

카이로프랙틱 Chiropractic



최환석 요셉
가톨릭대학교 성모병원 가정의학과 교수

이번 호에는 보완대체의학에서 대표적인 수기 요법으로 손꼽히는 카이로프랙틱에 대한 것을 알아본다. ‘카이로프랙틱(Chiropractic)’이라는 말은 ‘손’을 뜻하는 ‘카이로(chiro)’와 치료를 뜻하는 ‘프락토스(practice)’라는 합성어로, 약과 수술에 의존하지 아니하고 의사의 손으로 여러 가지 질환을 치료한다는 의미로 이해할 수 있다. 우리나라에서는 척추 교정, 추나(원래 뜻과 달리 왜곡되었다고 생각함) 등으로 알려졌으나, 최근 카이로프랙틱이라고 부르는 경우가 많아지고 있다. WFC(the World Federation of Chiropractic 1999)는 카이로프랙틱을 ‘척추를 비롯한 뼈, 관절, 근육의 미세한 변화를 약물이나 수술 요법을 사용하지 아니하고, 인체를 한 부분이 아닌 전체에 초점을 두어 복합적으로 다루는 학문으로서, 손을 이용한 교정치료(adjustment), 도수치료(manipulation), 근육치료, 물리치료, 운동치료, 자세교육, 식이요법, 건강증진 교육 등을 통하여 뇌, 기관, 세포 간 신경의 원활한 흐름

으로 척추신경 기능을 회복시켜 신체의 정상적 기능과 건강을 되찾게 하는 의학’으로 설명하고 있다.

척추에 대한 수기치료는 고대로부터 널리 사용되었던 치료 방법으로(Lomax, 1997; Anderson, 1992), 고대 이집트인, 메소포타미아인 등이 손으로 척추를 자극하여 병을 치료하는 것이 파피루스에 기록되어 있다. 히포크라테스는 “병의 원인이 척추의 장애 때문일 수 있다.”라고 하였으며, 이는 카이로프랙틱의 기초로 여겨진다.

역사적으로 수기 요법 발전의 계기가 되는 사건이 있었는데, 하나는 1895년 10월 렌트겐(Wilhelm Conrad Roentgen)에 의한 x-ray의 발견이다. 현대 수기 요법의 시작을 알리는 또 다른 사건은 1895년 9월, Daniel David Palmer가 17년 동안 듣지 못하는 환자의 목뼈에 대한 수기치료로써 환자의 청력을 회복시킨 것이다. 당시 환자는 치료 후 “거리에서 마차 지나가는 소리를 들었다.”라고 기술하였다. 1985년 9월 18일 Palmer는 그의 환자인 사무엘 H. 워드 목사의 조언을 받아들여 자신의 치료법을 Chiropractic이라고 명명하였으며, 카이로프랙틱은 여러 학자들에 의해 지속적으로 연구, 발전, 보급되어 왔다.

초기 카이로프랙터의 이론은 1800년대에 널리 이해되고 있는 ‘척추의 장애와 질병과의 상관관계’에 대한 개념에 근거를 두고 있다. 어긋난 척추(척추의 변위)는 척추신경에 압력

'카이로프랙틱(Chiropractic)' 이라는 말은 '손'을 뜻하는 '카이로(chiro)'와 치료를 뜻하는 '프랙토스(practice)'라는 합성어로, 약과 수술에 의존하지 아니하고 의사의 손으로 여러 가지 질환을 치료한다는 의미로 이해할 수 있다.

