

쳐 두었던 부목(반 깁스)을 1주일 후에 제거하면 이때부터 손을 사용할 수 있다.

그러나 무거운 물건을 든 다든가 무리한 동작을 요구하는 손의 운동은 1달 후부터 가능하며 팔굽혀 펴기나 벽에 손을 대고 엎드려 뺨쳐를 하는 식의 운동 등은 손목에 대단한 하중이 부과되기 때문에 한동안은 피하는 것이 좋다.

수술 일주일 후부터는 운전을 한다든가 간단한 기기의 조작, 글씨를 쓴다든가 하는데는 전혀 지장이 없고 다만 무리한 손의 동작만 피하면 된다.

대개의 경우 밤중에 손이 저려서 잠을 깨던 사람들은 수술 후 그 다음날부터 증상의 호전을 즉시 경험하기도 하나 이 질병을 오래 키운 경우에는 수술 직후 즉각적인 증상의 호전은 보이지 않으며 서서히 좋아지게 된다.

4. 합병증

일반적인 합병증, 즉 염증이라든가 피떡이 고였다는가

하는 상식적인 합병증 이외의 특별한 합병증은 걱정하지 않아도 된다.

손바닥만 절개를 하여 수술을 하므로 과거에 손바닥으로부터 손목을 통째로 절개하는 방법에서 볼 수 있었던 수술 후의 손목 통증이라든가 아주 작은 가지의 신경분지의 손상 등은 찾아보기 힘들어졌다.

그리고 한가지 염두해 둘 것은 노년층의 경우 손의 손상이라든가 손의 수술 후에 어깨가 굳어진다든가 하는 증상은 극히 드물게 발생할 수가 있으나 이는 사전에 교육을 시켜 수술 후부터 팔꿈치 및 어깨운동을 반복적으로 실시하도록 한다.

그러나 간혹 10명의 1명 꼴로 특히 성격 자체가 예민하거나 신경이 예민한 분들은 수술한 부위의 손목에 막연한 통증을 호소하기도 하는데 이런 경우, 즉시 재활 의학과로 의뢰하여 물리치료를 받음으로써 더 이상 진행



되는 것을 예방해야 한다.

결론적으로 수근관증후군이란 우리 주변에 상당히 흔한 질병으로써, 아직도 이 질병에 대한 교육이 부실하여 상당수의 환자들이 제 때에 적당한 치료를 받지 못하고 표류하고 있는 실정이며 치료방법 또한 의외로 간단한 수술로서 해결할 수 있다.

앞으로 계속적이고도 꾸준한 홍보와 교육-환자 및 의사를 포함한 교육-을 통하여 이 질병을 사전에 예방하고 발생초기에 치료를 함으로써 오랜 시간 고통받으며 지속적인 손의 손상을 막아줄 수 있는 날이 오리라고 믿어 의심치 않는다. 72

해외 의학정보

흡연은 대기오염보다 더 위험

프랑스 의료 전문가들은 흡연이 대기오염보다 사람들의 폐에 더욱 큰 피해를 주고 있다고 말했다.

한 파리 병원의 폐 전문가인 베르트랑 다우첸 베르크는 니스에서 열린 흡연관련 회의에서, 프랑스에서는 해마다 약 6만명이 흡연으로 사망하고 있다고 밝혔다.

스위스의 호흡기 재활 센터 수석의사인 장 폴 장상스는 15~20세 연령층의 젊은 남녀들 가운데 우려할 정도로 흡연자가 늘고 있다고 말했다. 그는 프랑스에서 해

마다 14~16세의 청소년 약 30만명이 흡연자 대열에 동참하고 있다고 지적하면서 청소년은 쉽게 담배 광고의 영향을 받는다고 강조했다. 73

(연합통신)