

■ 전문의 칼럼

관절염 치료제의 종류

관절염 치료는 크게 주사 약물과 먹는 약으로 구분 될 수 있다.

먹는 약으로는 Acetaminophen 진통제와 Ibuprofen과 같은 소염제 약물이 있다. 두 가지 다 증상 치료제다. 통증을 완화 시켜주지만 관절염 자체를 치료하는 것은 아니다.

주사 치료제로는 소위 '빠 주사'로 통하는 Cortisone(스테로이드) 주사제와 '연골 주사'로 불리는 히루안 주사제가 있다. 스테로이드 주사는 아주 강력한 소염제 약물이다. 주사 후 통증이 많이 완화되므로 많이 사용되고 있다. 하지만 자주 사용하면 연골을 손상시키며 또 연골의 마모를 촉진 시킨다. 또한 통증의 완화와 더불어 환자들이 관절염이 다 나았다는 착각으로 인하여 관절염을 더 사용하게 된다. 따라서 관절염의 상태가 급속도로 나빠질 수 있다.

연골주사로 불리는 히루안 주사는 관절 내 연골에서 생성해 내는 윤활유 물질이다. 관절의 movement를 원활하게 도와준다. 퇴행성 관절염의 경우 연골의 마모와 더불어 히루안의 생성이 적어지면서 관절을 움직일 때 뻣뻣한 느낌이 오게 한다. 따라서 연골주사를 주입하면 관절이 부드러워 지면서 통증 또한 완화된다. 즉 '기름칠'을 하여 준 것과 같은 이치다. 이 약물의 직접적인 부작용은 아주 적다. 주입 후 잠시 뻣뻣함이 더 할 수 있지만 빠 주사와 달리 연골의 손상을 직접 초래하지는 않는다. 하지만, 통증이 완화됨과 더불어 환자들이 관절염을 더 사용해서 연골의 마모를 촉진 할 수는 있다. 따라서 주사와 더불어 인대 및 근육을 강화하는 것이 중요하다.

근래에는 자가혈 PRP(Platelet Rich Plasma = 혈소판풍부혈장)라는 치료제가 점차적으로 많이 사용되고 있다. 환자 본인의 혈액을 원심 분리하여 적혈구를 제거하고 혈장에 있는 혈소판을

농축하여 주사하는 것이다. 성형외과에서는 많이 사용되고 있고 점차적으로 정형외과/통증클리닉에서도 많이 사용되고 있다.

혈소판에는 여러 종류의 성장인자들이 많이 포함되어 있어 주사 할 경우 세포 조직의 활성화 또는 재생을 촉진할 수 있다. 특히 관절 내에 주사 할 경우 기존 연골에 존재하는 연골모세포(Chondroblast)를 활성화시키므로 연골 재생을 촉진할 수 있다. 장기적으로는 위에 언급한 약물보다는 더욱 효과가 있을 수 있지만 주사 직후 통증 완화라는 효과는 없다. 적어도 2-4주를 기다려야 효과가 올 수 있다. 따라서 연골 주사와 같이 사용하면 단기적인 '기름칠' 효과와 장기적인 재생 효과를 같이 얻을 수 있다.

PRP와 더불어 근래에 많이 연구되고 있는 것이 줄기세포다. 현재 임상적으로 사용되고 있는 줄기세포는 성체줄기세포다. 배아줄기세포는 윤리적인 문제와 암으로의 변이 가능성 때문에 임상적으로 사용되고 있지 않다.

성체줄기세포 중 현재 미국에서 사용할 수 있는 것은 지방줄기세포다. 지방 흡입 후 병원 내에서 줄기세포가 포함되어 있는 Stromal Vascular Fraction(SVF)이라는 부분을 사용할 수 있다. 병원에서 만들어 지지 않았다면 미국 FDA에서 사용 허가가 있어야 하므로 사용할 수 없다. SVF 줄기세포의 장점은 큰 부작용 없이 연골을 재생한다는 것이다. 퇴행성관절염 원인 치료가 가능한 것이다. 따라서 연구 또한 활발히 진행되고 있다.