을 가함으로써 신경의 기능을 저하시켜 생리적 변화와 통증, 질병 등을 일으킨다는 것이다. 따라서 척추의 변위를 바로잡아 신체 구조와 기능 사이의 관계 정상화를 목표로 하고 있다. 이러한 개념을 기초로 카이로프랙틱 치료의 작용기전을 크게 두 가지, 신경조직에 가해지는 압박의 감소와 자극에 의해서 유도되는 신경반사의 효과로 생각해 볼 수 있다. 첫 번째 작용 기전은 수기치료로 인해서 추간공 주위의 신경근과 자율신경섬유에 가해지는 압박을 감소시키거나 척추디스크(추간판)와 후척추 관절 이상을 호전시키는 것이다. 두 번째 작용기전은 수기치료상의 역동적인 스트레치(신전)에 의해서 진공성 염발음(소리)이 생기고 관절과 근육의 감각 수용체의 활동을 극대화함으로써 굵은 구심성 신경(말초에서 중추신경으로 가는 신경)의 활동을 증가시켜서 동통이나 불쾌감을 일으키는 가는(횡단면이 작은) 구심성 신경을 신경조직 내에서 억제한다는 것이다. 이러한 효과는 척추 분절의 국소적인 부위뿐 아니라, 중추신경에서 내려오는 동통을 억제하는 신경계의 활동을 증가시켜서 증상을 호전시킨다. 이와 유사한 작용기전이 침술, 경피 신경 자극(자극에 의한 동통 저하)의 치료 효과를 설명하는 데 사용되고 있다.

미국에서 카이로프랙터를 찾는 이유는, 기존의 현대의학적 치료로 효

과가 없었거나 카이로프랙틱 치료로 효과를 본 다른 환자의 추천 때문인 것으로 밝혀지고 있는데, 이는 현대 의학에서 간과하는 것을 카이로프랙틱에서는 중요시하는 것(현대 의학적으로는 정상으로 여겨지는 척추의 경미한 뒤틀림을 카이로프랙틱에서는 병적인 소인으로 여기는 점)과 관련이 있을 것으로 생각된다.

카이로프랙틱은 흔히 근골격계와 관련된 문제를 치료하는 데 사용된다. 최근의 한 연구에 의하면 카이로프랙틱 외래를 방문한 환자들 중 40% 이상이 경부통증과 요통에 대해 치료를 받았다. 그 밖에도 두통, 스포츠 손상, 반복되는 염좌 등에 대해서도 사용되었다.

카이로프랙틱의 과학적 근거에 대해서는 많은 논쟁이 있어 왔다. 척추의 변위(아탈구)의 개념과 어떤 상황에서 치료를 적용할 것인가에 대해서도 전문가마다 다른 견해를 가지고 있기도 하다. 효과, 과학적 편견, 치료 시 위험한 환자(예를 들어, 골다공증 환자에서 정상인보다 치료시 골절의 위험이 높다)등에 관한 많은 이견과 의심이 지금까지 계속 되고 있다. 이에 따라 카이로프랙틱에 관한 연구는 지속 되고 있다. 가장 중요한 열쇠는 카이로프랙틱 치료에 의해 세포수준(신경, 근육세포)에서의 과학적 근거를 찾는 연구가 될 것으로 보인다. 미국보완의학회의에서는 최근 다음과 같은 연구 과제를 선정하였다. 급성

요통에 대한 치료 방법으로 기존 전통의학과 효과 있다고 기대되는 병합 치료의(전구의학과 카이로프랙틱, 마사지, 침술) 비교 연구, 카이로프랙틱 치료 후에 요추에서의 변화 측정, 척추수기치료 후에 신경 및 근육에서 변화와 효과 평가, 턱관절장애, 만성 골반 통증, 경부통증에서 카이로프랙틱 치료 효과 연구 등이다. 고혈압환자에서 경추부 교정 후 발생하는 혈압강하 효과에 대한 연구는 미국 의료계에서 화제가 되기도 하였다. 국내의 보완통합의학회에서도 이와 관련된 분과연구회가 있으며, 수기치료, 도수치료, 카이로프랙틱 치료에 대한 표준화와 임상적용에 대한 교육이 이루어지고 있다. 가톨릭대학교 성모병원 보완의학센터에서는 교정 치료라는 이름으로 제공되며, 대부분의 환자가 치료에 크게 만족하는 것으로 조사되었다.

약이나 수술이 아닌 의사의 손에 의해 행해지는 카이로프랙틱 진료는, 대부분의 보완대체의학이 그렇듯이, 통증에 효과가 있을 뿐 아니라 전인적이며 환자 스스로의 치유력을 이끌어 내는 건강증진의학의 요소를 포함하고 있다. 따라서 가톨릭의료 기관과 종사자들의 이에 대한 높은 관심을 바라며, 이로 인해 많은 환자들에게 더 많은 건강의 기회가 제공될 것을 기대한다.