

■ 세 미 나

# 대체의학(복원의학)의 현황과 실체

## 심 제 성

정형외과 전문의, 제일성심클리닉 원장, 대한복원의학회 부회장

### 초 록

병원에 찾아오는 근골격 질환에 있어 일반적으로 고전적 치료방법(전통의학)들로 치료가 잘 되지 않을시 수술적 방법들을 생각하고 권유하게 되는데 과연 꼭 수술적 방법들만이 최상의 진료형태이며, 선택 할 수 있는 다른 중간형태의 치료방법은 없는 것일까?

본 강좌에서는 근골격계 질환에 대해 새로운 시각의 원인과 진단 치료법들을 소개하며, 일차 의료기관에서 쉽게 접근 할 수 있으며, 기존학과와 대체의학(복원의학)을 상호 보완하여 치료하는 과정을 소개하고자 한다.

### I. 서 론

대체의학(Alternative Medicine)은 서양의 전통의학에 포함되지 않은 의학의 종류를 우리말로 표현하기 위해 쓰여지고 있으나, 다른 한편으로는 Complementary Medicine 즉 전통학과 보완관계를 이룰 수 있는 의학이라고 표현하고 있다.

대체의학이라는 용어는 “Alternative Medicine”이라는 NIH의 기준에 기인하는 것으로 기존의 의학을 대신하고 대안을 제시해주는 학문이라는 뜻이 된다.

현대의학적 개념과 방법론 그리고 그 필요성을 전면적으로 무시하고 새로운 기법으로 의학을 대신하고 있는 형태는 아니라는 것이다.

인간의 질병을 다루는 의학에서는 종합적이고 통합적인 관리가 필요하다.

의학 교육면에서 미국과 유럽등 여러의과대학에서 대체의학에 대한 강의를 개설하고 대체의학의 치료방법들에 대한 개발 연구를 하고 있다.

이번 강좌에서는 대체의학들 중에서 가장 과학적으로 입증되고 있으며, 임상적으로 유용한 방법(복원의학)들을 소개하고자 한다.

### II. 대체의학의 종류

#### 1. 서양의학에 밀접한 대체의학

- 1) 정골의학(Osteopathic Medicine)
- 2) 족부의학(Podiatric Medicine)
- 3) 척추교정의학(Chiropractic Medicine)
- 4) 중금속제거요법(Chelation Therapy)
- 5) 해독요법(Detoxification Therapy)
- 6) 최면요법(Hypnotherapy)
- 7) 심신의학(Body-Mind Therapy)
- 8) 에너지의학(Energy Medicine)
- 9) 영양요법(Nutritional Supplement)
- 10) 분자정형의학(Orthomolecular Medicine)
- 11) 엠자임요법(Enzyme Therapy)

심제성: 대체의학(복원의학)의 현황과 실제

- |   |                           |
|---|---------------------------|
| 12) 환경의학(Environemental Medicine)               | 2) 식이요법(Diet Therapy)     |
| 13) 산소요법(Oxygen Therapy)                        | 3) 절식요법(Fasting)          |
| 14) 자장요법(Magnetic Field Therapy)                | 4) 주스요법(Juice Therapy)    |
| 15) 응용운동학(Applied Kinesiology)                  | 5) 장요법(Colon Therapy)     |
| 16) 바디웍요법(Bodywork)                             | 6) 광선요법(Light Therapy)    |
| 17) 롤핑 요법                                       | 7) 수치료(Hydrotherapy)      |
| 18) 꿈 치료법(Dream Therapy)                        | 8) 고열요법(Hyperthermia)     |
| 19) 오락치료(Recreation Therapy)                    | 9) 양자의학(Quantum Medicine) |
| 20) 마술요법(Magic Therapy)                         | 10) 뇨료법                   |
| 21) 신경치료(Neural Therapy)                        |                           |
| 22) 재건요법(Reconstructive Therapy)                |                           |
| 23) 세포치료법(Cell Therapy)                         |                           |
| 24) 두개천골자극요법(Craniosacral Therapy)              |                           |
| 25) 홍채진료법(Iridology)                            |                           |
| 26) 자발요법(Autogenic Therapy)                     |                           |
| 27) 라이히안요법(Reichian Therapy)                    |                           |
| 28) 신경언어학적 프로그램요법(Neuro-Linguistic Programming) |                           |
| 29) 도인상상요법(Guided Imagery)                      |                           |
| 30) 생체피드백요법(Biofeedback Therapy)                |                           |
| 31) 무도요법(Dance Therapy)                         |                           |
| 32) 생물학적치과치료법(Biological Dentistry)             |                           |

