

통증



대한신경과학회

TEL. (02)737-6530

FAX. (02)737-6531

www.neuro.or.kr



통증

신경과적
감별이
필요합니다.



신경과

환자와 보호자를 위한 안내서 ⑨

통증



Contents

통증의 영향 03

통증의 종류는 그 발생기전에 따라 04

다음과 같이 나눕니다.

통각통증 · 신경병성통증

신경병성통증의 특징 05

신경병성통증의 원인과 06

신경과에서 다루는 통증 관련 질환

신경계 손상에 의한 통증 07

뇌졸중 후에 생기는 통증 · 대상포진후 신경통 · 삼차신경통

척추질환 09

추간판탈출증(디스크) · 척추관협착증 ·

디스크 환자가 수술이 필요한 경우는 많지 않습니다.

두통 12

근막통증증후군 13

말초신경병증에 의한 통증 14

당뇨병성 말초신경병증 · 손목터널증후군

통증의 치료 16

통증의 영향

통증은 일상생활에 큰 영향을 미칩니다.

전체 인구의 30% 정도가 만성통증을 겪습니다. 통증은 신체적인 능력뿐 아니라 정서적 측면이나 사회적 활동에 있어서도 뚜렷하게 부정적인 영향을 미칩니다. 이로 인해 삶의 질이 현저히 떨어지게 됩니다.



통증의 종류는 그 발생기전에 따라 다음과 같이 나뉩니다.

▶ 통각통증

조직 손상에 의해 나타나는 **급성 통증**으로 관절염에 의한 관절통, 매를 맞았을 때의 통증이나 몸살이 났을 때 온몸이 육신거리는 통증 등이 이에 속합니다.

▶ 신경병성통증

말초신경, 척수, 뇌에 이르는 **감각신경계의 이상**으로 발생합니다. 대부분 6개월 이상 지속되는 만성통증으로 삼차신경통이나 당뇨병에 의한 손발 저림 등이 이에 속합니다.

암에 의한 통증은 이 둘의 혼합된 형태입니다.

신경병성통증의 특징

- 먹먹하고 남의 살 같이 감각이 떨어진다.
- 가만히 있어도 '저릿저릿', '화끈화끈', '바늘로 콕콕 찌르는', '칼로 베는', '끈으로 조이는' 듯한 느낌을 받는다.
- 옷이나 바람에 살이 가볍게 스치는 것 같은 작은 자극에도 통증을 느낀다.



신경병성통증의 원인과 신경과에서 다루는 통증 관련 질환

■ 신경계 손상에 의한 통증

- 뇌졸중 후의 후유증
- 대상포진 후의 신경통
- 삼차신경통

■ 척추질환

- 추간판탈출증(디스크)
- 척추관협착증

■ 두통

■ 근막통증증후군

■ 말초신경병증에 의한 통증

- 당뇨병에 의한 말초신경병
- 손목터널증후군

신경계 손상에 의한 통증

▶ 뇌졸중 후에 생기는 통증

감각과 관련된 부위(시상)에 뇌졸중이 오면 반대쪽 신체, 특히 팔다리에 이상감각과 통증이 생길 수 있습니다.

뇌졸중의 치료와 함께 통증 치료가 반드시 필요합니다.

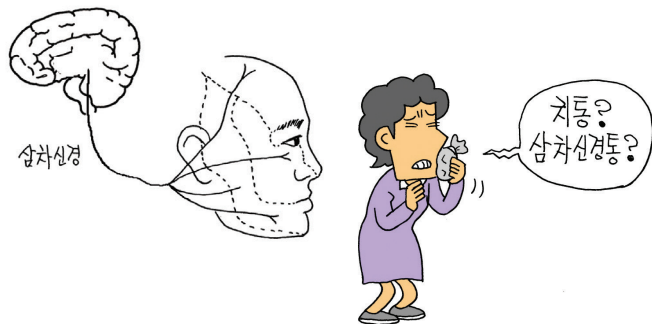


▶ 대상포진후 신경통

대상포진을 앓은 뒤 일부 환자에서 생기며 **대상포진이 생겼던 피부에 예리하고 심한 통증이 동반**됩니다. 대상포진후 신경통은 빨리 치료할수록 효과가 뛰어나므로 조기에 신경과에서 진단받고 치료하는 것이 중요합니다.

