KEMA
Kinetic Ergocise based on Movement Analysis

Interesting Articles for KEMA Members

Manual Therapy 18 (2013) 248–253

Contents lists available at SciVerse ScienceDirect

Manual Therapy

journal homepage: www.elsevier.com/math

Original article

Respiratory weakness in patients with chronic neck pain

Zacharias Dimitriadis [a,b,*], Eleni Kapreli [a], Nikolaos Strimpakos [a,b], Jacqueline Oldham [b]

ARTICLE INFO

ABSTRACT

1. Introduction

만성 목 통증을 가진 사람은

호흡 기능도 감소된다?

Respiratory weakness in patients with chronic neck pain.

Man Ther. 2013;18(3):248-253.

만성 목 통증은 현대 사회에서

아주 흔한 근골격계 질환이다.

만성 목 통증은 통증이 증가되었다 감소되었다 하지만 완벽하게 낫기는 매우 힘들다.

목의 통증은 다른 부위에도 영향을 미칠 수 있다. 목의 기능 저하로 인해 어깨 관절에 영향을 미치기도 하고, 신경을 통한 손의 저림 증상이 나타나기도 하며, 두통이 발생하기도 한다. 또한, 최근에는 목의 통증은 호흡의 기능에도 영향을 미칠 수 있다고 한다. 호흡 기능에 어떤 영향을 미치는지 알아보자.

KEMA
Kinetic Ergocise based on Movement Analysis

목뼈와 등뼈는 근골격계적으로, 신경계 적으로 연결되어있다. 그렇기 때문에 목의 통증은 등뼈와 흉곽의 움직임에 영향을 미칠 수 있고, 호흡 기능을 변화시킬 수 있다.

목의 운동성, 머리의 자세, 근육의 기능저하 등은 근육의 불균형, 분절의 불안정성을 야기하고 등뼈와 흉곽의 기능에 영향을 미친다. 이 기능저하는 목빗근(sternocleidomastoid), 목갈비근(scaleni), 등세모근(trapezius)이 모두 흡기 근육이기 때문에, 흡기시 더 두드러진다.

그렇다면 정말 이런 기능저하가 호흡 기능의 약화를 가져올까?

KEMA
Kinetic Ergocise based on Movement Analysis

만성 목 통증이 있는 사람을 대상으로 다음과 같은 항목을 측정하였다.

Maximal mouth pressure

(최대 흡기압(maximal inspiratory pressure;MIP) +

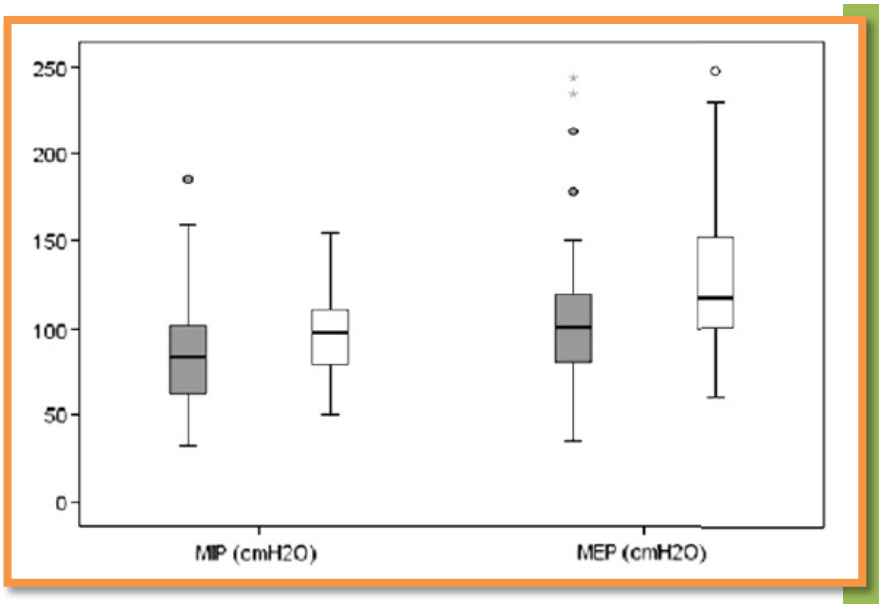
최대호기압(maximal expiratory pressure;MEP))

목 굽힘근과 목폄근의 최대 힘

Neck Disability Index(NDI)

Visual Analogue Scale(VAS)