III. 복원의학의 소개

복원의학이란?

현대의학과 다른 형태의 의학(동양의학) 등으로도 해결되지 않는 의료의 사각지대를 해결해 보고자 새로운 의학방법 즉, 복원의학=대체의학(Alterative Medicine)으로, 신체의 건강과 정신 건강을 최적의 상태로 복원시키기 위해 수술적 적응증이 아닌 질환의 치료에 접목시키어 과학적인 근거가 있는 여러 요법들을 병행하여 치료하고 연구, 발전시키는 의학이다.

2. 동양의학에 밀접한 대체의학

- 1) 아유르베다 의학(Ayurvedic Medicine)
- 2) 자연의학(Naturopathic Medicine)
- 3) 명상요법(Transcendental Meditation)
- 4) 요가(Yoga)
- 5) 기공치료(Qigong Therapy)
- 6) 생약요법(Herbal Medicine)
- 7) 꽃요법(Flower Remedies)
- 8) 향기요법(Aromatherapy)
- 9) 소리요법(Sound Therapy)
- 10) 원예요법(Horticulture Therapy)
- 11) 반사요법(Reflexology)
- 12) 봉침요법(Bee Venom Therapy)
- 13) 접촉요법(Touch)
- 14) 심령치료법(Psychic Healing)

3. 동서의학 접목형의 대체의학

- 1) 동종요법(Homeopathic Medicine)

복원의학 치료방법 중에는

주치료

- (1) 수안요법(=바이오메카닉척추치료요법)
- (2) 영양요법(Nutrition)
- (3) 전자침요법(IMS)
- (4) 스포츠의학 운동요법
- (5) 인대증식요법(Prolotherapy)
- (6) 족부학(Podiatry)
- (7) 테이핑요법(Taping therapy)
- (8) 턱관절(TMJ)

이외 다양한 치료방법이 있다.

위의 각종 치료요법의 설명

(1) 수안요법(바이오메카닉척추치료요법)의 개요  
Biomechanics은 생체공학과 생역학(Biophysics)의 인체의 구조와 그 기능에 관한 학문으로 신경학, 골

학, 근육학과 더불어 인간의 질병을 설명하고 조절하기 위하여 최근에 들어 의학에 이용도가 높아지고 있는 학문은 실제로 고대로부터 이용되고 있었으며 Hippocrates와 Galen시대에도 문헌적으로 남아 있다. 이 학문은 체계적인 이론과 Dr.Panjabi에 의해 이루어졌으며, 이 이론들은 이후에 정형외과 혹은 신경외과의 척추수술과 비수술적치료에 널리 적용되고 있으며, 유럽과 미국의 의학회 의사들에게 잘 알려진 이론이다.

이러한 척추의 생역학을 이용한 많은 치료방법 중 직접적으로 통증과 질병을 조절하는 방법인 바이오메카닉(Biomechanics) 척추치료법을 통하여 현재 각종 목, 허리의 만성적인 척추질환에서 헤어나지 못하고 고통받고 있는 환자들에게 도움이 되고자 한다.

수안요법(Biomechanics=생체역학척추치료방법)

척추질환의 치료는 크게 물리요법과 수술적요법으로 구분할 수 있으나, 바이오메카닉척추치료요법(Biomechanics)은 신경조절의학으로서 생체역학을 근거로한 비수술적 치료요법이다.

