
Dr. Andrew H. Yu MD Inc.
MD., FRCPC

points/myofascial
#525-4789 Kingsway Burnaby, BC V5H 0A3
Ph 604-436-1587 Fax 604-439-0004
drandrewyupaindoc@gmail.com
Botox/migraine

Chronic Pain Management

(MSP, expedited WCB, ICBC and Baker's cyst
private consultations) Trigger

Cortisone injections: Carpal Tunnel
Epidural Steroid Injections (Back or Neck) Tennis elbow
Knee or Hip or shoulder joints

NOT FOR THIRD PARTY RELEASE UNLESS AUTHORIZED

무릎통증 Handout

환자들이 나이 들어감에 따라 무릎 통증은 많이 의뢰되는 증상이며 가장 흔한 원인은 관절염입니다. 일반적인 증상은 걸으면 심해지는 통증, 붓기, 절름거림, 타닥타닥하는 소리 등입니다. 또한 무릎 통증은 눌린 신경으로 인한 척추와 연관될 수 있습니다. 또 다른 원인은 통풍, 윤활낭염, 반월판 손상 등이 있습니다. 보통 주치의가 X-ray 나 MRI(시간은 한달 이상 소요될 수 있음)를 통해 진단 내립니다.

일반 보존적 치료는 휴식이며, 무릎 보호대나 지팡이 같은 보행도구 사용, 물리치료, 마사지, 침술 등을 시행해 볼 수 있습니다. 무릎 통증에는 아세트아미노펜(타이레놀)이나 이부프로펜(에드빌)같은 소염 진통제 등이 사용될 수 있으나 위장, 신장 또는 심장 질환 등의 문제가 있다면 주치의의 처방에 따라야 합니다. 통증에 유효한 많은 처방약과 다양한 크림제제가 있지만 가능하다면 타이레놀#3, 트라마돌, 퍼코세트, 모르핀, 딜라우디드 등의 마약성 진통제는 피하도록 합니다. 이러한 약들은 통증완화에 어느 정도 도움은 줄 수 있으나 잠재적으로 장기간의 부작용이 따를 수 있기 때문에 주치의와 충분한 상의를 해야 합니다.

저는 당신의 상태를 규명하고 의미 있는 영상자료를 재확인하며 혹은 통증 완화에 도움 되는 주사치료를 위한 의뢰를 받습니다. 특히나 주사치료는 당신이 MRI촬영이나 정형외과 수술을 기다리는 동안 통증완화와 기동성 회복에 도움을 줄 수 있을 것입니다. 또한 만약 당신이 수술을 원하지 않거나 외과의가 수술을 할 수 없는 경우라고 판단 한다면 주사치료는 통증완화와 기동성 회복에 의미 있는 도움을 줄 것입니다.

저희 병원에는 두 가지 종류의 주사 치료가 있으며 그 중 하나가 Depo-Medrol 같은 코르티손을 주사 하는 것입니다. 이 약은 부신에서 분비되는 호르몬과 매우 비슷한 인공 제제이며 항염증 작용으로 붓기와 통증을 감소시키는데 탁월합니다.

또 다른 주사 치료는 Durolane, Monovisc등 의 상품명으로 알려진 히알루론산을 이용한 관절강 내 점성보충치료 입니다. 점성 물질은 자연적으로 무릎 관절강 내에 있어야 하지만 나이가 들어감에 따라 그 정도가 감소합니다. 이 주사 치료는 인공의 끈적한 점성 물질을 관절강 내로 주사 하는 것 입니다. 약품 제조사들은 항염증작용, 통증완화, 윤활제 작용 등의 특성을 강조하고 있으나 어떠한 환자에게는 높은 치료 비용이 될 수 있다는 단점이 있습니다. (few hundred of dollars)

이외에 PRP (platelet rich plasma centrifuged or spun at moderate or high speeds), 줄기세포 치료 등과 같은 더 값 비싼 주사 치료가 있지만, 이 치료들은 입증되기에는 아직 초기단계에 있으며 이 치료가 비용대비 더 효과적 인지에 대해서는 명백하지 않습니다.

저희 병원에서 시행되는 모든 주사 치료는 간단하고 짧은 시간 내에 시행되는 치료이며 일반 감기예방 주사 보다 통증이 적습니다. 출혈과 감염 위험성을 최소한으로 하기 위해 무균적 처치와 일회성 주사용품을 사용하고 있습니다.

이 프린트를 통해 많은 정보가 전달 되었기를 바라며 의문사항이 있으시면 답변해 드리겠습니다.

© DR. ANDREW YU

SEPTEMBER 10, 2016