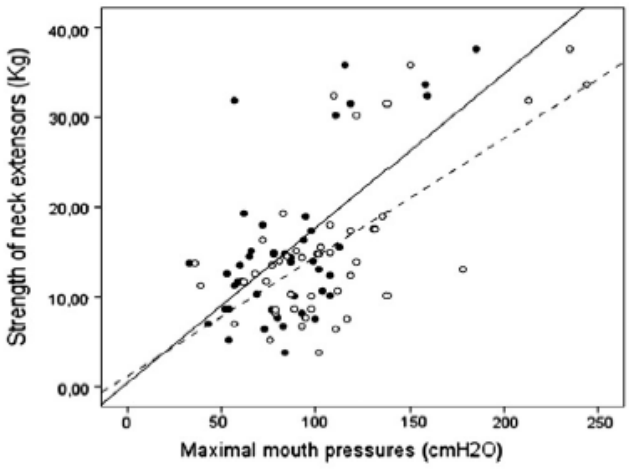
*결과

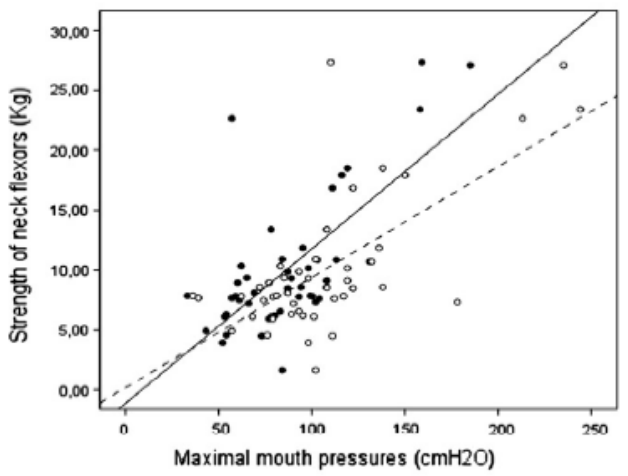


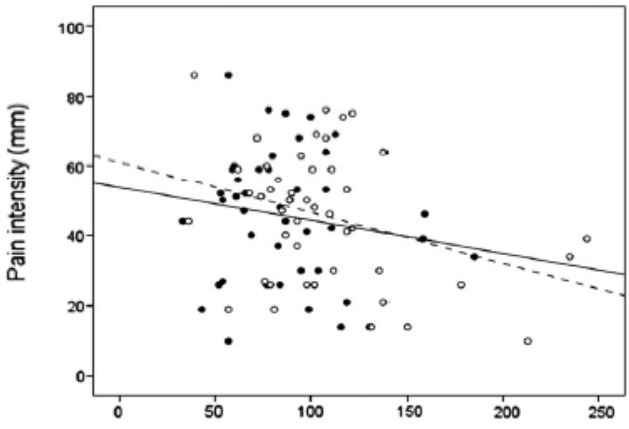
만성 목 통증이 있는 사람들은 MIP와 MEP가 건강한 대상자에 비해 낮았다.

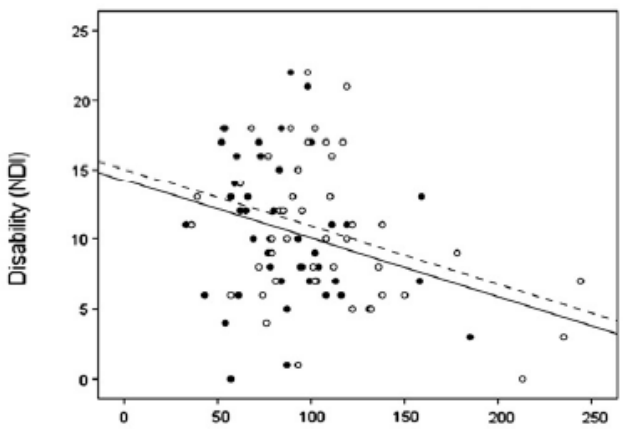
*회색: 만성 목 통증 대상자/흰색: 건강한 대상자

KEMA
Kinetic Ergocise based on Movement Analysis









*검은점과 실선 – 최대흡기압 / 흰점과 점선 – 최대호기압

- **목 굽힘근, 목 폄근의 근력**이 증가할 수록

  최대 호기압과 최대 흡기압이 증가하는 것을 알 수 있다.

- **통증의 강도와 NDI 점수**가 높을수록

  최대 흡기압과 최대 호기압이 감소되는 것을 알 수 있다.

KEMA
Kinetic Ergocise based on Movement Analysis

이 연구는 만성 목 통증을 가진 사람을 대상으로 만성 목 통증으로 발생될 수 있는 잠재적인 호흡 기능 약화에 관해 알아보는 연구이다. 만성적으로 목의 통증이 있으면 목 주변 근육의 불균형이 발생되고 이러한 영향은 등뼈와 흉곽을 조절하는 기능 또한 저하시키게 된다. 그 결과 최대흡기압과 최대호기압이 감소되어 **호흡의 기능 약화**가 발생된다는 것을 알 수 있다.

만성 목 통증이 있는 사람은 목 근육의 기능이 저하되고, 이는 호흡의 기능도 동반하고 있기 때문에, 호흡 기능 저하에 영향을 미치게 된다. 따라서 이러한 결과는 만성 목 통증이 있는 환자에게 재활 치료를 할 때 호흡 치료도 포함하는 것을 추천한다.

라고 이 논문을 근거로 이야기할 수 있을 것이다.

-KEMA 책임 연구원 안선희-

-문의사항은 KEMA 홈페이지 기사에 댓글로 남겨주세요-

KEMA
Kinetic Ergocise based on Movement Analysis