



민 양 기

한림대학교 강남성심병원 신경과

Clinical Approach to Pain

Yang-Ki Minn

Department of Neurology, Kangnam Sacred Heart Hospital, Hallym University, Seoul, Korea

Pain is complex of nociception, emotion, socioeconomic condition etc. Chronic pain always requires not only reduce of pain sensation but multidimensional approach to care. Stepped care approach is well established method to approach chronic illness but it is not enough to chronic pain management. Measuring multidimensional aspect of patient and early referral to a specialist before the problem becomes intractable is important. But the most important thing is to find the cause and correction.

Key Words: Pain; Chronic pain; Pain management; Individualized medicine

우리가 흔히 말하는 acute pain은 somatic pain이다. Acute pain은 급성 조직손상으로 인한 염증 반응이 그 원인으로 통증이 존재 하는 부위가 그 손상 부위이다. 따라서 각 진료과에서 조직손상 부위를 치료 하면 통증이 소실된다.

통증은 다른 감각과는 달리 peripheral 혹은 central sensitization을 통해 만성화 된다. 만성통증은 치료에 잘 반응하지 않을 뿐 아니라 환자를 황폐화 시킨다. 여기서는 주로 만성통증의 접근 방법에 대하여 알아 보겠다.

환자들이 병원에 가는 이유는 아파서 이다. 그러나 통증의 치료는 의학교육에서도 소홀히 다루어 지고 있고 제대로 연구되지도 않았으며 소위 말해서 적당히 이루어 지고 있다. 급성통증과는 달리 만성통증은 생물학적-사회적-정신적 문제가 얹힌 복합체 이다. 따라서 만성통증은 다방면 다학제 적으로 접근해야 그 실마리를 풀을 수 있다. 만성통증 치료에 또 다른 걸림돌은 현재 까지 만성통증에 적용 할 수 있는 약제나 치료 법이 제한 되 있다는 점이다. 만성통증과 같이 복합적이고 제한된 치료법을 가지고 있는 질병을 접근

할 때는 전략을 잘 세워 단계적으로 접근 해야 한다

단계적 접근 모델은 만성질환의 치료에 흔히 사용 하는 방법이다.¹ World Health Organization에서 제시한 암성통증의 진통제 사용 지침은(non opioid $\Rightarrow$ mild opioid $\Rightarrow$ strong opioid)암성통증에 국한 되었지만 단계적 접근 모델의 전형을 보여 준다. 통증에서도 이 방법을 적용 하여 Dubois는 Primary medical care (Family medicine, Internal medicine, Pediatric, OBGY) $\Rightarrow$ Specialist care (Neurology, Neurosurgery, orthopedics, oncology, Rheumatology, Psychiatry, Anesthesia) $\Rightarrow$ Tertiary medical care (pain specialist)로 이어지는 model을 제시 하였다.²

그러나 치료의 반응, 결과에 기초한 단계적 접근 방법은 통증 조절에 효과적이기는 하나 만족할 만한 결과를 가져다 주지는 못하였다. 말기 환자의 단순한 진통만이 문제인 cancer pain 과는 달리 대부분의 만성통증의 궁극적인 목적은 function의 회복이다. 통증은 개개인의 감정, 기억등 환경에 많은 영향을 받으므로 일률적으로 판단 할 수 없다. Primary care clinician이 치료에 실패 하여 specialist한테 보낼 때 마취과 정신과 혹은 신경과 어디로 보낼지는 오직 primary physician의 개인적 성향에 따를 수 밖에 없다.

그래서 새로이 제시되는 방법이 measurement-based stepped care 방법이다.³ 환자의 통증 뿐만 아니라 각 상태를 측정하여 각 환자에게 맞는 치료를 제공 한다는 개념이다. 1,

Yang-Ki Minn

Department of Neurology, Kangnam Sacred Heart Hospital, Hallym University College of Medicine, Shin-gil ro 1, Yeoungdeungpo-gu, Seoul 150-950, Korea

TEL: +82-2-829-5125 FAX: +82-2-847-1617

E-mail: yangki2@unitel.co.kr

2단계로 통증의 강도 및 일상생활에 미치는 영향등을 visual analogue scale등으로 측정하고 3단계로 환자의 감정, 정신 상태등, 측정 4단계로 마약을 장기간 사용 할시의 문제점을 측정 5단계 필요한 마약 양 계산, 6단계 통증이 수면에 미치는 영향 등을 각종 측정 도구를 이용하여 측정하여 환자에게 필요한 care를 제공한다는 개념이다. 사회적 보조가 필요한 사람은 사회사업과로, 비만이나 수면무호흡증이 동반되어 잠을 못 자는 사람은 sleep specialist에게로 감정에 문제가 있는 사람은 정신과로 통증이 심하거나 마약 필요 양이 많은 사람은 처음부터 pain specialist에게로 보낸다는 개념이다.

통증치료에서 제일 중요한 것은 제거할 수 있는 원인의 제거이다. 급성통증은 우리몸이 망가지고 있다는 강력한 경고 이므로 당연히 통증 자체의 치료보다는 원인의 감별 치료가 중요하다. 두번째로 중요한 것을 고르라면 만성화의 방지이다. 통증은 long term potential, spinal cord의 구조

적 변화 등을 통해 만성화 된다. 통증 초기에 적극적 통증 치료를 통해 통증의 만성화를 막아야 한다. 최후에 방법이 만성 통증의 관리이다. 통증관리의 목표가 통증의 경감이 아니라 function의 회복임을 생각하고 환자 진료에 임해야 한다.

References

1. Sweeny K., Bodenheimer T., Wagner E.H., et al: Improving primary care for patients with chronic illness: the chronic care model, part 2. JAMA 2002;288:1909-1914.
2. Dubois M.Y., Gallagher R.M., and Lippe P.M.: Pain medicine position paper. Pain Med 2009;10:987.
3. Benzon HT, Rathmell JP, Wu CL, Turk DC, Argoff CE, Hurley RW. Measurement-based stepped care approach to interdisciplinary chronic pain management. In Benzon HT Practical management of pain, 5th ed, Philadelphia, Elsevier, 2014:37-46.