

제 40호 1986년 5월 20일

# 물리치료회보

대한물리치료사협회

Korean Physical Therapy Association

## 올림픽과 물리치료 (II)

연세대학교 연구 및 보건개발연구소

성수원

지난 호에서는 올림픽에서 물리치료의 중요성에 대해 논하였고 아울러 '84 LA 올림픽에서의 물리치료 현황, 선수촌병원에서의 진단명별 분류, 경기종목별 다발질환, 물리치료의 중요성에 대하여 살펴 보았다.

이어서 이번 호에는 올림픽과 물리치료의 두 번째 순서로 Athletic trainers(AT)에 대하여 논하려 한다.

### (1) Athletic trainer란?

운동은 선수들의 경기뿐만 아니라 학교에서나 직장에서 혹은 취미로, 여가선용으로 접할 기회가 많아지고 더우기 86년 아시안게임과 88년 국제올림픽게임을 주최하게 된 이 시점에 있어서 스포츠의학 및 AT에 대한 관심도와 필요성이 대두되고 있다.

선수훈련 교육 프로그램 하에 전문적 지도나 체계없이 경쟁적이고 육체적으로 힘든 경기에 참여하게 되면 근산경 골격계통(neuro musculo skeletal system)의 손상위험이 커진다.

또한 대수롭지 않은 사고나 손상을 받을 경우 초기에 제대로 처치해주지 않으면 돌이킬 수 없는 영구적인 행동장애를 가져오므로 유능한 선수의 보호라는 측면에서 AT가 필요한 실정이다. 즉, AT는 운동으로 인한 손상예방 뿐만 아니라 과학적 콘디션조정, 체력증진 손상 및 훈련에 스포츠물리치료를 포함하여 서비스 한다.

이와같은 Athletic trainers의 정의를 내려보면 선수의 경기 및 연습 전과정에 걸친 체육 경기력향상 및 부상예방을 위한 활동을 하는 전문직종으로서, 스포츠생리, 해부, 스포츠심리, 부상방지 붕대법, 경기력 향상 등에 대한 교육을 1,000~1,800시간 받고 면허에 통과한 사람을 말한다.

역대 올림픽 경기대회에서의 활동과 올림픽 주경기장 개막기념행사 및 육상대회의 경험에 비추어 보면 의무실 내방 환자의 50% 이상이 Taping 등 AT 소관 사항을 요구하고 있다.

### (2) Athletic trainer와 team work

AT를 조직과 행정측면에서 살펴보면, AT와 관계를 갖는 직종의 범위는 다섯 가지로 대

변할 수 있는데, 그것은 physician, coach, school, parent, athletic이다. 이러한 분야의 각각이 AT와 어떠한 관계를 갖는지 보면;

#### (1) Physician

운동선수의 진단과 처방을 한다. 그러나 의사와 AT간의 신뢰범위 내에서 AT에게 판단과 처치술 등 상당 부분을 맡길 수 있다. 또한 의사의 처방내에서 AT자신의 치료를 행할 수 있다.

#### (2) Coach

AT는 coach와 함께 운동계획 프로그램이나 손상 예방을 위한 protective equipment로 선수의 운동력을 증진시키며 선수의 손상이나 약점을 잘 알고 있어야 한다.

#### (3) School

학교에서는 어떠한 규칙이나 규정을 교육시키지만, AT는 어떤 역할이나 정책을 알고 계속 선수 자신의 기술이나 지식을 증진시키기 위한 교육을 하여야 한다.

#### (4) 운동선수(Athlete)

선수가 부상이나 손상 후 운동할 수 없다는 결정은 의사가 하지만 AT는 운동선수에게 설명을 한다.

즉, AT는 선수가 경기에 참가하고자 함을 존경하고 인격적인 개체로 대하고 어떠한 기술이나 판단 등을 보여줌으로써 선수로부터 존경받고 자신감 및 신임을 받게 된다.

#### (5) 부모(parent)

AT는 선수의 부모나 그들 자녀에 대한 권리와 경력 및 이해가 필요하다. 경기전의 선수 상태에 대해 정보를 교환할 수 있으며 식사, 가정규율, 어떠한 손상에 대해 정보교환이 가능하다.

### (3) Athletic trainer의 역할

Athletic injuries는 예측이 가능하다. 즉, 운동 및 연습 경기시간 내에만 발생하고 대개 의료를 즉시 받을 수 있는 곳에서 발생한다. 또한 몇 가지 상해의 기전(mechanism of injury)에 의해서만 발생된다.

이러한 상해의 기전은 상해형태를 예측할 수 있게 하고 상해의 원인이 될 유해요소를 제거할 수 있게 하고 적절하고 신속한 치료조치를 할 수 있다.