정형외과의학을 중심으로 하여 3차원적 특수 방사선촬영, 물리학, 컴퓨터공학이 결합된 검사 및 진단, 치료, 재활방지 및 운동요법, 임상영양요법이 혼합된 척추치료요법으로 단순하게 인체의 통증만 제거하는 치료가 아니라 척추의 신경계, 골격계, 근육계를 종합적으로 치료한다.

척추치료 방법으로는 먼저 목과 척추의 신경과 골격을 올바르게 조절하는 척추조절치료, 기존의 물리요법과 근육조절과 재활을 방지하는 운동치료요법을 병행치료한다. 치료시 통증이나 합병증, 후유증이 적은 치료로서 치료후에는 목부터 골반까지 척추전체를 환자 본인이 치료여부를 직접 비교 할수 있는 과학적이고 안전한 비수술적요법이다.

그러나 수술적요법이 필요하다고 판단되는 질환의 환자는 빠른 시일내에 수술을 권유하며, 수술후에는 바이오메카닉척추치료요법으로 관리하면 재활을 방지할 수 있다.

(2) 영양요법(Nutrition)

혈액을 형태학적으로 분석하여 조기에 혈액내의 각

종 질환의 이상유무와 불균형한 영양상태를 분석하여, 어떠한 영양소가 인체에 부족하고, 어떠한 영양소가 과도한가를 진단하여 부족한 성분은 보충하여 주고 과도한 성분은 억제한다.

필요한 영양소로는 순수자연 비타민, 미네랄(무기질), 천연효소등이 필요하며, 이와 함께 식생활도 개선함으로써 혈액을 맑게하여 질병을 사전에 예방하고 이미 발병된 질병도 함께치료하는 건강증진 대체의학이다.

(3) 전자침요법(IMS)

전자침을 이용한 근육내 자극IMS(Intramuscular Stimulation)요법이란 근막통증증후군을 진단하고 치료하기 위한 전체적인 체계이다.

전자침을 이용한 IMS는 전통적인 동양의학의 침술을 현대화 시켰을 뿐 만 아니라 해부학과 신경생리학의 지식을 통하여 한단계 높은 것으로 만들었다.

전자침요법은 다른 어떤 물리치료보다도 탁월한 효과를 보이기 때문에 IMS에 대한 지식은 서양의학과 동양의학을 연결하는 훌륭한 가교가 될 것이다.

(4) 스포츠 의학운동요법

예방의학과 과학적인 운동을 접목시킨 방법으로서, 기존의 감각에 의한 운동처방에서 탈피하여 과학적인 각종 검진장비를 이용한 검진 결과의 데이터에 따라 각 개인의 체형에 맞는 운동을 처방함으로써 질병을 예방하고 재활을 방지하여 신체의 건강상태를 최대로 극대화시키는 의학운동처방요법이다.

(6) 인대증식요법(Prolotherapy)

미국의 Dr. Hackett에 의해 체계화되고 정의된 치료로서 골격근육계의 통증원인 중 많은 부분을 차지하는 관절의 불안정성과 관련된 약화되고 손상된 인대나 건의 뼈접합부에 고농도의 포도당을 주사하므로서 인대나 건의 증식을 유도하여 결과적으로 인대나 건의 강화를 가져오는 치료이다.

특히 인대나 관절낭의 약화로 인한 관절의 불안정성이나 건의 약화로 인한 건염의 치료로서 활용된다.

(7) 족부학(Podiatry)

발의 높 낮이에 따라 평편족(flatfoot: 평발), 갈퀴족

(clawfoot: high-arched foot), 및 발바닥의 이상등이 족관절과 무릎관절, 고관절, 골반변형, 척추관절에 영향을 판단하고 척추치료에 병행하여 치료의 만족도와 효과를 더욱 높일 수 있는 학문이다.

(8) 테이핑요법(Taping therapy)

근육기능을 바로 잡으며, 혈액림프액의 순환을 좋게하며, 진통효과와 과열의 어긋남을 바로 잡아 건강을 증진시켜 주는 요법이다.