▶ 삼차신경통

얼굴 감각을 담당하는 삼차신경이 혈관 등에 눌려 발생합니다. **한쪽 얼굴에 예리하고 심한 통증이 간헐적으로 반복**되며, 주로 50대 이상 성인에서 많이 발생합니다. 치통으로 혼동하여 치과 및 여러 과를 전전하는 경우가 많으나 신경과에서 쉽게 진단할 수 있습니다.

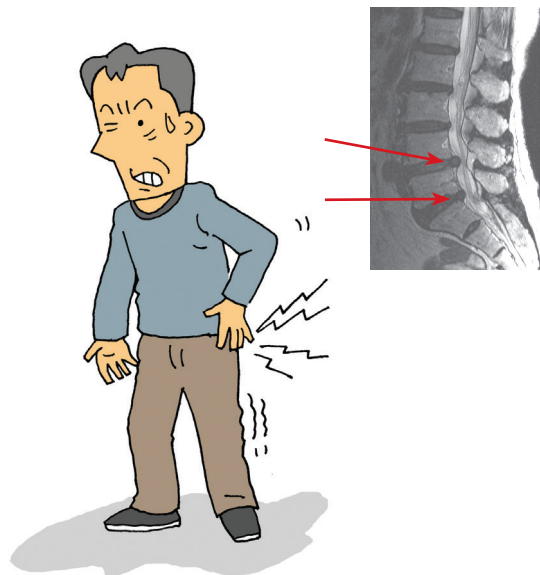


척추질환

▶ 추간판탈출증(디스크)

추간판(디스크)은 척추뼈 사이의 물렁뼈를 말합니다. 디스크가 빠져 나오면 목이나 허리에서 **신경 뿌리를 눌러 통증을 일으킵니다**.

목디스크는 목, 어깨가 아프고 팔까지 뻗치는 통증이 동반됩니다. 허리디스크는 허리 통증과 함께 다리로 뻗치는 통증을 보이며 심하면 다리, 발의 감각이 무뎠지거나 마비증세를 유발할 수도 있습니다.



▶ 척추관협착증

퇴행성 변화로 척추신경이 지나가는 관이 좁아져 척추신경이 눌리는 질환입니다. 특징적으로 걸을 때 허리 부근의 통증이 심해져서 걸을 수 없을 정도로 다리가 심하게 저리고 힘이 빠져 쉬어야 하는 양상을 보입니다.

그 외에 척추분리증, 척추압박골절, 척추관절염 등도 척추의 통증을 유발합니다.



▶ 디스크 환자가 수술이 필요한 경우는 많지 않습니다.

많이 알려진 질환인 디스크가 목과 허리 통증에서 차지하는 비중은 실제로는 많지 않으며 특히 이 중에서도 **수술까지 꼭 필요한 경우는 10% 이내**에 불과합니다. 따라서 정확한 원인과 그 정도를 판단하는 것이 중요합니다. 신경과에서 근전도 및 신경전도검사를 통해 보존적 치료로 증상의 호전이 가능하며 **신경과에서도 물리치료 및 재활치료가** 가능합니다.



두통

두통은 많은 사람들이 대수롭지 않게 여기고 스스로 편두통으로 진단하고 진통제를 남용하는 경우가 많습니다.

하지만 뇌출혈, 뇌종양, 뇌수막염 등 기질적 원인을 놓칠 수 있기 때문에 뇌전산화단층촬영(CT)이나 뇌 자기공명영상(MRI)검사가 필요할 수 있습니다. 특히 다음의 경우 반드시 신경과 진료를 받아야 합니다.

- 주 2회 이상 두통이 있거나 진통제를 복용하는 경우
- 기존 진통제로 두통이 잘 조절되지 않는 경우
- 수초 이내에 심한 두통이 갑자기 시작될 때 (망치로 맞은 듯 하다.)
- 두통이 수일이나 수주에 걸쳐 점차 심해지는 경우
- 과거와 다른 형태의 두통 또는 태어나서 가장 심한 두통
- 운동, 힘을 줄 때, 성관계 중 또는 머리 외상 후 나타나는 두통
- 50세 이후에 처음으로 두통이 시작되었을 때



근막통증증후군

주로 컴퓨터를 많이 하는 학생, 장시간 긴장하고 반복된 일을 하는 회사원, 가사일에 시달리는 주부에서 특별한 이유 없이 목, 허리가 아프고 걸리며 때로는 팔, 다리까지 쑤시고 저린 느낌을 호소하는 경우가 있습니다. 그런데 **일반적인 검사를 해도 심한 병변은 발견되지 않고, 일반적인 치료로는 별 차도가 없어** 환자는 분명히 아픈데, 주위 사람들에게 피병이 아닌가 하는 오해를 받기도 합니다.

