

건강 칼럼

“우리 아이 척추가 조금 휨 것 같은데...”

올해 초등학교 1학년이 된 딸아이를 둔 A씨는 책상 의자에 앉아 있는 아이를 바라보다가 아이의 자세가 한쪽으로 기울어져 있는 것을 발견하고 자세를 바로잡아 주었다. 어찌 놀이가 원치 조금 달라 보였지만, 대수롭지 않게 넘겼다.

그러나 그 주 주말, 함께 목욕탕에 갔다가 딸아이의 등 한쪽이 유난히 더 튀어나와 있는 모습을 보고 이상함을 느꼈다. A씨는 아이에게 등이 아프지는 않는지 물었지만 딸아이는 통증이나 불편함을 전혀 느끼지 못한다고 답했다. 그럼에도 가랑을 댄 뒹보습에서는 어딘가 균형이 무너진 듯한 인상이 지워지지 않았다.

그제야 무언가 잘못됐을 수 있다는 생각이 든 A씨는 서울대 인근 대학병원의 소아재활의학과를 찾았다.

검사 결과 A씨 딸아이의 진단명은 '척추측만증'이었다. 단순한 자세 문제로 치부되기 쉬운 척추측만증에 대해 알아보자.

#학령기 척추측만증이란 무엇이며, 단순한 자세 불균형과는 어떻게 구분되나?

척추측만증은 척추가 옆으로 휘어지는 질환이다. 단순히 좌우로만 굽는 것이 아니라 대나무처럼 척추뼈가 가다다다 회전하며 꼬이는 3차원적인 변형이 특징으로 이로 인해 골반의 비대칭이 동반될 수 있다. 뒤에서 봤을 때 일자로 있어야 할 척추뼈가 C자 또는 S자 형태로 휘어져 있는 상태를 말한다.

단순한 자세 불균형과 가장 큰 차이는 척추뼈 자체의 변형 여부다. 나쁜 자세로 인해 일시적으로 휘어 보이는 경우는 의식적으로 자세를 바로잡으면 교정이 된다. 반면 척추측만증은 척추뼈 자체가 회전하며 구조적으로 굽은 상태이기 때문에 아무리 스스로 힘을 줘도 펴지지 않는다. 특히 흉부 부위를 볼 때 어깨 높이가 다르거나 상체를 앞으로 숙였을 때 한쪽 등이나 허리가 더 튀어나와 보인다면 단순한 자세 문제가 아니라 척추측만증은 의심해볼 필요가 있다.

#척추측만증의 원인은?



황상원
울지대병원 재활의학과 교수

의학적으론 원인이 명확히 밝혀지지 않은 특발성 척추측만증이 전체의 약 90%를 차지한다. 즉 척추측만증은 다인 원인에 의해 발생하게 보다는 유전적 소인, 호르몬 변화, 성장 과정에서 뼈 비대칭 등 다양한 요인이 복합적으로 작용해 나타나는 질환이다.

흔히 나쁜 자세나 무거운 가방을 주요 원인으로 생각하지만 이러한 기계적 자극은 증상을 악화시키는 요인 중 하나일 뿐 근본적인 원인이 있다고 보기는 어렵다. 최근에는 비고난 신체적 특성에 성장기의 환경적 요소가 더해져 발생하는 복합 질환으로도 보고 있다.

#부모가 일상에서 관찰할 수 있는 신체 변화는 어떤 것이 있나? 유전적인 영향도 있나?

부모가 일상에서 관찰할 수 있는 대표적인 변화는 체간의 좌우 비대칭이다. 옷을 입혔을 때 목 부근이 한쪽으로 기울어 보이거나 양쪽 어깨 높이가 다르고, 치마나 바지가 자주 한쪽으로 돌아가는 경우가 이에 해당한다. 또 신발 밑창이 한쪽만 유독 빨리 닳거나, 뒤에서 봤을 때 한쪽 어깨나 등이 더 튀어나와 보인다면 척추측만증의 신호일 수 있다.

척추측만증은 유전적 영향을 받을 수 있는 질환이다. 연구에 따르면 가족 중 환자가 있는 경우 발생 위험이 약 20% 이상 높아지는 것으로 보고됐다. 따라서 형제나 부모 중 척추측만증 환자가 있다면 아이가 남다른 성장을 보이기 시작하는 초등학교 3~4학년 무렵부터는 가정에 서도 주기적으로 아이의 상태를 살펴보는 것이 중요하다. 이때 아이가 상체를 앞으로 숙인 상태에서 등과 허리의 좌우 비대칭을 관찰하는 '아

담스 전굴 검사'를 활용해 볼 수 있다.

#어떤 검사를 통해 확진하며 치료여부를 판단할 때 기준이 되는 것은 무엇인가?

척추측만증의 확진을 위한 검사는 엑스레이 검사다. 서 있는 상태에서 척추 전부를 촬영해 굽은 정도를 측정하며 이때 척추가 휘어진 각도가 10도 이상일 경우 척추측만증으로 진단한다. 동시에 척추뼈의 회전 정도와 골반의 균형, 다리 길이 차이 등도 함께 확인한다.

