영화 〈그린북〉은 인종차별이 극심했던 시기 흑인 피아니스트 '돈 셜리(마허샬라 알리 분)'와 백인 운전사 '토니 발레롱가(비고 모텐슨 분)'가 쌓아가는 우정을 그린다. 완벽한 천재 뮤지션인 돈 셜리는 백악관을 비롯해 미국 전역에서 콘서트 요청을 받는 피아니스트다. 단, 돈 셜리처럼 손가락을 과도하게 쓰는 피아니스트들은 손목 건초염과 같은 직업병에 시달리기 쉽다.

글 편집실

손가락을 과도하게 쓰는 피아니스트에게 나타나기 쉬운 병

영화 〈그린북(2019)〉을 통해 본 손목 건초염

인종차별 만연한 시절, 두 남자가 쌓은 우정 실화

1962년 미국, 뉴욕에 사는 토니 발레롱가는 나이트클럽 경호원으로 일하며 하루하루 생계를 이어나간다. 갑자기 실직 통보를 받게 된 토니 발레롱가는 구직 중 천재 피아니스트 돈 셜리의 운전기사 면접을 보게 된다. 백악관에도 초청되는 등 미국 전역에서 콘서트 요청을 받으며 명성을 떨치고 있는 돈 셜리는 위험하기로 소문난 미국 남부 순회공연을 떠나기로 하고, 투어 기간 동안 자신의 경호원 겸 운전기사로 토니 발레롱가를 고용한다.

말보다는 주먹이 앞서는 다혈질의 토니 발레롱가와 교양과 기품을 지키며 살아온 돈 셜리. 생각, 행동, 말투, 취향까지 달라도 너무 다른 두 사람은 그들을 위한 여행안내서 '그린북'에 의존해 특별한 남부 투어를 시작한다. 그린북은 흑인 여행자들이 이용 가능한 숙박시설, 식당, 주유소 등 편의시설 정보가 담긴 일종의 여행 안내서이다. 돈 셜리는 뛰어난 재능을 가졌음에도 연주 투어 내내 흑인이라는 이유로 차별을 당한다. 심지어 그의 초청공연을 여는 미국 남부 앨라배마 주 버밍엄의 호텔 측은 관행이라며 식당에서 흑인인 돈 셜리의 식사를 거절한다.

닮은 점이라곤 조금도 없는 두 사람은 8주간의 미국 남부 콘서트 투어를 거치며 성격, 취향을 뛰어넘어 특별한 우정을 쌓아가기 시작한다. 영화를 더 감동적으로 만드는 것은 해당 이야기가 실화를 바탕으로 한 것. 실제 두 사람의 우정은 50년 가까이 계속되었다.

또 하나 이 영화에서 빠질 수 없는 것은 연주에 열중하는 돈 셜리의 아름다운 피아노 선율이다. 그러나 돈 셜리처럼 꾸준히 손목을 쓰는 피아니스트에게는 '손목 건초염'이 찾아오기 쉽다.

손목이 붓고 욱신욱신 쑤신다면 건초염 의심해봐야

2017년 4월 일명 중국의 모차르트라 불리는 유명 피아니스트 랑랑은 '이 병' 때문에 갑작스럽게 종적을 감췄다. '20세기 클래식 음악계의 황제'라 불리는 지휘자 헤르베르트 폰 카라얀도 '이 병'으로 인해 피아니스트의 꿈을 포기해야만 했다. 정답은 바로 '건초염'이다.

손목 건초염은 손목 관절 주변 힘줄에 염증이 생기는 질환으로 엄지손가락 기저부에서 흔하게 발생한다. 관절 운동 시 염증이 생긴 힘줄 부위에 통증이 오거나 부종이 생기며 주로 손목이 붓고 욱신욱신 쑤시는 증상을 동반한다.

손목 건초염은 서서히 진행되는 질환이기 때문에 자각증상이 동반되는 경우가 많지만, 대다수가 가벼운 근육통으로 생각하고 방치해 상태를 악화시키는 경우가 많다. 계속 방치할 경우 나중에는 물건을 잡아도 감촉을 느끼지 못하거나 물건을 쥐다 떨어뜨리는 상태까지 발전하기도 한다.

질병을 치료하기 위해서는 먼저 손가락, 손목을 무리하게 사용하는 일을 줄여야 한다. 초기 치료는 염증 반응을 감소시키는 것으로, 원인 요소를 제거하고 소염제, 휴식, 냉찜질, 초음파 등의 치료를 하면 된다. 다행히도 환자 중 상당수는 수술적 치료를 하지 않아도 이 질환을 잘 극복한다.

손목 건초염이 의심되나요? 체크해보세요!

- ☐ 엄지손가락 끝부분에서 내려오는 손등 중간의 움푹 팬 곳을 눌렀을 때 통증이 있다.
- ☐ 일상생활에서 손목이 자주 저리고 아프다.
- ☐ 주먹을 쥔 상태로 손목을 돌리거나 비트는 동작을 할 때 엄지손가락 부근의 손목 관절에서 통증이 느껴진다

※자가진단 체크리스트 중 1개 이상의 증상이 뚜렷하게 나타난다면 손목 건초염을 의심해볼 수 있다. 증상을 느꼈다면 병원을 찾고 관리에 힘쓰는 것이 좋다.

TIP

손목 건초염, 이렇게 예방해요!

- 평소 관절이나 근육을 강화시키는 운동을 자주 한다.
- 어쩔 수 없이 반복 동작을 해야 할 때는 틈틈이 휴식을 취해 손가락을 스트레칭 하거나 돌려준다.
- 뜨거운 수건으로 손목 찜질을 자주 해준다.