

건강칼럼

허리 땡기는 '척추관 협착증' ... 디스크와 달라요

척추관 협착증은 척수에서부터 신경이 척추뼈 사이를 통해 나오는 공간, 즉 척추관(spinal canal)이 여러 가지 원인으로 좁아져서 신경을 압박하고 신경의 허혈을 일으키는 것을 말한다. 고령의 환자에서 가장 흔하게 발생하는 퇴행성 척추관 협착증은 척추가 노화 과정을 거치며 앞쪽에서는 퇴행성 변화를 일으킨 디스크가 튀어나와 신경을 누르고, 뒤쪽에서는 신경을 싸고 있는 황색인대가 두꺼워지고 딱딱해져서 신경을 누르며, 척추관의 후방에 위치하는 후관절이 비대해지고 척추뼈의 마찰에 의해 비정상적으로 자라나온 뼈(골극)에 의해 척추 신경이 눌리게 되어 발생한다.

▲디스크는 추간판 탈출증... 협착증은 '신경인성' 파행
허리 디스크와 척추관 협착증을 같은 질환으로 생각하시는 사람이 많다. 디스크에 문제가 생겨서 발생하는 추간판 탈출증은 추간판의 퇴행성 변화(노화)에 의해 수핵을 싸고 있는 섬유륜이 파열되어 수핵이 나 섬유륜이 신경관내로 돌출 또는 탈출되어 신경을 압박해 허리 통증이나 골반 통증, 다리 통증이 유발되는 질환이다. 증상도 탈출된 디스크의 위치에 따라 척추 내에 위치한 신경을 압박하여 그 신경이 지배하는 엉덩이, 다리, 허벅지, 장딴지, 발 등에서 방



김태훈
건국대병원 정형외과 교수

사통 같은 통증이나 감각저하, 저림 증상과 근력 약화 등을 유발한다. 그에 반해 척추관 협착증은 보행 시에 하지에 이상한 통증이나 저림 감각, 둔한 감각, 운동마비 등의 증상이 악화되어 앉았다 쉬어 가야하는 '신경인성 파행'이 특징적이다. 환자에 따라 나타나는 증상은 다양하며 초기에는 허리의 막연한 통증과 뻣뻣함이 나타나며 대부분의 사람들은 이런 증상을 나이를 먹어감에 따른 자연적인 현상으로 받아들이는 경우가 많다. 그러나 신경인성 파행이 악화되어 보행 장애가 지속되게 되면 병원에 내원하는 것이 필요하다.

▲퇴행성이 가장 큰 원인... 대사 질환으로도 발병
척추관 협착증은 선천적인 원인과 후천적인 원인에 의해 유발될 수 있다. 선천적인 원인은 태어날 때부터 선천적으로 척추관이 좁게 태어난 경우며, 후천적인 원인 중에는 퇴행성 변화가 가장 흔한 원인이다. 그 외에도 척추분리증이나 척추전방전위증이 동반된 경우, 외상에 의한 경우, 드물지만 대사성 질환에 의한 경우 등 다양한 원인에 의해 복합적으로 유발될 수 있다. 척추관 협착증은 보행 시에 하지

에 이상한 통증이나 저림 감각, 둔한 감각, 운동마비 등의 증상이 악화되어 앉았다 쉬어 가야하는 '신경인성 파행'이 특징적이다. 환자에 따라 나타나는 증상은 다양하며 초기에는 허리의 막연한 통증과 뻣뻣함이 나타나며 대부분의 사람들은 이런 증상을 나이를 먹어감에 따른 자연적인 현상으로 받아들이는 경우가 많다. 그러나 신경인성 파행이 악화되어 보행 장애가 지속되게 되면 병원에 내원하는 것이 필요하다. 척추관 협착증은 임상 증상과 신경인성 파행으로 의심해 볼 수 있으며 임상적으로 협착증이 의심이 되면 추가 정밀검사를 시행하게 된다. 그 중에서 MRI와 CT는 신경이 협착되는 것을 명확하게 보여주는 영상검사다. 협착증과 반드시 감별해야 할 질환이 혈관인성 파행이며 협착증에서 나타나는 임상증상과 다소 다른 양상의 통증과 파행을 호소하게 된다.

