증상이 호전되는 현상이 있다. 이 현상은 근긴장이상증을 진단하는데 도움이 되는 소견이다. 근긴장이상증은 소수 환자에게서는 일시적으로 없어지기도 하는데 일반적으로 수일에서 수 년 후에는 재발하는 것으로 알려져 있으며 1% 정도의 극소수에서 완전히 증상이 없어지기도 한다.
경부 근긴장이상증이 진행된 경우에는 목통증을 유발하는 일반적인 원인 중 척추관절염, 경부신경압박, 경추신경관 협착을 이차적으로 초래하기도 한다. 따라서 경부 근긴장이상증은 초기에 진단하고 적절히 치료해야 한다.

▲사경증의 다양한 양상과 진단
경부 근긴장이상증은 서서히 진행되고 통증이 잘 유발되며, 목의 근육이 수축되는 부위에 따라 목의 모양이 달라져 턱이 한쪽 어깨 방향으로 돌아간다. 이를 '사경증'이라 하며 턱이 가슴 쪽으로 기울어지는 경

우 전경증, 귀가 어깨 쪽으로 기울어지는 경우는 측경증 혹은 외측기울증, 턱이 들리면서 목이 뒤로 기울어지는 경우를 후경증이라 한다. 목의 모양을 구분하여 병명을 달리 하는 이유는 근긴장을 초래하는 목 근육이 서로 다르고 주사치료 시 근육 주사 부위도 다르기 때문이다.
경부의 다른 신체 부위에 근긴장이상증이 나타날 경우 이밖에 다양한 증상이 나타나기도 한다. 목에 나타나는 사경증과 함께 눈꺼풀의 근긴장이 초래되어 눈꺼풀 수축으로 인해 눈꺼풀이 떨리고 심한 경우 수초 동안 눈이 감기는 증상을 보이는 경우가 있으며, 손이나 팔에 근긴장이 초래되어 물건을 쥐고 있다가 떨어뜨리기도 한다. 또한 땀을 쥐고 글을 쓸 때 자신의 의지와는 다르게 손에 점점 힘이 들어가거나 손이 심하게 떨리기도 하여 글을 쓰는 것이 어려워지는 경우도 있다. 또한 얼굴근육의 긴장으로 증가하면서 얼굴이 자주 찡그려 지는 경우도 있고, 걸을 때 발 모양이 꼬이거나 까치발로 걷는 경우도 근긴장이상증이다.
이상 앞서 나열한 증후들이 사경증을 의심할 수 있는 징후들이다. 요약하면 목의 모양이 바뀌어 목

근육에 통증이 있고, 목을 움직일 때 운동제한이나 떨림이 초래되며, 감각속임수 현상이 나타나고, 과도한 스트레스를 받을 때 피곤할 때, 잠을 충분히 자지 못하거나 제대로 자지 못한 경우 혹은 흥분 시에 증상이 악화된다. 이런 증상이 관찰되면 반드시 근긴장이상증을 전문으로 진단하는 의사에게 진찰을 받아야 오진으로 인해 치료 시기가 늦춰지는 것을 막을 수 있다.

▲사경증의 진단과 치료
근긴장이상증의 진단은 의사가 문진과 진찰을 통해서 하며 뇌 MRI에서는 이차성 원인이 아닌 경우 정상소견을 보인다. 경부척추 MRI도 신경압박이나 이차성 원인이 아닌 경우에는 정상소견을 보인다.
치료로는 목에 대한 물리치료 및 통증완화 치료가 필요하며 약물치료, 보톡스 주사 치료, 수술 치료까지 환자의 증상에 따라 다양한 치료 방법을 시행한다. 보통 초기에 가벼운 증상을 보이는 환자에게는 약물과 보톡스 주사 치료를 시행한다. 하지만 대부분 환자의 경우 약물 치료나 보톡스 주사 치료에 대해서는 효과가 없거나 미미하고, 반복적인 시술과 반복적인 주사 후에 발생하는 면역성 등의 제한점이 있다. 완치를 기대할 수 있는 치료법은 수술적 치료로 환자의 회복을 위해 적극적으로 치료를 시도한다. 대표적인 수술법은 뇌심부극술이다. 뇌의 특정 부위에 전기자극을 가하는 미세한 전극을 이식하고 환자의 증상을 조절하는 방법으로 전문의와의 긴밀한 상의를 통해 수술을 진행해야 한다.

사설

중남미 국가 수출 물꼬 소식에 기대를

전북도와 경제통상위원회가 중남미에 수출 물꼬를 냈다는 보도이다. 오랜만에 들어보는 반가운 소식이다. 군산 GM 폐쇄와 남원 서남대의 폐교로 지역 사회가 풀이 죽어 있는 지금, 그러한 소식은 낭보라고 할만하다. 그 무엇보다도 되는 게 없는 나날인데 중남미 지역 수출길이 열렸다는 것은 평가관찰되면 반드시 근긴장이상증을 전문으로 진단하는 의사에게 진찰을 받아야 오진으로 인해 치료 시기가 늦춰지는 것을 막을 수 있다.

