

# 치 료 방 법

## 치료방법에는 무엇이 있나?

척추의 노화는 자연적이고 피할 수 없는 과정이므로 비수술적 방법을 통해 신경에 가해지는 압력을 완화하여 정상적으로 기능할 수 있도록 하는 방법이 있습니다. 즉 신경에 가해지는 압력을 제거함으로써 요추와 요추관 협착과 연관된 통증을 완화할 수 있습니다. 이런 비수술적 치료 방법에는 물리치료, 약물, 통증치료가 있습니다.

### ■ 물리치료

물리치료사는 환자와의 상담을 통해 적절한 운동 프로그램을 개발할 수 있는데, 물리치료사에 의해 처방된 운동은 신경에 가해지는 압력을 완화시켜 통증, 마비 증상을 호전시키는데 도움이 됩니다.

### ■ 약물

통증을 감소시키고 활동수준을 증가하기 위해 비스테로이드성 소염제(NSAIDs)와 진통제가 처방될 수 있습니다. 이 약물은 먹는 알약, 코에 뿌리는 스프레이, 주사의 형태로 처방됩니다.

### ■ 통증치료

허리에 코르티손 계열의 약물을 주입하면 신경뿌리가 붓거나 염증이 생기는 것을 줄일 수 있습니다. 때에 따라 마취 전문의가 경막외 신경 차단술이라 불리는 주사액을 투입할 수 있습니다.

## 치료방법에는 무엇이 있나?

심각한 손상을 일으키는 진행성 증상이 있는 환자의 요추관 협착증상을 치료하기 위해 후궁절제술(Laminectomy)라 불리는 수술적 치료가 요구됩니다. 또한 내과적 치료에도 불구하고 지속되는 증상이 있는 환자를 치료하기 위해서도 수술이 고려되어야 합니다. 후궁절제술(Laminectomy)을 시행하면 척추 신경 통로가 넓어져 신경에 가해지는 압력이 완화됩니다.

수술에 관하여는 담당 주치의와의 상담을 통해 더 자세한 정보를 얻을 수 있습니다.



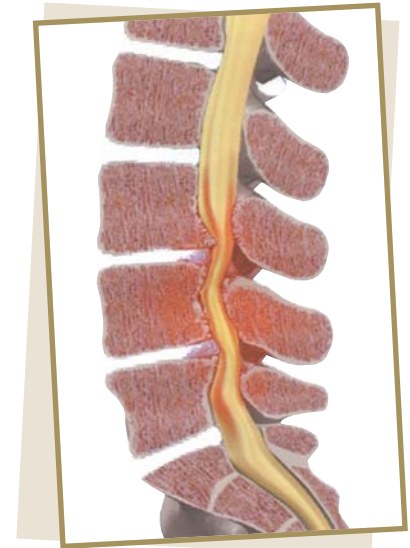
영동세브란스 척추전문병원



영동세브란스 척추전문병원 신경외과  
연세대학교 의과대학 척추신경연구소

서울특별시 강남구 도곡동 146-92  
병원대표전화 02-2019-2114  
척추전문병원 02-2019-2600  
척추응급진료 02-2019-1234  
45 병동 02-2019-1046  
[www.spinecenter.or.kr](http://www.spinecenter.or.kr)

# 요추관 협착증



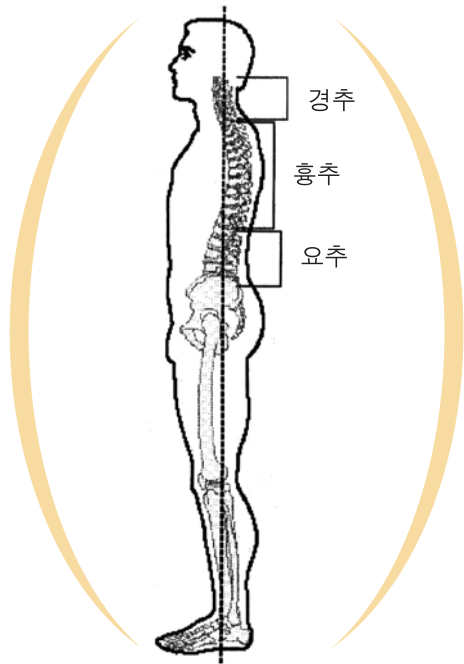
영동세브란스 척추전문병원 신경외과  
연세대학교 의과대학 척추신경연구소  
[www.spinecenter.or.kr](http://www.spinecenter.or.kr)

# 요추관 협착증

# 요추관 협착증이란?

## 척추란?

척추 또는 등뼈는 서로 연결된 천골, 미골 및 24개의 각기 다른 뼈로 구성됩니다. 척추는 강하고 유연하며 척수를 보호합니다. 또한 머리를 지탱하고 갈비뼈와 붙어 있습니다. 척추에는 척추뼈, 관절, 추간판(디스크), 신경으로 구성되어 있습니다.