▲호르몬 주사는 부작용 심해 6개월 동안 4~5회 넘지 않도록
척추관 협착증 환자는 심각한 신경 마비가 드물고 서서히 진행하기 때문에 비록 심한 협착이 있더라도 일차적으로 보존적 치료를 먼저 시행하는 것이 원칙이다. 그 방법으로는 안정치료, 약물치료와 물리치료, 주사치료 등이 있다. 주사치료(신경차단술 및 신경성형술)는 척추관 협착증에서는 신경이 압박되고 마찰을 일으켜 신경 주위에 염증 물질이 배출되어 증상을 악화시키게 되는데, 강력한 항염작용을 가진 부신피질 호르몬제를 직접 투여하여 염증을 가라앉게 한다. 하지만 주사는 여러 번 반복해서 맞을 경우 합병증이 동반될 수 있으므로 6개월 동안 4~5회 이상 반복적으로 맞지 않는 것이 바람직하다. 그러나 최소한 3개월 동안 여러 가지 보존적 치료에도 효과가 없거나 하지 마비의 증상이 생긴 경우, 신경 증상이 심하고 특히 근력이 약해질 때, 심한 보행 장애로 생활에 지장이 있을 때에는 일반적으로 수술을 고려하게 된다. 수술적 치료는 신경을 압박하는 부위의 감압술을 시행하거나 병변 부위의 골유합을 시키는 척추 유합술을 시행해 볼 수 있다. 척추 수술 이후에는 관리가 아주 중요하며 꾸준한 운동을 병행하여야 인접마디의 퇴행성 변화가 유발되는 것을 예방할 수 있다.

독자제언

중고거래, 꿀팁!

온라인 거래시장은 지역은 물론 세계 각국을 넘나들 정도로 활성화되어 있고, 중고용품 거래 또한 가계를 이용하는 것보다 온라인거래 사이트를 이용하는 경우가 많아졌다. 이에 따라 자연스럽게 인터넷 거래 사기가 기승을 부리고 있다. 물건이 있는 것처럼 속여 돈만 챙기는가 하면, 고장 난 물건을 보내는 수법, 거래하기로 한 물건이 아닌 벽돌이나 빈 병 등을 보내는 수법 등 나날이 다양해지고 교묘해지고 있다. 따라서 다음의 사항들을 숙지해 온라인거래 시 피해당하는 일이 없도록 해야 한다. 먼저, 중고물품 거래는 직거래가 제일 좋다. 하지만 부득이 온라인거래를 이용할 경우 상대방이 전화번호가 아닌 카카오톡 아이디를 사용한다면 한

번쯤 의심해보도록 하자. 둘째, 가격이 생각보다 싸다면 경계해야 한다. 이유 없이 싼 물건은 없다. 셋째, 상품에 특화된 커뮤니티에서 거래하면 사기당할 확률을 더 낮출 수 있다. 마지막으로, 물건을 거래하기 전 사진 등으로 인증 요청하여 확인하자. 위 사항을 숙지한다면 피해를 예방할 수 있다. 또한 경찰청 사이버안전국에서 운영하는 '인터넷 사기피해 신고여부'에서는 전화번호와 계좌번호를 통해 최근 피해사례 등을 확인할 수 있다. 조금만 주의를 기울인다면 사기 등의 피해로부터 스스로를 지킬 수 있다는 점을 명심하고 온라인거래 시 피해 예방에 만전을 기해야 할 것이다. 최해진 고창경찰서 경무계 순경

사진으로 보는 지구촌 소식

브라질 8세 소녀 죽음으로 촉발된 주민 시위



지난 20일(현지시간) 브라질 리우데자네이루 빈민가에서 경찰이 손 쓴 8세 소녀 이가시가 숨져 22일 장례식이 열린 가운데 친인척 등 주민들이 이에 항의하는 시위를 벌이고 있다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사설

전북의 탄소산업 우뚝 서야

전북의 탄소산업은 더 발전해야 한다. 글로벌 경쟁력을 위해서도 그렇고 국내 경쟁력을 위해서도 그렇다. 탄소산업에 관한 한 전북도는 그 어느 광역자치체보다도 먼저 시작했다. 이제 그 역사가 십년을 훌쩍 넘었다. 그런데 현재 전북 탄소산업의 현주소가 답답하다. 탄소산업의 수도가 되기 위해선 아직 갈 길이 멀다. 백년 먹거리 사업으로 키워왔지만 지역 경제 파급 효과가 아직은 크지 않다는 게 중론이다. 전북도가 지난 20일에 탄소산업 세부 실행 계획을 세운 것은 그 의미가 깊다. 그것은 점차 전북의 탄소산업 이미지를 대내외적으로 뚜렷하게 하는 것이기 때문이다. 내년에도 5년 단위 종합 계획을 수립하고 진흥원 설립을 추진한다는 방침인데 그 면면들은 현 단계에서 전북 탄소산업의 토털계획이라고 평가할 만하다. 그리고 전북도는 더 힘내야 한다. 저변에 깔린 탄소제품 상용화 촉진을 위한 인센티브 지원 사업, 건축용 탄소복합재 제조 및 실증사업, 탄소복합재 제조기반부품 경량화 금형개발 지원사업, 해외 우수 연구소 유치 사업, 지역혁신 역량강화 사업 등