최한 것은 매우 잘한 일이다. 총 81건을 성사시켜 현장계약을 했다는 것이 괄목할 만하다. 그 총액이 6만 불 정도라서 미미한 감이 있기는 하지만 첫술에 배부를 수는 없다. 앞으로 전북도와 경제통상위원회의 활약 여하에 따라서 수출 규모가 크게 늘 수도 있기에 기대가 크다. 그러므로 전북도는 중남미 쪽 수출 시장 개척에 관심을 키워나가야 한다. 전북도는 이같은 주문의 이유를 잘 알고 있을 것이다. 도내 거주 인구 현황을 보면 전주는 답보 상태에 있고 다른 시군은 인구가 허탈없이 줄고 있다. 지금 지방 출신자가 코앞이지만 더 중요한 관심사는 경제발전이라는 이야기다.
전북도 관계자들은 경제 현안에 시선을 집중해야 한다. 그동안 정부를 상대로 군산과 남원을 위해 지원을 호소했지만 아직까지 답득달만한 조치가 없다. 코끼리 비스켓 수준의 긴급 지원금조차도 집행이 미뤄지고 있는 지금이다. 이런 때 중남미 수출의 밝은 소식을 들려준 것은 특기할 만하다. 고장의 낙후와 관련해 도민들의 마음 고생이 심한 지금, 전북도와 경제통상위원회는 더욱 많은 활약상을 보여야겠다.

고용 안정을 도모해야

전북도와 각 지자체들이 호된 소리를 듣고 있는 지금이다. 지역 경제가 늘 빨간불인데 청년 실업률이 심각하기 때문이다. 고용을 최우선으로 성취해야 변함없이 계속되고 있는데 두루 고민해야 할 속세가 아닐 수 없다. 이 부끄러운 기록이 과연 언제까지 지속될지 난감한 나날이다. 정말이지 청년고용 활성화에 관심을 갖고 대책을 강구해야 할 오늘이 아닐 수 없다.
저번에 호남통계청 전주사무소가 발표한 고용동향을 보면 답답할 뿐이다. 이래서는 곤란하다. 전북도는 먼저 슬선수범하는 자세로 지역 인재 고용의 사례를 많이 보여줘야겠다. 전북 지역의 청년 고용 열기가 아직도 미지근한 것은 부인할 수 없는 사실이다. 위원회 이후 청년실업률이 가장 높다는 지적에도 불구하고 그에 대한 감각이 둔한 탓이지 싶다. 청년 취업률이 미미한데도 어떻게 끌어 올려 보려는 움직임이 없으니 무슨 이유로 그러는지 알 수가 없다. 전북도와 각 시군 지자체는 고용 열기를 더 달구어야겠다. 물론 도내 모든 공공기관들도 지역인재 고용에 적극 동참해야

한다.
전북도와 각 시군 지자체와 공공기관들은 보아야 한다. 많은 젊은이들이 아직도 미취업자로 있음을 직시해야 한다. 일지리가 예전보다 못하더라도 오히려 출고 있는 현실이 답답하다. 고용 현실이 전국에서도 밀바닥 수준이라는 지적이 괜한 것이 아니다. 전북도와 각 지자체는 청년 실업의 현실을 총체적으로 보아야 한다. 청년 실업 내용을 들여다 보면 전북도와 각 시군 지자체가 파악한 그 이상으로 심각하다. 그렇기에 청년들은 때때마다 발표된 실업률 보도에 공감하지 않았을 것이다. 전북도는 얼마 같은 시간제 일자리에서 허덕이는 젊은이들을 생각해야 한다. 그들은 결혼이나 인생 설계 같은 장래 희망을 말하지 않고 있다.
거둬 말하거나 청년 고용은 한두 번 시도해보고 그만 둘 게 아니다. 전북도와 각 시군 지자체의 진정성이 관건이다. 그리고 공공기업들의 협조도 필수적이다. 전북의 젊은이들이 일자리를 찾아 서울로 수도권으로 거처를 옮기고 있는 세월이 언제까지 계속돼야 하는가.

독자제언

대로변이나 골목길을 보면 불법 주차된 차량을 쉽게 볼 수 있다. 이러한 차량들은 통행하는 다른 차량들과 보행자들에게 불편을 줄 뿐 아니라 교통사고가 일어나는 원인을 제공하기도 한다.
골목길에 주차된 차량들은 보행자를 발견할 수 없도록 사각지대를 만든다. 그로 인해 다른 차량들이 사각지대에 있던 보행자를 발견하지 못하고 사고로 이어지게 된다. 또한 화재나 범죄가 발생했을 시 긴급차량의 신속한 도착을 방해할 수 있다.

불법 주차자는 어린이 보호구역에서도 문제가 되고 있다. 어린이들의 통행이 잦은 등하교 시간이 되면 아이들을 데려다 주려는 학부모와 학원 차량으로 인해 혼잡해진다. 이럴 때 체구가 작은 아이들은 주차된 차량에 가려져 발견하기가 어렵다. 돌발상황이 발생했을 때 대처하기가 어려워지고 사고로 이어질 수 있다.
노인 보호구역은 경로당, 양로원 등

노인들의 왕래가 잦은 구간에 설치된 교통안전 구역이다. 서행운전을 유도하고 차량들의 주차가 금지되어 있지만 몇몇 운전자는 노인 보호구역이라는 것을 인식하지 못한 채 불법으로 주차를 하고 있다. 교통약자들

배려하기 위한 공간임을 명심하며 주차를 해서는 안 된다는 인식을 가져야 한다.
불법 주차자 차량들의 근절을 위해 서는 운전자의 의식 변화와 그에 따른 노력이 필요하다. 보행자의 안전을 위해 주차장 금지구역에서 차를 세워 두는 일은 없어야 한다.
이진재 원안경찰서 화산지구대 경장

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

전주매일 독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.
(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 승주빌딩 4층

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 행태를 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 굴러겠다는 약속을 드립니다.
인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 전주매일