【 경추, 흉추, 요추 그림 】

척추는 정상적으로 3가지 곡선을 이루며, 7개의 경추, 12개의 흉추, 5개의 요추로 구성되어 있다.

## ● 척추뼈 (VERTEBRAE)

신경과 척수를 보호하는 터널과 같은 형태의 서로 연결된 각각의 뼈를 말하며, 요추 부위는 상반신으로부터 오는 압력을 끊임없이 받게 됩니다. 장기간에 걸친 이러한 압력에 의한 마모현상은 허리통증으로 이어지게 됩니다.

## ● 관절 (JOINTS)

두 개 또는 그 이상의 뼈 사이의 공간을 말하며 몸 전체에 걸쳐 존재합니다. 뼈는 경직되어 있어 구부릴 수 없으므로 이들 관절이 여러 각도로 움직임을 가능케 합니다. 즉 관절은 각 척추 뼈마다 위치하며 유연성과 안정성을 제공하게 됩니다.

## ● 추간판 (DISCS)

추간판(디스크)은 외부 섬유고리와 안쪽 젤라틴 중심부로 구성되어 있습니다. 척추뼈 사이사이에 위치한 추간판은 충격흡수제와 같은 역할을 하며 뼈가 서로 마찰되는 것을 방지합니다. 또한 뼈가 서로 연결되도록 하는 접착제의 기능을 하며, 유연성도 제공합니다. 나이가 들어감에 따라 추간판은 척추 뼈의 무게 때문에 끊임없이 눌리고 늘어나므로 노화와 연관되어 서서히 마모되는 현상을 보입니다.

## ● 신경 (NERVES)

각 추간판 위치마다 한 쌍의 척수신경이 있으며 팔과 다리로 연결되어 있습니다. 척수(등뼈 가운데를 지나가는)와 척수신경은 감각과 운동을 통제할 수 있도록 뇌와 팔 다리간에 메시지나 자극을 전달해 주는 전화기와 같은 역할을 합니다.

## 노화가 진행됨에 따라 척추에 어떤 변화가 일어나나?

척추뼈 사이의 추간판은 외부 섬유고리와 젤라틴과 같은 중심부(수핵)로 구성되어 있다고 하였는데 노화가 진행됨에 따라 추간판의 수핵이 건조되기 시작하여 충격흡수 효과를 감소시키게 됩니다. 이 보호 기능이 상실되게 되면, 일상 생활 자체가 척추 뼈를 마모시키고 뼈 가장자리가 뾰족하게 되는 현상을 유발하며 척수를 감싸고 있는 중심 통로와 신경을 보호하는 측면 통로가 좁아지게 됩니다.

## 요추관 협착증(Lumbar Canal Stenosis)이란?

요추관 협착증은 척추내 신경이 지나가는 통로가 좁아지는 현상을 말합니다. 이 협착증상은 통로의 모양 즉, 통로의 크기를 감소시키는 노화 현상, 또는 척추뼈의 불안정성과 연관된 변화에 의해 발생합니다. 척추관이나 신경을 보호하는 측면 통로가 좁아지면 척수 신경뿌리를 누르게 되며 관의 지름이 좁아짐에 따라 신경은 더욱 더 자극을 받게 됩니다.

## 요추관 협착증(Lumbar Canal Stenosis)의 증상은 ?

요추관 협착증의 특징적인 증상은 앉아 있거나 누워 있을 때는 전혀 증상이 없지만, 오래 서있거나 걸으면 양쪽 다리가 점점 터질 것 같이 아프고 저려서 오래 걸지 못하고 그 결과 가다 쉬고, 가다 쉬고하는 현상이 나타납니다.

## 요추관 협착증(Lumbar Canal Stenosis)은 어떻게 진단되나?

진찰과 병력청취를 통해 진단할 수 있으며 때로 방사선 검사가 진단에 유용하게 사용될 수 있습니다.