잠자 그 성과가 기대되는 육성책들을 밀어붙여야 한다. 전북도는 탄소산업과 관련해 늘 긴장해야 한다. 다른 광역자치체가 한국 탄소산업의 대표주자가 되려고 욕심을 품고 있을 지 모르기 때문이다. 지난 수 년간 경쟁 관계에 있는 경북이 바로 그러하다. 전북 탄소산업은 더 발전해야 한다. 10년이 넘는 세월의 공든 노력에도 불구하고 지역 경제를 견인하는 수준에 이르지 못하고 있다면 더 분발해야 한다. 탄소 소재 및 부품 분야 육성에 힘을 실어준 것은 잘한 일이지만 기업군 형성이 안되면 상용화에 한계가 있을 수밖에 없는 점도 유의해야 한다. 전북도는 탄소산업의 미래를 홍보하던 때를 상기해야겠다. 관련기업 240개 유치와 3만5천 명의 고용 창출을 말했었는데 현실을 보면 아쉬움 그 자체이다. 그리고 호성 공장도 그렇다. 2013년에 준공할 때만해도 1조2천억원을 투자하기로 약속 했는데 그 기업이 2020년까지라고 했으니 이제 얼마 남지 않았다. 그 약속을 온전히 투자하도록 전북도는 총동원해야 한다.

제3금융중심지 재추진 작업 들어가야

제3금융중심지 지정을 위한 재추진 작업에 들어가야겠다. 제3금융도시 지정은 지역 최대 현안 중의 하나이다. 지난해 수도권이 노골적으로 탄축을 걸었었는데 그것은 지금도 그 심보 그대로일 터이다. 정부가 전북을 제3금융도시로 지정하려하자 부산상공회의소가 발끈하고 나섰던 것도 잊지 말아야겠다. 전북의 금융은 연금과 농생명 특화 중심이고 부산 금융은 해양과 관련된 것이라 그 성격과 분야가 확연히 다르다. 그리고 서울의 경우도 그렇다. 종합 금융이니까 국가 금융 중심지로서의 역할만 확실히 수행하면 되는데 말이다. 서울과 부산의 방해 공작은 과도한 욕심에서 나온 것이다. 그리고 그것은 국가 균형 발전의 대의를 역행하는 발목 잡기 같은 것이 아닐 수 없다. 지금 생각해보도 쉽지 않은 전북을 챙겨줄 것처럼 하던 정부가 입장 정리를 미루었던 일이다. 전북을 찾는 금융위험자에게 송하진 도지사가 금융 발전을 부탁했지만 흔쾌한 답이 없었다. 제3금융중심지 지정에 침묵으로 일관한 것이다. 그래서 걱정이 되는 게 있었다. 이렇다카는 제3금융중심지 지정이 여간 큰 도전

을 받는 게 아니겠구나라는 판단이었다. 그러나 해를 넘겨 돌아보는 분위기는 우리의 편이다. 제3금융중심지 지정을 꼭 성취해야 한다고 말하는 이유가 있다. 저변에 정부 측에서 공식적으로 긍정적인 반응을 보여왔기 때문이다. 그리고 세계 1위와 2위의 수탁은행을 유치하는 등 여건이 많이 개선되었기 때문이다. 제3금융중심지 지정에 대한 말빨이 서게 됐으므로 이제 작업을 서둘러야 한다. 저변에 제3금융중심지 지정이 안된다는 우리 쪽의 책임도 아주 없지는 않다. 기반이 부족하다는 지적을 한두 번 들은 게 아니기 때문이다. 그러므로 전북도는 재추진 작업을 위해서 하나 하나 내실을 기해야겠다. 전북도는 용기를 내야 한다. 제3금융중심지 지정을 지난해보다 긍정적으로 보아야 한다. 때 이른 제3금융도시 지정을 반드시 성공시켜야겠다. 지금부터 재추진 작업에 들어가 여건을 보강해야 한다는 당부이다. 그렇다. 혁신도시는 제3금융도시로 우뚝서야 한다. 전북 발전을 이끌려면 반드시 그래야 한다. 제3금융도시로 지정되면 전북은 그만큼 발전에 속도감을 낼 수 있을 터이다.

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

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 **전주매일**