



신병철  
원광대학교 한의과대학 교수

# 학급당 1명 정도인 척추측만증

**척**추측만증이란 척추(등뼈)가 옆으로 구부러지고 휘어지는 병이다. 정상적인 척추는 등 뒤에서 보았을 때 일직선을 이루는데, 척추측만증이 있는 척추는 “S”자 모양으로 척추가 휘어지게 된다.

특발성 척추측만증은 일반적으로 성장이 빠른 시기에 나타나며 14세 이전에 발생되는 것이 보통이고 남자보다 여자에서 3~5배 정도 많이 발생한다. 따라서 성장기 학생들은, 정기적으로 관찰함으로써 척추측만증을 조기에 발견할 수 있도록 해야 한다. 10도 이상 휜 척추측만증의 유병률(prevalence rate)은 연구에 따라 다소 차이는 있으나 일반적으로 1.5%~3%로 보고되고 있다. 쉽게 본다면 학급당 한 명 정도로 보면 타당할 것이다.

## 척추측만증의 원인은 무엇일까요?

환자를 대하다 보면, “학생의 병은 척추가 옆으로 휘어지는 척추측만증입니다”라고 진단을 하면 대부분의 보호자들은 공부할 때 앉는 자세가 나빠서 그렇게 되었다고 말씀하시는 경우가 많은데, 대부분의 척추측만증은 자세가 나쁘거나 가방을 한 쪽으로만 들고 다녀 발생하는 것은 아니다.

전체 척추측만증의 80%는 그 원인이 아직 밝혀

지지 않은 특발성 척추측만증으로써 여러 가지 복합적 요인들이 관여하는 것 같다.

척추측만증은 아프지 않는다는데 치료를 해야 하나?

실제로 척추측만증은 증상이 없거나 요통, 피로감 등이 있으나, 척추의 휘어짐이 경미한 척추측만증의 경우는 일상생활은 물론 운동, 사회생활에 아무런 지장을 주지 않는다. 그러나 성장기에 있는 초·중고생은 성장하면서 척추의 휘어짐도 커질 수 있으므로 각도가 20도를 넘을 경우는 악화의 가능성이 크므로 정기적인 치료나 관찰을 필요로 한다.

환자들에 대한 스웨덴에서 시행된 장기적인 관찰 연구에서 척추측만증 환자를 치료하지 않고 방치할 경우, 정상인에 비하여 약 2배 이상의 사망률이 있고, 여자 환자 중 76%가 결혼을 하지 못했으며, 요통 및 피로감을 느끼며, 노동능력, 결혼, 일상생활에서의 적응도 등에서 심각한 문제점을 나타내는 것으로 보고되고 있다. 현재까지 밝혀진 바로는 척추측만증이 심해지면 휘어진 척추에 의해 심장과 폐가 압박되어 그 기능이 저하되고 결국 사망률이 증가되는 것으로 알려져 있다.

### 왜 척추측만증은 조기검진이 중요한가?

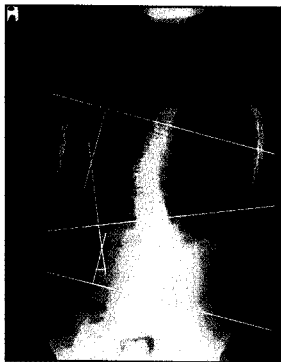
지속적인 집단 검사에 의한 척추측만증의 조기 발견은 수술횟수를 감소시키고, 척추측만각의 평균치를 감소시켰으며, 질병의 발견 연령이 저하되었다는 보고가 있다. 따라서 조기검진은 조기 관리나 치료로 이어질 수 있기 때문에 매우 중요하다 할 수 있다.

국내의 집단검진은 주로 전방 굴곡 검사(Adams forward-bending test)가 시행되었으나 몇가지 역학적 연구에서 전방 굴곡 검사는 집단검진으로써 부적합하다는 것이 제시되고 있으며, X-ray에 의한 측정 역시 성장기 어린이들의 건강에 좋지 않은 영향을 미칠 수 있다.

최근에는 모아레 체형측정법이라는 안전하고 정확하며 간편한 체간 모양의 삼차원적 영상을 얻을 수 있는 입체적 촬영방법을 이용한다. 일본과 캐나다, 싱가포르 등에서 집단 척추측만증 검진에 이용되고 있으며, 국내에서는 2001년에 가협 전북지회에서 시범사업 실시 후 점차 확대되고 있다. PPFK

### 척추측만증은 어떻게 진단이 되나?

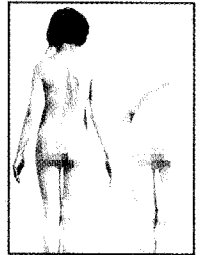
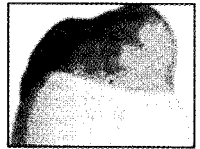
자세의 이상을 관찰(어깨 높이, 골반 높이 등등)하거나, 전방굴곡 검사로 발견할 수도 있으나 그 방법은 부정확하고, 척추의 전장 엑스레이 사진으로 쉽게 진단될 수 있다. 척추의 휘어진 정도는 콕스각(Cobb's angle) 측정방법으로 그 각도를 측정하여 진단 및 치료의 기준으로 삼는다.



척추측만증과 콕스각의 측정

### 병원에 가지 않고 척추측만증이 있는지를 알 수는 없을까?

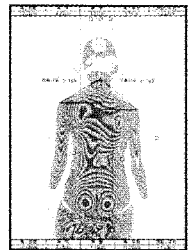
“전방 굴곡 검사”라고 하는 이 검사법은 검사 대상자로 하여금 정면을 보고 서게 한 후 허리를 앞으로 숙이도록 한다. 이 때 무릎은 굽히지 말아야 하며 양손은 아래로 뻗어 두 손끝이 일치되도록 하는 것이 중요하다. 이런 자세를 취한 후 검사자가 앞 또는 뒤에서 등을 관찰하여 한 쪽이 튀어나왔는지를 살펴보는 방법으로 한 쪽 등이나 허리가 비대칭적으로 튀어나와 보인다면 척추측만증을 의심하여 엑스레이 촬영을 시행해야 한다.



전방 굴곡 검사

### 척추측만증이 발견되었다면 어떻게 해야 하나?

측정된 각도가 10도를 넘는다면, 일단 전문가와의 상담이 필요하다. 척추측만증의 종류와 신체골격의 성숙 정도에 따라 치료 방침이 다르기 때문에 정확한 진단을 해야 한다. 보조기나 수술을 하지 않고 정기적인 진찰만을 필요로 할 수 있고 측만증의 양상이 심하고 악화 가능성이 있으면 보다 적극적인 치료 계획이 필요할 것이다. 수술적 치료는 특발성 척추측만증의 경우 처음 발견될 때 40도 이상이거나 보조기 착용 중 40도 이상으로 악화될 경우 수술의 적응이 되는 것이 일반적이라고 받아들여지고 있다.



이상 모아레 사진

한방에서는 추나요법(척추교정술)으로 척추측만증을 치료를 하게 되는데, 치료 전·후의 교정률은 평균 32.2%~40.2%의 교정률을 나타낸다고 보고되고 있다. 척추측만증이란 단순히 척추가 휘어지지만 하는 미용상의 문제일 수는 없으며 다각적인 측면에서 접근하는 치료 및 관리가 필요한 질환이다.