이렇게 하기 위해서는 의사와 AT와의 효과적인 관계(relationship)를 갖기 위한 어떠한 원칙이 있을 수 있다. 이러한 원칙적 요소는 다음과 같다.

(i) 운동전 신속하고 적절한 치료를 하기 위한 protective equipment 와 good coaching, 경기 시설상태 등을 점검하는 Health supervision.

(ii) 운동전 의사의 평가를 받아야 하고

(iii) 의사중 sports program과 관계 있는 의료인이 있을 것.

(iv) 모든 선수의 의료보험 가입.

(v) 시합, 연습시 즉시 후송이 가능할 것.

(vi) 응급 처치원(first aid)이 상주할 것.

(vii) 손상치료나 진찰의뢰시 의사와 가족간의 협조와 communication.

(viii) 선수는 손상 후 의사의 허락 없이는 운동할 수 없음(이때 AT가 처방된 재활 프로그램에 대한 progress를 의사에게 제공).

(ix) 의무기록의 보관 및 분석-손상 당시의 특수상황, immediate care 내용, 진단과 소인(disposition), 환자의 의학적 문제(medical recommendation).

(x) 운동선수 특유의 이상제질, contact lens, allergy, 기타 사항을 lost team에게 알려주기 위한 medical record 지참.

(4) Athletic trainer의 기능

AT는 운동선수의 육체적 상태, 영양상태, 음주·흡연·위생에 대한 개인의 건강인식도, 선수의 면역상태, 정신위생, 환경에 대한 적응력, 약물남용등 개인에 대해 전반적으로 알고 있어야 한다.

AT가 할 수 있는 기능 및 처치는 다음과 같다.

A. Physical therapy

- 1. Wound healing (bruise, sprain, muscle injury)
- 2. 치료목적으로 physical agent 사용(Ice pack, heat pack, whirl pool, bath massage, crutch walking)

B. Protective athletic equipment

- ① Head protection; eye protection, helmet, face mask, mouth protector.
- ② Body protection

C. Protective taping

- ① Function of adhesive taping.
- ② Principles of tape application.
  - Preparation of area
  - Selection of technique
  - Application of tape
  - Removal of tape

D. Physical conditioning

- Warming up(Metabolic readiness, Neuro muscular readiness, physical readiness)
- Isometric ex.
- Calisthenics(isotonic ex. & equipment)
- Partner resistance ex.
- Weight training
- Interval training to increase endurance
- Rehab. ex.(Physical conditioning ex. for injured athlete)

E. 응급처치(First aid)

F. Evaluation & Records

# 그간의 사고 경위와 한마디....

대의원 의장  
백 진

親愛하는 會員 여러분!

其間 安寧하십니까?

제게 一生에 한 번 있을까 말까 한, 달리 表現한다던 돈 주고도 經驗하기 힘든 國立호텔 生活를 했던 일도 벌써 半年前의 일입니다.

하지만 아직도 많은 會員들께서 제게 어떤 일이 있었는지를 正確히 모른 채 莫然히 무슨 일인가 있었다더라 하는 程度로만 알고 계시기에 事故(?) 경위를 말씀드리고 저의 所信 또한 傳하고자 합니다.

事件은 85年 11月 7日 느닷없이 保健所職員 4名의 訪門을 받았고, 書類 一切를 압수 당하고 全職員이 다 함께 同行해야 한다는 그들의 말을 無視한 채 혼자 保健所로 向했습니다.

內容을 들어보니 仁川市 保健課로 仁川市醫師會社 會淨化委員이란 사람이 電話로 “物理治療士가 單獨開業을 할 수 없는데 白進 物理治療室이라고 하고 있

니 어떤 일이나?” 빨리 조치를 해 달라는 申告를 받고 不可避하게 告發을 해야 한다는 것입니다.

分明히 82年 11月엔 모 整形外科와 손을 잡고 開業을 했음니다만 患者가 늘고 他病院 患者가 저희 白進 物理治療室로 治療를 받으러 오면 그곳에선 人力이 딸려 절절때는 治療를 받다가 이곳에선 1日 7,8名 이상은 治療하지 않아도 될 만큼 일손이 남다보니 最善을 다 한 治療에 所聞도 나게 되었고 原來 治療를 받던 病院에 가서 患者까지 또 모셔오는 現象이 잦아지고 보니 自然히 시기의 對相이 되었고, 四寸이 땅을 사면 배가 아프다는 俗談처럼 손을 잡은 整形外科에도 患者가 뿔로 늘다보니 異狀한 所聞에 휘말리게 되었고 급기야는 그 整形外科와 昨年 5月 末日을 期해 손을 끊어야 하는 段階에 이르렀습니다. 事實인즉 타 병·의원에서 보낸 患者를 의료보험 청구를 위해 다시 그 정형외과에 모시고 가면 진단이 틀리게 나오