척추가 휘어진 정도를 수치로 나타낸 것을 '골스 각도(Cobb's angle)'라고 한다. 이는 휘어진 척추에서 가장 기울어진 위쪽과 아래쪽 척추뼈에 각각 선을 그어 이 선들이 이루는 각도를 측정하는 방식이다. 골스 각도는 단순한 진단의 기준을 넘어 운동용 하면서 경과를 관찰할지, 보조기 착용이 필요한지, 혹은 수술적 치료를 고려할지를 판단하는 중요한 기준이 된다.

#치료는 어떻게 단계화되며 만약 치료 시기를 놓치면 장기적으로 어떤 문제가 생길 수 있나?

치료는 척추가 휘어진 각도와 아이의 성장 단계에 따라 단계적으로 결정된다. 일반적으로 골스 각도가 10~20도 사이일 경우에는 6개월마다 엑스레이 검사로 각도 변화 여부를 관찰한다. 이 시기에는 운동과 바른 자세 유지가 무엇보다 중요하다.

골스 각도가 20~40도이면서 성장이 아직 많이 남아 있는 경우에는 보조기 착용이 권장된다. 수술적 치료는 보통 각도가 40~50도 이상으로 진행되고 심해 기능에 영향을 줄 정도로 위험이 클 때 신중하게

고려한다. 각도가 40도 이상으로 심해지면 흉곽이 비틀리면서 폐와 심장을 서서히 압박할 수 있다. 특히 80~100도 이상으로 진행될 경우 호흡 곤란이나 심장 기능 저하가 동반될 가능성도 있다. 이 밖에도 성인이 된 이후 만성적인 요통, 외형적 변화로 인한 스트레스, 척추 변형에 따른 최종 신장의 안구 감소 등을 겪을 수 있으며 이러한 변화가 심리적 위축으로 이어질 수 있다.

#보조기 치료는 어떤 아이에게 권유되며 치료 목적은 무엇인가?

학령기 척추측만증은 성장 과정에서 척추 뼈가 함께 자라면서 각도가 악화되는 경우가 흔히 관찰된다. 이러한 특성 때문에 보조기는 이미 휘어진 척추를 다시 펴는 역할이 아니라 척추 변형이 더 진행되지 않도록 억제하는 역할'을 수행한다. 즉 성장이 활발한 시기에 골스 각도가 더 커지는 것을 막아, 향후 수술적 치료로 이어지는 것을 예방하는 것이 보조기 치료의 최종 목표다.

보조기는 하루 18시간 이상 착용하는 것이 원칙이어서 아이들이 답답함을 느끼기 쉽다. 따라서 피부 자극을 줄이기 위해 면 소재의 속옷을 착용하도록 하고, 보조기를 벗는 시간에는 스트레칭이나 수영 등 가벼운 운동을 통해 근육이 약해지지 않도록 돕는 것이 신체 강변 아니라 정서적 안정에도 도움이 된다.

#학령기 척추측만증에 대해 걱정하는 부모에게 당부하고 싶은 것이 있다면?

아이의 척추측만증 진단을 받았으면 많은 부모가 '내 딸'이라며 미안함을 느끼기 쉽다. 그러나 이는 부모 관리 부족 때문이 아니라 성장 과정에서 누구나 겪을 수 있는 질환이라는 점을 기억해주셨으면 한다.

조기에 발견하면 운동, 바른 자세 유지, 보조기 착용 등으로 충분히 관리할 수 있다. 따라서 아이의 등을 자주 관찰하고 정분의 상담과 정기 검진을 두려워하지 말고 꾸준히 받으시 관리해주시길 것을 권유드립니다.

사설

'비정상적 정상화' 속도

이재명 대통령이 마약 범죄·공직부패·보이스 피싱·부동산 불법행위·고액 약성 체납·주거조각·중대재해 등 7대 비정상적 정상화에 속도를 내겠다고 밝혔다. 이 대통령은 최근 "외부에서 물러오는 위기의 파고를 넘어서려면 우리 사회 내부에 존재하는 비정상적인 요소들을 정상화하는 노력이 뒷받침돼야 한다"며 이렇게 말했다.

이어 "이를 위해서는 사회 전반의 제도를 공정하고 투명하며 합리적으로 개선해 규칙을 어기면 이익을 얻고 규칙을 지키면 오히려 손해를 보는 비정상적 시대를 반드시 끝내야 한다"며 "사회 규범에 대한 공동체의 신뢰와 연대가 보다 단단해지고 국민 삶의 대도약으로 나아가는 길도 열릴 것"이라고 했다.

그러면서 "부당한 이익을 취하려 다 걸리면 회생이 불가능할 정도

로 오히려 경제적 손실을 본다. 패가망신할 수 있다는 인식이 자리 잡을 수 있게 해야 한다"고 강조했다.

이 대통령은 "제도 자체는 상당히 잘 정비돼 있지만, 그 제도가 제대로 작동하지 않거나 충분히 작동하지 않는 경우가 많다"며 "기존 제도를 철저히 제대로 집행하고, 필요하다면 제도 정비를 서둘러야 한다"고 덧붙였다.

