

흔히 발생하는 어깨통증의 감별진단과 치료

이 시 욱 | 서울대학교 의과대학 서울특별시 서울대학교 보라매병원 재활의학과

Diagnosis and treatment of common shoulder pain

Shi-Uk Lee, MD

Department of Rehabilitation Medicine, Seoul Metropolitan Government Boramae Medical Center, Seoul National University College of Medicine, Seoul, Korea.

어깨통증은 허리통증과 더불어 가장 흔하게 통증을 유발하는 부위로, 시점유병률은 6.9–26%, 평생유병률은 6.7–66.7%로 다양하게 보고된다[1]. 어깨는 엉덩관절이나 무릎 관절과는 달리 관절 자체가 ball and socket joint로 여러 방향으로 움직임이 가능하나 불안정한 구조를 지니고 있다[2]. 따라서 관절의 안정성은 관절 자체 형태로는 유지되지 않고 회전근개를 비롯한 주변 구조물에 의해 유지되며 해당 구조물 간의 생체역학이 제대로 작동해야 통증 없이 부드러운 움직임을 만들어 낼 수 있다[3]. 그러므로 여타 관절에 비교하여 주변 구조물의 역할이 중요하며 이에 따라 어깨 관절 및 인대, 근육 등 주변 구조물 모두가 어깨통증의 원인이 될 수 있다. 어깨통증은 어깨 및 주위 구조물 이외에도 경추 신경병증(cervical radiculopathy), 신경통성 근위축증(neuralgic amyotrophy)이나 심장질환에 의해서도 유발될 수 있다[4].

이처럼 어깨통증의 원인은 매우 다양하기 때문에 정확한 진단이 필요하다. 어깨 관련 질환을 진단할 수 있는 신체검진 방법은 다른 관절에 비해 훨씬 많은 종류가 알려져 있으

며 이들을 잘 활용하면 실제 진단에 큰 도움이 된다[5,6]. 또한 일반 방사선검사(X-ray), 초음파(ultrasonography), 자기공명영상(MRI, magnetic resonance imaging) 등이 높은 진단적 가치를 지닌다[7–10]. 또한 통증의 원인이 다양한 구조물인 만큼 각각의 질환이 통증을 유발하는 병태생리가 전혀 다르기 때문에 개별화된 치료적 접근 방법을 필요로 하며, 약물 및 물리치료 등 단순한 보존적 치료만을 필요로 하는 경우에서부터 급성 회전근개 파열이나 관절와순 병변과 같이 빠른 수술적 치료를 요하는 경우도 있다[11].

정확한 진단을 하지 않고 대증적 약물치료나 뚜렷한 목적 없이 시행하는 관절강 내 또는 점액낭 내 스테로이드 주사는 일시적으로 통증을 감소시킬 수는 있지만 재발하는 경우가 많고 통증이 장기화되면서 삶의 질이 저하되고 환자가 여러 병원을 옮겨 다니면서 반복적으로 스테로이드 주사를 맞아 전신적 부작용을 경험하게 될 수도 있다. 또한 약물치료와 충분한 재활운동으로 해결이 될 수 있는 질환에 대해 성급하게 수술을 하거나, 반대로 수술이 시급한 경우임에도 도움이 되지 않는 운동치료만 지속하는 경우도 드물지 않게 접하게 되는데, 환자로 하여금 이러한 시행착오를 겪지 않도록 하기 위해서는 어깨질환의 진단과 치료에 대해 충분히 숙지할 필요가 있다.

이번 특집에서는 흔히 발생하는 어깨통증의 감별진단과 치료에 대해 다루었다. 첫째로는 치료의 방향을 결정짓는 데에 가장 중요한 감별진단 방법에 대해 소개하였다. 1차 의료 현장에서 만나게 되는 다양한 어깨 통증의 원인 질환, 특

Received: July 14, 2014 Accepted: July 28, 2014

Corresponding author: Shi-Uk Lee

E-mail: shiuk.lee@gmail.com

© Korean Medical Association

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

히 대표적 질환인 회전근개질환, 유착성관절낭염, 석회화건염 등에 대한 임상적 특징과 신체검사와 영상검사에 대한 내용을 기술하였다.

둘째로는 어깨질환에 대한 보존적 치료(conservative management) 방법을 다루었다. 임상적으로 흔한 어깨 주위 질환에 있어 수술하지 않고 치료하는 방법 (물리치료, 주사치료, 운동치료 및 최근 많이 시행되는 충격파치료) 등에 대해 기술하였다.

셋째는 수술적 치료(surgical management)에 대한 내용으로 유착성 피막염, 회전근개 파열, 어깨 관절염, 어깨 불안정성, 석회화 건염 등에 대한 수술적 치료의 기준과 수술적 치료법에 대해 정리하였다.

마지막으로 어깨수술 후에도 지속적인 재활치료가 동반되어야 하기 때문에 수술 후 재활치료방법에 대해서 소개하였다. 수술후 재활치료는 수술적 치료의 성공여부에 결정적인 영향을 미치는데, 성공적인 재활치료를 위해서 필요한 지식과 초기 부동 고정 기간 동안의 적절한 관리 및 적절한 관절 범위운동 진행 속도 적용 등을 고려한 포괄적인 환자 맞춤형의 접근 전략에 대하여 기술하였다.

ORCID

Shi-Uk Lee, <http://orcid.org/0000-0003-0850-5217>

REFERENCES

1. Luime JJ, Koes BW, Hendriksen IJ, Burdorf A, Verhagen AP, Miedema HS, Verhaar JA. Prevalence and incidence of shoulder pain in the general population; a systematic review. *Scand J Rheumatol* 2004;33:73-81.
2. Cho KH. Shoulder pain. *J Korean Acad Fam Med* 2003;24: 416-426.
3. Lugo R, Kung P, Ma CB. Shoulder biomechanics. *Eur J Radiol* 2008;68:16-24.
4. Pater DB, Berg JH, Thal R. Neck and shoulder pain: differentiating cervical spine pathology from shoulder pathology. *J Surg Orthop Adv* 2009;18:170-174.
5. Jain NB, Wilcox RB 3rd, Katz JN, Higgins LD. Clinical examination of the rotator cuff. *PM R* 2013;5:45-56.
6. Beaudreuil J, Nizard R, Thomas T, Peyre M, Liotard JB, Boileau P, Marc T, Dromard C, Steyer E, Bardin T, Orcel P, Walch G. Contribution of clinical tests to the diagnosis of rotator cuff disease: a systematic literature review. *Joint Bone Spine* 2009;76:15-19.
7. Yablon CM, Bedi A, Morag Y, Jacobson JA. Ultrasonography of the shoulder with arthroscopic correlation. *Clin Sports Med* 2013;32:391-408.
8. Petranova T, Vlad V, Porta F, Radunovic G, Micu MC, Nestorova R, Iagnocco A. Ultrasound of the shoulder. *Med Ultrason* 2012;14:133-140.
9. Anderson MW, Brennan C, Mittal A. Imaging evaluation of the rotator cuff. *Clin Sports Med* 2012;31:605-631.
10. Moosikasuwan JB, Miller TT, Burke BJ. Rotator cuff tears: clinical, radiographic, and US findings. *Radiographics* 2005; 25:1591-1607.
11. Han TR, Chung SG. *Rehabilitation Medicine*. Seoul: Koonja; 2014.