(9) 턱관절(TMJ)

턱관절의 생역학적 균형을 잡아줌으로서 턱관절로 인한 여러 가지 임상증상을 치료하는 학문이다.

IV. 결 론

대체의학(복원의학)은 이제 과학적 방법론에 의해 체계를 정비하고 필요한 연구와 개발을 추진해 나아가 갈 때 과학적의학의 인정과 의료분야에서의 위치를 확실히 할 수 있게 될 것이다.

그러나 전문의료인이 아닌 Paramedical(비의료인)들이 대체의학이라는 미명아래 무책임하고 비 과학적인 시술을 행하고 있고 한국적 사회풍토가 그것을 신비한 비방을 가진 의술로 오인하고 있다는 것이다.

의료인들이 과학적 검증의 부족과 경험에 의존해 온 비 과학적인 시술들을 체계화시키고, 학문적 바탕과 임상실험적인 데이터를 축적 함으로서, 대체의학이 현대의학과 어우러져 상호보완 관계를 이룬다면 보다 더 나은 치료 성공률과 의료비의 절감을 이룰 수 있을 것이다.

우리는 의료의 다양화 추세에 맞추어 열린 마음으로 기존의 의학에 대체의학(복원의학)을 접목시킨다면 보다 더 나은 진료형태를 만들 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

1. Eisenberg DM, Davis RB, Ettner, SL, et al. Trends in alternatil. ve medicine use in the United States, 1990-1997. JAMA. 1998;280(18): 1569-75.
2. James S. Gordon. Alternative medicine & the family physician. American family physician. 1996;54(7):2205-12.
3. 오홍근. 대체의학 시술의 국내현황. 대한의사협회지. 1998;41(12):1222-8.
4. 김태환. 미국의 대체의학의 현황. 대한의사협회지. 1998;41(12):1229-32.
5. white, A.A., panjabi, M.M. (1990) clinical biomechanics of the spine (2nd ed.) Philadelphia, PA. J.B. Lippincott.
6. cox, J.M. (1999) Low back pain. Baltimore, MD. Williams & Wilkins.
7. Bland JH (ed): Disorders of the cervical spine; Diagnosis and medical management, 2nd ed Philadelphia: WB saunders 1994:72-3.
8. Praemer A, Furner S, and Rise DP ; Musculoskeletal conditions in the United states, Park Ridge. American Academy of Orthopedic Surgeons. 1990:3-20.
9. CJA, Chiropractics Journal of Australia, 23(132-135), 1993.
10. Committee on Diet, Nutrition, and Cancer. Assembly of Life Science, National Research council, National: Diet, nutrition, and cancer, National Academy Press, 1982.
11. Chopra D. Quantum healing; exploring the frontiers of mind-body medicine. New York; Bantum Books, 1989.
12. Brunarski DJ. Clinical trials of spinal manipulation; a critical appraisal and review of the literature. J Manipulative Physiol Ther 1985;7: 243-9.
13. Hoehler FK, Tobis JS, Buerger AA. Spinal manipulation for low back pain. JAMA 1981;245: 1835-8.
14. Astin JA: Why patients use alternative medicine. JAMA. 1998;279:1548-53.
15. Sharma, CH.: A Manual of Homeopathy and Natural Medicine. New York : Dutton, 1976.
16. Williams RJ : Nutrition Against Disease. New York, Bantam, 1973.
17. Goodhart RS. Modern nutrition in health and

- disease. Philadelphia, Lea & Febiger Publishers, 1980.
18. Adams R, Murray F. Megavitamine therapy, New York, Larchmont Books, 1973.
19. Plaugher, G. (1996) Textbook of clinical chiropractic, Baltimore, MD. Williams & Wilkins.
20. Cole, A.J., Herring, S.A. (1997) The low back pain handbook Philadelphia, PA. Haneley & Belfins.
21. White, AR: Your aching back: who suffers. 1983:1990:17-27.