

만성요통증후군이란?



병리해부학적인 불안정성 없이, 3개월 이상 지속되는 허리부위의 통증을 말합니다.



허리에 가해지는 물리적 스트레스가 원인이 되며, 자세가 나쁘거나 업무상 허리를 많이 쓰면 사소한 외상으로도 요통이 생길 수 있습니다.

허리의 피로감을 쉽게 느끼며, 앉거나 서있으면 통증이 심해지고 휴식을 취하면 통증이 덜합니다. 무거운 것을 들기 힘들고, 통증이 심해지면 엉덩이나 다리까지 퍼집니다.

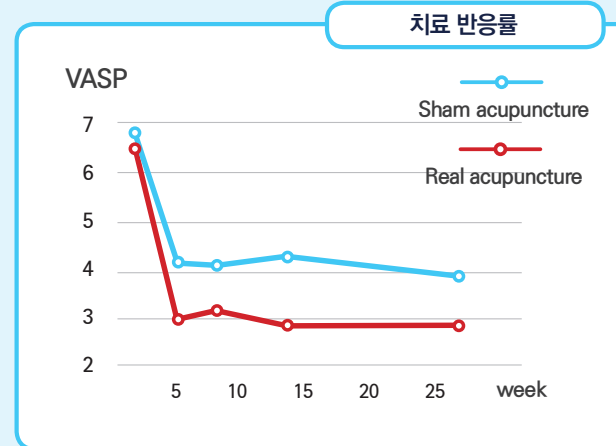


퇴행성변화나 척추 불안정증, 추간판탈출증, 허리의 퇴행성 관절염이 있으면 만성 요통이 생기기 쉽습니다.

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

만성요통에 대한 침치료의 효과

성인 만성요통증후군 환자를 두 그룹으로 나누어 진짜 침치료(65명)와 가짜 침치료(65명)를 시행한 결과, 진짜 침치료군에서의 만성요통증후군 치료 결과가 가짜침군에 비하여 우수하게 나타났습니다.



*출처: Yu-Jeong Cho et al. Acupuncture for Chronic Low Back Pain. Spine. 2013;38(7):549-557.

침, 한약, 부항을 우선적으로 치료에 적용해야 합니다. 전침, 매선, 약침 및 봉독약침, 추나도 병행하면 좋습니다.

우선고려



MEMO

만성요통증후군

한의표준임상진료지침

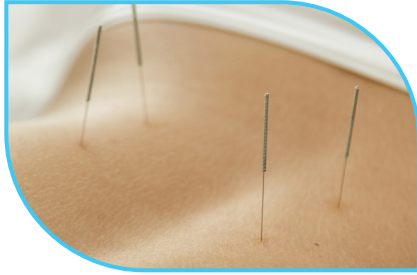
Korean Medicine Clinical Practice Guideline



Korean Medicine
Clinical Practice
Guideline



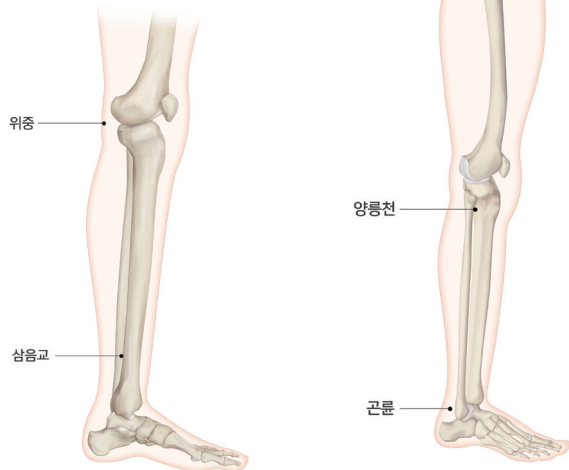
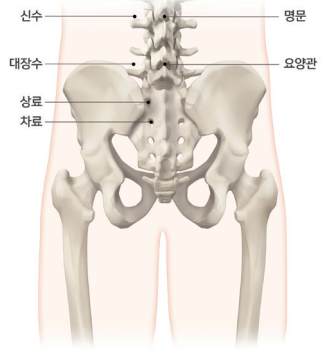
일반침



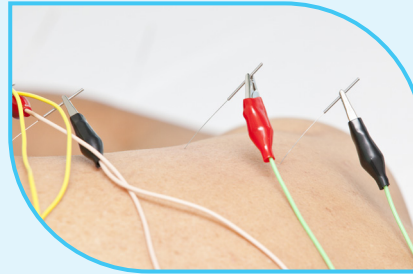
■ 성인 만성요통증후군 환자의 통증 및 기능 개선을 위하여 개인 맞춤형 침치료를 시행하는 것이 좋습니다.

■ 물리치료, 약물, 운동을 포함하는 통상적인 치료보다 침치료가 더 효과적인 것으로 보고되고 있습니다.

치료혈위



전침



■ 성인 만성요통증후군 환자의 통증 및 기능 개선을 위하여 기존 치료에 전침을 병행하는 것이 좋습니다.

약침



■ 침치료 및 통상적인 치료에 더해 봉침 또는 약침 치료의 시행을 병행할 수 있습니다.

부항



■ 성인 만성요통증후군 환자의 통증 및 기능 개선을 위하여 습부항을 병행하는 것이 좋습니다.

매선



■ 성인 만성요통증후군 환자의 통증 및 기능 개선을 위하여 매선치료를 병행할 수 있습니다.

한약



■ 만성요통증후군에 대한 한약치료 처방인 오석산 등의 치료 효과가 보고되어 있으며, 원장님과 상담을 통해 환자 개개인의 상태와 특성에 따라 적절히 처방 받으실 수 있습니다.

추나



■ 성인 만성요통증후군 환자의 통증 및 기능 개선을 위하여 추나치료를 병행할 수 있습니다.