이럴 경우 근막통증증후군을 의심해야 됩니다. 이는 여러 이유에 의한 **근육 경직의 결과, 노폐물이 축적되고 여러 근육에 통증 유발점을 형성**하는 질환으로 통증뿐만 아니라 이차적으로 자율신경의 이상과 심리적인 문제까지 일으킵니다. 원인으로 스트레스, 만성적인 피로, 잘못된 자세, 운동부족, 각종 사고 후유증, 내분비 이상 등이 있습니다.



말초신경병증에 의한 통증

▶ 당뇨병성 말초신경병증

- 손이나 발 쪽에 저릿한 느낌, 화끈거리고 찌르는 듯한 통증이 나타납니다.
- 주로 발끝에서 시작하고 저릿한 느낌이 퍼지는 것이 특징입니다.
- 발바닥에 무언가 덮여 있는 것 같은 느낌. 모래를 밟는 것 같은 느낌, 발이 몹시 시렵다는 등 이상감각을 호소하는 경우가 많습니다.
- 신경전도검사 등을 통해 정확한 진단이 가능합니다.



▶ 손목터널증후군

- 손감각을 담당하는 말초신경(정중신경)이 손목뼈와 그 위를 덮고 있는 인대 사이의 공간인 손목터널을 지나면서 눌리는 질환입니다.
- 빨래나 설거지 등 손목 쓰는 일을 많이 할 때 특히 잘 생길 수 있습니다.
- 손저림과 함께 감각저하가 동반될 수 있으며 특히 밤에 증상이 심해집니다.
- 신경학적 진찰과 신경전도검사로 쉽게 진단할 수 있습니다.
- 손을 쉬게 해 주는 것이 일차적인 치료입니다. 그러나 약물치료도 필요할 수 있으며 심한 경우에는 수술이 필요합니다.

통증의 치료

통증의 많은 부분이 신경과적 원인에 의해 나타나기 때문에 **신경과 의사와 상담**을 통해 **원인을 찾아서 치료**하는 것이 바람직합니다.

- 일반적인 소염진통제로는 효과가 없어 항경련제나 항우울제 성분의 약을 사용하기도 합니다. 이러한 약제는 경련이나 우울증을 막기 위해 사용하는 것이 아니라 통증을 줄이기 위해 처방하는 것입니다.
- 약물치료 외에도 **근육내 자극요법(IMS)이나 통증유발점 주사요법(TPI)** 같은 비교적 간단한 시술을 통하여 통증을 완화하거나 치료합니다.
- 또한 환자의 신경학적 상태에 따른 적절한 **환자 교육과 물리치료**를 통해 최대한 통증을 완화시키고 지속적으로 관리합니다.

전체 인구의 30% 정도가 만성통증을 느끼며 신체적인 능력과 정서 및 사회 활동에도 커다란 영향을 미칩니다.

신경과 의사는 정확한 진단을 통해 약물치료, 물리치료 및 근육내 자극요법이나 통증유발점 주사요법과 같은 다양한 시술을 통해 통증으로부터 환자들을 해방시키기 위해 최선을 다합니다.





통증을 조기 검사하여 심각한 질병에서 벗어납시다.

- 통증은 모든 질환의 증상으로 나타날 수 있습니다. 특히 신경병성 통증은 다른 통증보다 그 고통이 더 심한 것이 특징입니다.
- 신경병성 통증은 단순한 원인일 수도 있으나 신경계의 심각한 질환의 초기 증상일 수 있으므로 정확한 조기 진단이 필요합니다.
- 신경과 의사는 이러한 다양한 통증을 정확하게 진단하고 치료하여 환자들을 통증으로부터 해방시켜 드립니다.



통증에 대해 더욱 자세히 알기를 원하십니까?
주위에 **신경과** 의원이나 병원을 방문하십시오.

대한신경과학회 홈페이지
“일반인을 위한 공간”과
“가까운 신경과 찾기”를 방문하시면
확인하실 수 있습니다.

대한신경과학회 홈페이지
www.neuro.or.kr