## □ 요추추간판탈출증이란?



추간판탈출증은 섬유륜의 파열에 의해 수핵이 파열된 섬유륜 사이를 뚫고 외부로 탈출하는 질환을 말합니다.



요추추간판탈출증의 주된 증상으로는 요통과 하지 방사통이 있으며, 자극을 받 는 신경근의 피부 신경절을 따라 저리고 당기고 욱신거리고 따가운 양상의 통증 을 호소합니다. 병변이 발생한 신경근이 지배하는 근육에 근력 약화가 동반되기 도 합니다.

바닥에 앉아 있을 때, 허리를 굽힐 때, 오 래 서 있을 때, 허리에 무리가 가는 활동, 기침, 재채기 등의 동작에서 악화됩니 다. 안정 시 또는 보행 시에 완화됩니다.



### ▶ 요추추간판탈출증의 치료















요추추간판탈출증의 증상 개선에 침, 약침, 한약, 추나, 뜸, 매선, 부 항 등의 복합적인 한방치료가 도움이 됩니다.

임상진료지침은 의사와 환자가 적절한 의료서비스를 결정할 수 있도록 돕기 위해 체계적으로 개발한 가이드라인으로, 임상현장에서 참고하여 활용할 수 있습니다. 본 지침은 한의표준임상진료지침 개발사업을 통해 예비인증하였습니다.

#### ▶ 요추추간판탈출증의 이학적 검사와 진단



#### 하지직거상 검사(Straight leg raising test, SLRT)

방법: 환자를 바로 눕히고, 검사자는 환자의 종골을 잡고 환자의 다리를 들어올린다. 검사하는 다리의 무릎을 고정, 구부러지는 것을 방지한다. 통증이 나타나는 높이까지 고관절을 굴곡한다.

의의: 정상의 경우 80도까지 하지를 고관절을 굴곡할 수 있다. 허리의 국소통증은 추간판 손상을 의심하며, 하지의 방사통은 하부 요추의 신경근병증이고, 대퇴 후면의 뻐근한 통증은 슬괵근 긴장에 의한 것이다.



#### Laseque's test

방법: 환자를 바로 눕히고 슬관절과 고관절을 굴곡, 무 릎만을 신전시켜 하지 방사통 여부를 확인한다.

의의 : 요통과 하지 방사통을 호소하면 추간판 탈출증을 의심한다.



#### L5 신경근(L4~5)

감각: 종이리 바깥과 발등, 엄지와 집게발가락 사이의 감각이상 근력: 엄지발가락 신전근의 약화, 족근보행(walking on heels)을 못한다.



#### L4 신경근(L3~4)

감각: 종이리 내측의 감각 이상 근력: 전경골근 약화

반사: 비대칭적인 슬개건 반사

#### S1 신경근(L5~S1)

감각: 발의 외측에 감각이상, 장딴지 통증

근력: 비골근 및 족관절굴곡(plantar flexion of foot)저하, 족지보행(walking on toe)을 못한다.

반사: 비대칭적인 아킬레스건 반사

병력 조사 및 이학적 검사상 추간판탈출증이 의심되 는 환자에 대해, 돌출된 disc를 확진하기 위하여 시 행할 수 있는 영상 검사로는 MRI, CT, 척수조영술 등이 있습니다.



# 요추추간판탈출증

### 한의표준임상진료지침

Korean Medicine Clinical Practice Guideline











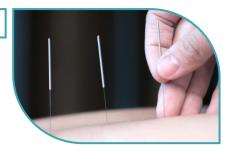


**Korean Medicine Clinical Practice** Guideline









- 요추추간판탈출증의 증상 개선을 위해 침치료를 시행하는 것이 좋 습니다.
- ▋ 성인 요추추간판탈출증의 증상 개선을 위해 침치료에 온열 또는 전 기자극을 추가적으로 시행하는 것도 좋습니다.
- ▋ 성인 요추추간판탈출증의 증상 개선을 위해 침치료 시 깊이 자극하 는 것이 권장되고 있습니다.

치료혈위

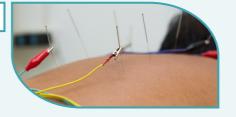












▋ 성인 요추추간판탈출증 환자의 통증 및 기능 개선을 위하여 기존 치 료에 전침을 병행하는 것이 좋습니다.



뜸



▋ 성인 요추추간판탈출증의 증상 개선에는 열감이 있는 뜸치료가 효과적 입니다.







▋ 성인 요추추간판탈출증의 증상 개선을 위해 기존 치료에 약침치료를 병행하는 것이 좋습니다.



부항



▋ 성인 요추추간판탈출증의 증상 개선에는 부항치료가 효과적입니다.



추나



▋ 성인 요추추간판탈출증의 증상 개선을 위해 기존 치료에 추나치료를 병행하는 것이 좋습니다.







▋ 성인 요추추간판탈출증의 증상 개선을 위해 기존 치료에 매선치료를 병행하는 것이 좋습니다.



한약



▋ 성인 요추추간판탈출증의 증상 개선을 위해 기존 치료에 한약치료를 병행하는 것이 좋습니다. 원장님과 상담을 통해 환자 개개인의 상태와 특성에 따라 적절히 처방 받으실 수 있습니다.