스텝스 통증병원 & PRP 센터
박재우 MD
(714) 399-7000
4840 Irvine Blvd, #203
Irvine, CA 92620(시몬아켓 몰)



우리 동네 걷기 좋은 곳

Strands Beach - Dana Point

데이나포인트는 1966년에 건설된 Dana Point Harbor를 비롯해 해변 뒤 언덕 위에 고급 주택들이 자리 잡고 있는 Strands Beach, 서퍼들로 북적이는 Salt Creek Beach, Doheny State beach, Capistrano beach, Monarch Beach 등이 연이어 있는 인구 3만3천의 해변 도시다. 오늘은 이들 Beach들 가운데 Strands Beach를 소개한다.

아주 경치가 좋은 곳이다. 게다가 Strand Vista Park 주차장을 이용하면 주차도 무료다. 주차시킨 후에 Dana Point 선착장이 한눈에 내려다보이는 공원 둘레길을 돌아 아래쪽으로 내려간 다음 오르막을 지나 건너편 공원을 다시 한 바퀴 돌아서 바다를 향해 걸어 내려간다. 오른쪽 계단을 이용해 바다를 바라보면서 내려간다. 나무로 잘 만들어진 산책로가 나타난다. 직접 모래사장도 걸어도 좋지만 모래 때문에

오래 걷기에 불편하다. 물론 모래 밟기를 주저해서는 안 된다. 곧이어 나무 바닥길이 끝나기 때문이다.

남캘리포니아에서 가장 깨끗한 해변이라는 칭송을 들을 만큼 깨끗하고 아름답다. 바다에 동물들의 입장은 허용하지 않으며, 해변가의 산책로에는 애완동물과의 산책이 허용된 듯하다. 북쪽의 Salt Creek Beach까지 걸어갔다 와도 좋고, 남쪽의 Dana Point 하버까지 걸어도 좋다. 필자는 단연코 Dana Point 하버를 추천한다. 사람들이 다소 북적이지는 하지만 실컷 걷고 Dana Point 하버 근처의 식당들 가운데 한 곳에 들러 맛있는 음식을 먹으며, 관광지의 분위기를 즐기기 위해서.

■ Strand Vista Park Parking lot
34116 Selva Rd.
Dana Point, CA 9262



▲ Strands Beach, 사진=타운뉴스

Law Offices of Joseph KW Choen

“정직과 신뢰로 최선을 다해 도와드립니다.”

천관우 변호사 그룹

이민법, 상법, 부동산법 전문

DACA 연장, 드림법안
및 불체자 구제안
관련 상담중

프로디 관련 상담

고국에 계신 부모님/배우자 영주권 신청

범죄기록이 있으신 분들의 시민권 영주권 신청, 밀입국하신 미군 부모님, 배우자 영주권 신청

이민법

영주권 (취업 1,2,3순위 이민 - NIW, 국제적기업간부급, 간호사 포함, 결혼 및 가족초청이민, 종교이민) 각종 비이민비자 (H1B, R1, E2, E1, L1, F1, O, P, TN/TD비자 등), DACA, 601A Waiver, 245i 추방유예상당, J1 Waiver, 영주권 인터뷰, 재입국허가서, 영주권 재발급, 시민권 신청 *취업 영주권 상담 / 거절된 케이스 재심 및 항소 신청 / 불체자 구제안 관련 상담 중

부동산법

상업용 부동산 분쟁해결/강제퇴거명령(이박션)/Title에 대한 분쟁-Quiet the title/각종계약서 작성 및 검토

상법

계약분쟁 소송/각종계약서 작성 및 검토

천관우 변호사

서울고·연세대·법학박사
가주 변호사 협회 정회원
이민 변호사 협회 정회원

josephlaw1224@gmail.com

☎ 상담문의

LA Office

213-232-1655

3600 Wilshire Blvd., #1227, Los Angeles, CA 90010

OC Office

714-522-5220

6281 Beach Blvd., Suite 300, Buena Park, CA 90621