

가정의학

전립선비대증(BPH) 수술 치료(Operation)2



전립선비대증 치료 방법으로는 풍선 확장술(balloon dilation), 전립선부요도 스텐트삽입술(prostatic stents), 온열 요법(hyperthermia treatment), 열치료법(thermotherapy), 전기기화술(electrovapourization), 경요도적 침소작술(transurethral needle ablation, TUNA) 등이 있습니다.

또한 다양한 종류의 레이저를 이용한 최소침습치료법들이 개발되어 환자 치료에 사용되고 있는데, 여기에는 경요도적 레이저 유도 전립선 절제술(transurethral laser-induced prostatectomy, TULIP), 직시하 레이저소작술(visual laser ablation, VLAP), 레이저 전립선소작술(laser ablation), 간질성 레이저응고술(interstitial laser coagulation, ILC) 등 여러 의료 장비 회사에서 매우 많은 제품들이 나와 있습니다.

또한 초음파.ultrasound의 파장을 이용하여 열을 발생시키는 방법을 적용한 고강도 초점 초음파치료술

(High-Intensity Focused Ultrasound, HIFU)과 같은 고가의 장비도 나와 있어서 치료법을 선택하기가 쉽지만은 않습니다.

다만 이를 최소 침습적인 치료법들 중에는 아직까지 장기적인 추적 결과(long term follow up result)가 보고되어 효과가 입증된 종류가 많지 않아 그 치료 효과가 인정을 받지 못하는 치료법들도 있습니다.

일반적으로 덜 침습적인(less invasive) 방법일수록 수술을 받기가 편리하고 수술 후의 고통 받는 정도와 기간이 짧은가 하면, 반대로 더 침습적인(more invasive) 수술방법일수록 재발률(recurrence rate)이 적은 편이며, 수술 방법을 고려할 때는 전문의와의 면밀한 상담을 하여, 수술 방법들의 장단점을 잘 고려해서 자신에게 가장 적절한 수술 방법을 선택하도록 해야 하겠습니다.

▶ 다음호에 계속됩니다.

오문목 가정의학비뇨기과
원장 오문목 의사박사
TEL (949) 552-8217



생활건강

약 처방 받기 전 복용 중인 약품 알려야

항상 건강할 수만 있다면 더할 나위 없이 좋은 일이겠지만 아쉽게도 그건 사람들의 바람일 뿐 현실은 항상 질병의 위험에 노출돼 있습니다.

그런데 병치레가 잦고 그로 인해 병원에 갈 일이 많은 사람들이 꼭 염두에 두어야 할 것이 있습니다. 바로 주치의가 아닌 다른 의사로부터 처방 받는 약은 꼭 주치의에게 알리고 상담을 받아야 한다는 것입니다.

다른 의사가 처방한 약을 주치의에게 알리지 않았는데 그 약이 평소 복용하던 약과 함께 복용해서는 안 되는 약이었다면 큰 문제를 일으킬 수 있습니다. 그리고 그 때는 누구에게도 그 책임을 물을 수가 없습니다. 어떤 약이든지 복용 전에는 꼭 주치의와 상담해 서로 다른 의사로부터 처방 받은 약들을 함께 복용함으로써 생길 수 있는 건강상의 문제를 사전에 예방하도록 관심을 기울여야 합니다.

저희 꿀약국이 지난 2020년 5월 28일에 일주년을 맞이 했습니다. '첫 돌' 기념으로 간단히 저희 꿀약국을 소개하려고 합니다. 꿀약국은 20년지기 친구인 권엔젤라와 민로렌이 뜻을 모아 함께 시작한 약국입니다. 저희는 오래전 약대를 다닐 때부터 언젠가는 함께 약국 운영하기를 꿈꿨습니다. 그런 마음을 간직하며 10년 동안 각자의 회사에서 근무를 하며 지식

과 경력을 쌓아 준비해오다가, 드디어 좋은 때를 맞이하여 일 년 전에 약국을 개업했습니다.

저희가 꿈꾸는 약국은 저희에게 오시는 환자분들을 한 분 한 분 진심으로 대하고, 환자분들이 그 마음을 헤아려 서로 간에 믿음이 쌓여지는, 더 나아가 가족과 같은 관계가 만들어지는 그런 약국입니다. 저희 둘 다 정이 많은 성격인데 회사에서 근무할 때에는 수많은 규칙들로 인해 저희가 원하는 만큼 환자분들께 도움도, 사랑도 배우는데 많은 규제가 있어서 안타까운 상황들이 많이 있었습니다. 그런데, 저희 약국을 운영한 지난 1년 동안은 저희가 베풀고 싶은 사랑, 도움, 정을 맘껏 베풀며, 또 그만큼 환자분들께 사랑 받는, 감사하고 행복한 나날들이었습니다.

저희에게 주어진 달란트가 고인물에 머물러 있지 않고 흘러 흘러 더 많은 분들의 삶에 좋은 영향을 끼칠 수 있는 삶을 사는 것이 저희의 삶의 목표이자 희망입니다.

앞으로도 조심을 잊지 않고, 건강하고 튼튼하게 성장해 나가는 꿀약국이 되겠습니다. 감사합니다.

Honey Pharmacy
약학박사 민 로렌
TEL (562) 403-2332
7002 Moody St., #106
La Palma, CA 90623



치과

신경 치료

"선생님, 이가 아파요. 신경을 좀 죽여주세요."