이 대통령은 "중동 지역의 위기 고조로 세계 경제가 격변의 소용돌이에 직면하고 있다"며 "이런 중대한 시기일수록 기민하고 세밀한 대응을 통해 국민 삶에 가해 질지도 모를 위협 요소를 선제적으로 관리하고 차단해야 한다"고 밝혔다.

특히 "무엇보다 '기름값 바가지'처럼 부당한 폭리를 취하려는 악행에 대해서는 아주 엄정하고 단호한 대응을 해야 한다"고 했다.

여성 예술가 허산옥의 재조명

해방 이후 전북 화단에서 활동했으나 충분한 평가를 받지 못했던 여성 예술가 허산옥(1924~1993)의 작품세계를 조명하는 전시회가 마련됐다.

전북도립미술관은 최근 전북미술사 연구시리즈 '허산옥, 남쪽 창아래서'전을 개막했다. 이번 전시는 연구 시리즈 가운데 첫 여성 작가 단독전으로, 지역 여성미술사 연구의 기반을 확충하는 계기가 될 전망이다.

허산옥은 전북 김제 출신으로 행원(杏園)·남전(藍田) 등 호를 사용했다. 남원권반에서 수학한 뒤 해방 이후 현 전주 한옥마을 인근 풍남문 일대에서 요릿집 '행원'을 운영하며 지역 예술인의 교류 공간을 마련했다.

그는 의재 허백련과 강암 송성용 선생 등에게 사군자와 서예를 사하며 문인화의 기법을 익혔다.

대한민국미술전람회 입선과 전라북도미술대전, 국립현대미술관 현대미술조례전에서 활발한 활동을 이어갔다.

특히 1970~80년대 완숙기에 이른 채색 화조화에서는 화려한 색채와 자유로운 필치로 삶과 예술의 조화를 담아내며, 당시 여성 화가로서는 보기 드문 개성적 미감을 구축했다는 평가를 받는다.

전북도립미술관은 이번 전시에서 허산옥의 주요 작품과 함께 그가 교류했던 지역 작가들의 작품, 새롭게 발굴된 아카이브 자료를 함께 선보인다.

미술관은 "고등안 기록과 평가의 빈틈 속에 있던 여성 예술가의 흔적을 체계적으로 복원하는 시도가 될 것"이라며 "허산옥을 중심으로 지역 근현대미술의 다층적 흐름을 재조명할 계획"이라고 말했다.

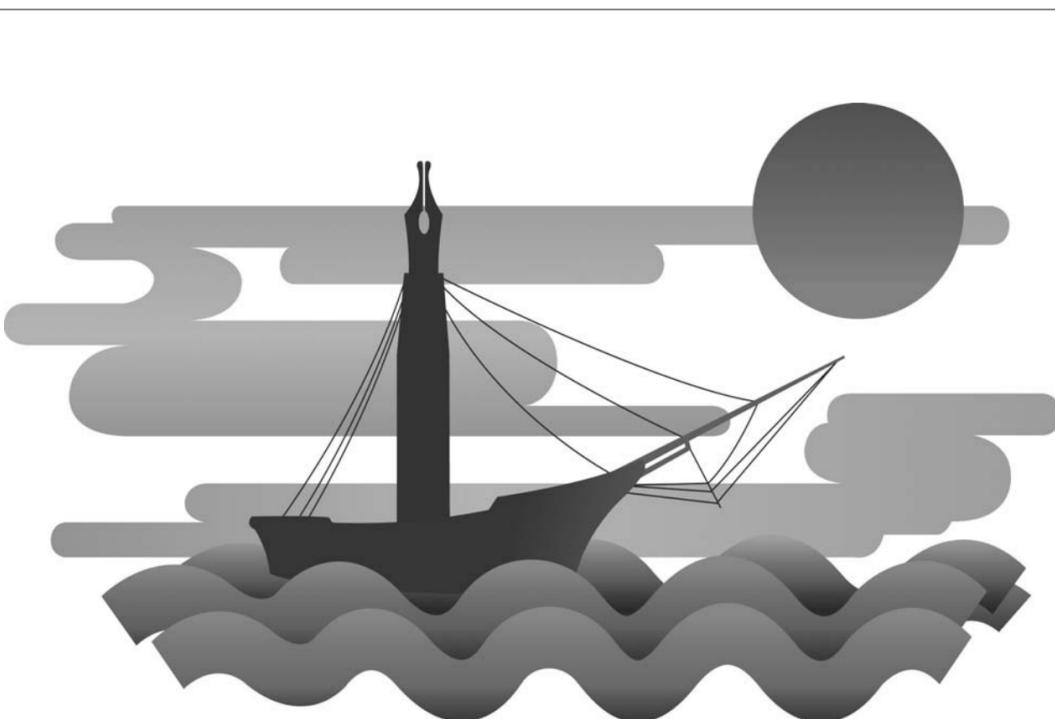
전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 승주빌딩 4층

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

사내 · 외 기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 행태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일