

통증으로 고통 받는 고관절 질환, 증상에 따라 치료 달라야



척추와 다리를 연결해주는 고관절은 우리 몸의 하중을 감당하며 충격을 흡수하는 역할을 한다. 걷거나 뛸 때, 앉을 때 모두 고관절을 사용하는데 그때마다 불편한 느낌이 들거나 통증이 느껴지면 일상생활에 적지 않은 영향을 미치게 된다.

많은 환자들이 엉덩이 위쪽에 통증이 느껴지면 고관절 문제라고 생각한다. 하지만 실제로는 척추 문제일 경우가 많다. 엉치에서부터 허벅지 뒤, 바깥쪽 종아리까지 당기고 저리거나 걸을 때 찌릿찌릿한 느낌이 들

면 척추 디스크나 협착증일 가능성이 높다.

고관절에 이상이 있는지를 확인하려면 여러 가지 테스트와 검사를 거쳐야 하지만, 간단하게 자가진단을 해볼 수 있는 대표적인 방법이 패트릭 테스트다. 패트릭 테스트는 누운 상태에서 한쪽 다리를 접어 양반다리 형태를 만들고, 반대쪽 다리 무릎 위에 올려서 아래로 누르는 것이다. 앞쪽인 서혜부가 아프면 고관절에 이상이 있고, 뒤쪽 엉치에 통증이 있으면 천장관절이나 골반에 문제가 있을 수 있다.

퇴행성, 골절 등은 인공관절 치환 수술 필요

고관절 통증의 원인 첫 번째는 관절과 뼈에 문제가 생긴 경우다. 고관절 관절염, 대퇴골두 무혈성 괴사, 골절 등이다. 고관절 관절염은 주로 퇴행성이 원인으로 운동선수나 직업적으로 쪼그려 앉아 일하는 경우 빨리 올 수도 있다. 관절염이 생기면 관절면의 연골이 벗겨져 뼈가 노출되어 통증을 유발하는데, 가벼운 경우 체중조절이나 고관절에 무리가 가는 동작을 피하면서 관절염의 진행을 지연시키고 약물 치료로 통증을 조절한다. 진행이 많이 되어 다리를 절거나 일상생활에 지장이 갈 경우에는 인공관절 치환 수술을 한다.

대퇴골두 무혈성 괴사는 혈류가 차단되어 뼈의 일부가 약해지는 질환으로 괴사 범위가 더 커지거나 하지는 않는다. 초기에는 증상이 없는 경우가 대부분이고 병이 진행되면 괴사 부위가 약해져서 일종의 골절과 같은 함몰이 생기면 대퇴골두의 변형과 함께 통증이 시작된다. 시간이 지나면 병이 더 이상 진행하지 않고 통증이 호전되는 경우도 있어 수술을 천천히 결정해도 된다. 하지만 골절은 대부분의 경우 수술을 해야 한다. 70대, 80대 노인들은 골대부분 골다공증을 가지고 있고 방에서 살짝 넘어지는 것과 같은 조그만 충격에도 고관절 골절이 생긴다. 수술을 하지 않으면 고통이 심하고 오랫동안 누워 계시다가 돌아가시는 경우가 많아

서 대부분 수술적 치료를 한다. 골반 골절의 경우에는 어긋나는 정도가 크지 않기 때문에 수술 대신 약물치료를 하는 경우가 많다.

기타 통증 원인은

수술보다 약물 · 운동치료가 효과적

두 번째 원인은 연부 조직의 문제다. 고관절 주위에서 소리가 나는 발음성 고관절, 근육이나 인대에 염증이 생기거나 석회화가 생기는 경우, 마찰과 압력으로 관절 주위 막에 염증이 생기는 점액낭염이 있다. 발음성 고관절은 대부분 스트레칭 등 운동치료를 통해 호전될 수 있다. 오래 앉아있는 직업을 가진 사람들이 종종 엉덩이 아래쪽 통증을 호소하는 경우가 있는데 좌골 점액낭염일 수 있다. 장요근과 외전근에 염증이 생기거나 다쳐도 통증이 발생한다. 석회화건염은 외전근 근처에 잘 생기는데, 약물치료나 체외 충격파 치료가 효과적이다. 마지막으로 관절 주위 조직의 문제다. 어깨에 생기는 오십견과 같은 증상인 유착성 관절낭염은 대개 약물치료와 스트레칭으로 좋아진다. 양반다리가 안 되고 승용차를 타고 내릴 때 통증이 있다면 대퇴 비

구 충돌 증후군도 하나의 원인이 될 수 있다. 대퇴골과 골반의 비구라는 뼈가 맞부딪쳐서 생기는 증후군인데, 이 역시 통증을 유발하는 동작을 피하고 약물치료를 하면 완화된다. 필요한 경우에는 관절경을 통해 수술하기도 한다.

신뢰도 높은 인공관절 치환 수술

현재까지 고관절 질환에서 가장 성공률이 높고 믿을 만한 수술방법은 인공관절 치환 수술이다. 수술 성공률이 높고 거의 99% 이상 좋은 결과를 내기 때문이다. 이전에는 인공관절 수명이 평균 15년 정도여서 관절을 새로 교체하기 위해 재수술을 해야 했지만, 최근에는 임플란트와 수술술기가 많이 발전해 인공관절을 30년 이상 사용할 수 있을 것으로 기대하고 있다. 인공관절 치환 수술을 많이 받는 연령대를 고려한다면 거의 반 영구적인 셈이다.

고관절 질환에서 수술은 주로 뼈에 문제가 생겼을 때가 대부분이고, 연부 조직에 문제가 생겼을 때는 수술하는 경우가 드물다고 보면 된다. 관절염의 경우 뼈를 재생시키는 주사치료나 약물치료 등이 시도되고 있지만, 아직까지 신뢰할 만한 확실하고 명확한 방법은 없다. 증상에 맞게 치료를 하고, 고연령 환자가 인공관절 치환 수술을 받는다면 수술 이후 회복 과정까지 고려해 계획을 세우는 것이 좋다. 📍



글 김지완 서울아산병원 정형외과 교수