

## 한의학 치료



### 침

신경의 과민 반응을 안정시키고 통증을 줄입니다. 기혈 순환 장애를 개선하여 피부 병변의 회복을 촉진합니다. 병변 주변 부위, 협척혈(등에 위치한 경혈) 및 손, 발에 위치한 주요 경혈에 시술합니다.



### 전침

침에 전기 자극을 가하는 치료로서 우리 몸의 진통 물질 분비를 촉진해 통증 완화에 도움을 줍니다. 저빈도(1-4Hz)와 고빈도(100Hz 이상) 자극을 적절히 배합하여 시술합니다.



### 약침

한약재 등에서 추출·정제·혼합한 약침액의 약리 효과에 따라 통증 및 염증을 조절하고 전신 면역을 개선합니다. 환자분의 증상에 따라 봉독약침, 황련해독약침 등을 시술합니다.



### 자락관법

사혈한 부위에 부항을 시행하여 국소 염증 반응을 완화하고 통증 개선을 돕습니다. 감염 예방을 위해 멸균 부항컵과 사혈침을 사용하여 시술합니다.



### 한약치료

면역 반응을 조절하고 염증을 완화하여 대상포진의 병변을 개선하고, 대상포진후신경통을 예방합니다. 환자분의 체질과 병증에 따라 개인별 맞춤 처방을 시행합니다.

## 예방 및 생활관리



### 면역력 유지

대상포진 예방에 가장 중요하며, 규칙적인 생활과 유산소 운동, 균형 잡힌 영양 섭취, 충분한 수면이 필수입니다.



### 스트레스 관리

기공, 명상, 이완요법 등을 통해 면역 체계를 안정시키며, 침·한약·한의정신 요법이 도움을 줄 수 있습니다.

통증과 전신 동반 증상을 종합적으로 평가하여 환자 맞춤형 한의 치료를 시행합니다



한의학표준임상진료지침은 의료기관에 내원한 환자가 최적의 한의의료 서비스를 받을 수 있도록 돕기 위해 임상 근거에 기반하여 개발된 진료 가이드라인입니다. 본 지침은 보건복지부의 지원을 받아 한의약혁신 기술개발사업단을 통해 인증받았으며, 의료 현장에서 참고하여 활용할 수 있습니다.

# 대상포진 · 대상포진후신경통 한의학표준임상진료지침



KOREAN MEDICINE CLINICAL  
PRACTICE GUIDELINE





## 대상포진 (Herpes Zoster)이란?

대상포진은 어린 시절 수두를 일으켰던 수두-대상포진 바이러스가 신경절에 잠복해 있다가, 면역력 저하로 재활성되어 신경을 따라 피부 발진과 심한 통증을 일으키는 질환입니다. 주로 한쪽으로 띠 모양의 수포가 나타나며, 흉추 신경절을 가장 흔하게 침범합니다. 그외에도 두통, 권태감, 발열 등의 전신 증상이 동반됩니다. 한의학 고전 문헌에서는 '허리를 둘러싸는 불띠'라는 의미의 전요화단(纏腰火丹) 또는 사관창(蛇串瘡) 등으로 기록하며, 체내의 습열(濕熱)이나 사독(邪毒)이 경락을 타고 발현된 것으로 보았습니다.



## 대상포진후신경통 (Postherpetic Neuralgia)이란?

대상포진의 피부 발진이 치유된 후에도 통증이 사라지지 않고 약 1~3개월 이상 지속되는 합병증 상태를 말합니다. 바이러스에 의한 말초 신경 손상과 중추 신경계의 과민화가 복합적으로 작용하여 발생하는 만성 신경병성 통증입니다. 민감한 통증과 더불어 수면 장애·우울·불안·피로 등이 동반되어 삶의 질을 크게 저하시킵니다. 한의학 고전 문헌에서는 급성 병변이 사라진 뒤에도 어혈(瘀血)과 사독(邪毒)이 남아 통증이 지속되는 만성적인 '비증(痺證)'의 일종으로 보았습니다.



## 역학 및 위험요인

### 발병 현황

국내 대상포진 환자는 2023년 기준 약 74만 9천 명으로 지속적인 증가 추세에 있습니다.

### 고위험군

60대(24.7%)와 50대(21.7%)에서 가장 많이 발생하며, 특히 50대 이상부터는 여성 발병률이 남성보다 현저히 높습니다.

### 위험 요인

고령, 스트레스, 면역 저하 질환 및 면역억제제 치료력, 가족력, 당뇨병 등이 주요 위험인자로 꼽힙니다.

### 대상포진후신경통 이행

대상포진 환자의 약 10~18%가 신경통으로 이행되며, 60세 이상 고령자일수록 그 빈도가 급격히 증가합니다.



## 진단 및 평가

### 임상 진단

몸의 한쪽에 띠 모양으로 물집과 붉은 발진이 나타나고, 화끈거리거나 찌르는 듯한 통증이 특징입니다. 피부 증상 발생 며칠 전부터 통증이 먼저 시작될 수 있으며, 드물게는 피부 발진이 뚜렷하지 않은 경우도 있습니다.

### 증상 평가

통증 정도는 시각상사통증척도(VAS)나 숫자평가척도(NRS)로 수치화하고, 대표적인 동반증상인 수면 장애, 우울·불안, 피로 및 삶의 질 지표를 함께 평가합니다.