치과에서 흔히 듣게 되는 환자들의 하소연 가운데 하나이다. 치아에는 인체의 다른 조직과 마찬가지로 미세한 혈관과 수많은 신경가지들이 모여 있다. 이 신경가지들에 의해 차거나 뜨거운 감각, 통증을 느끼게 된다. 치아내 신경, 혈관 등은 다른 부위와 달리 단단한 조직 안에 갇혀 있다. 이 때문에 치아 속에 염증이 생겨도 다른 부위처럼 쉽게 회복되지 않고 병으로 진행된다.

치아 내 염증을 일으키는 요인은 여러 가지이다. 충치가 심해 신경까지 감염된 경우, 치아가 깨져 신경이 노출된 경우, 치아에 미세한 금이 있거나 때문 자리가 떨어져 나간 경우, 치아가 심하게 닳은 경우, 잇몸 질환 등으로 신경이 손상된 경우 등이다.

염증이 생기면 차거나 뜨거운 음식을 먹을 때 통증이 따르고 어느 치아가 아픈지 모르게 옥신거리다. 밤에 통증이 더 심하며 진통제를 먹어도 잘들지 않는다. 이럴 때는 빨리 신경치료를 해야 한다.

신경치료의 목적은 치아를 살리는데 있다. 신경치료는 단순히 치아 속의 신경을 죽이는 것이 아니다. 감염되고 염증이 생긴 부위를 없애고 신경관을 깨끗이 충전하는 것이다.



치아 안은 그물처럼 얹힌 신경과 혈관의 통로인데 병적인 상태가 됐을 경우 이런 신경, 혈관조직을 모두 치아 밖으로 제거해 줘야 한다. 이런 미세조직들을 완벽하게 없애는 데는 많은 노력과 시간이 든다. 환자들의 인내가 필요할 때도 있다.

염증이 치아 뿐 주위까지 번졌을 경우에는 신경치료를 받은 뒤 6개월 이상 지나야 조직이 치유된다. 따라서 신경치료를 받은 치아는 완치될 때까지 씹을 때 딱딱한 물체를 씹는 듯한 느낌을 받는다. 신경치료를 받은 치아는 부서지지 않고 정상적으로 기능할 수 있도록 보철 치료를 해 주는 게 좋다.



남태준 종합치과
남태준 원장
TEL (714) 871-4962

척추건강

스마트폰과 척추건강

우리의 하루 하루 생활 속에서 스마트폰(smart phone)을 떼어 놓고 생각할 수 없을 만큼 스마트폰이 우리의 일상 속에 점점 더 많은 비중을 차지하고 있다. 척추 신경과 의사로서 스마트폰이 주는 척추의 문제점에 대하여 한번 나누어 보려 한다.

우리의 척추는 33개의 척추뼈로 구성되어 있다. 경추(Cervical region) 7개, 흉추(thoracic region) 12개, 요추(lumbar region) 5개, 천추(sacral region) 5개, 미추(coccygeal region) 4개가 그것이다. 특히 경추는 우리의 머리를 받치는 7개의 척추뼈로 목 부분의 중요한 역할을 많이 한다. 경추 사이로 나오는 신경이 눌렸을 경우(예, 목디스크 문제)에는 두통, 어지럼증, 팔, 손 저림, 등 근육 둥침과 따가움 증상들이 나타날 수 있다. 자라나는 아이들 경우에는 집중력이 떨어지며 의욕상실증을 보일 수도 있다.

우리의 몸에서 이러한 중요한 역할을 하는 우리의 목 척추(경추)의 건강은 스마트폰에 의해서 혹시당하고 있다고 볼 수 있다. 우리의 척추는 옆에서 보았을 때, 머리 밑 척추부터 꼬리뼈까지 세 개의 곡선으로 이루어져 있기 때문에 어떠한 충격(예, 걷기, 달리기, 과격한 운동 등)에도 큐션 역할을 하게 되어 있어서 척추의 부상으로부터 보호하고 있다. 하지만 과도한 스마트폰 사용으로 인하여 목의 곡선이 없어지면서(예, 일자목, 거북이목) 작은 충

격에도 척추에 무리가 가서 다치는 경우가 상당히 많아졌다.

우리 병원에 오시는 환자들 중에는 허리 디스크가 아주 크게 다치셔서 척추수술전문의가 꼭 수술을 해야 한다고 했지만, 우리 병원의 감압 치료를 소개받고 오셔서 디스크 문제를 치료 받으신 분들이 많다. 그분들 중에 대부분의 환자분들은 목 척추(경추)의 상태가 더 안 좋은 퇴행성 상태인 경우가 대부분이다. 허리 척추(요추)의 문제도 목 척추(경추) 이상으로부터 시작되는 경우가 많다는 것이다. 대부분의 사람들은 목근육 빠근합이나 뭉침은 당연한 것으로 여기고 방치한다. 방치하면 할수록 척추의 여러 문제가 점점 심각해 진다는 것을 꼭 기억해야 한다. 치료 방법은 척추교정으로 목곡선을 바르게 해 주어야 하며, 전체 척추의 교정도 꼭 동반 해야 한다.

우리 몸의 대들보 역할을 하는 척추를 얼마나 건강하게 관리하는가에 따라서 우리의 백세시대를 얼마나 건강하게 보낼 수 있는지가 결정 될 수 있다. 스마트폰이 잠시라도 없으면 안 되고, 또 불안해 하는 우리의 모습을 보며 매일을 살아가는 우리는 우리의 목 척추(경추)의 건강 상태는 어떤지, 검진을 더 늦기 전에 꼭 받아보시기를 권면해드린다.



조이 척추신경병원
원장 Joy H. Kim, D.C.
TEL (714) 449-9700
1401 S. Brookhurst Rd., #103
Fullerton, CA 92833