

같이 보기

: 미디어 속 직업병

오랜 시간 동안 긴장된 상태로 손가락을 구부린 채로 일하는 사람들은 손, 그중에서도 특히 손가락 관절에 관절염이 생기는 방아쇠 수지 증후군을 조심해야 한다. 손가락이 잘 펴지지 않아 일상생활에도 지장이 생기기 때문이다.

글 편집실



염증으로 손가락 힘줄이 퇴행하는 '방아쇠 수지(Trigger Finger) 증후군'

영화 <전국노래자랑(2013)>



우리 이웃들의

소소한 사연들이 모이는 —— 무대

국민 장수 TV 프로그램인 전국노래자랑이 김해시에서 열리게 된다. 이 소식에 다양한 사연을 가진 참가자들이 전국노래자랑에 나가기 위해 예선에 참여하게 된다. 음치인 시장이나 할아버지하고 살고 있는 어린 손녀, 짝사랑하고 있는 회사 동료와 함께 회사 제품을 홍보하려고 참여하는 직원까지 다양하다. 그중에서도 오랫동안 가수의 꿈을 품고 있었던 봉남 역시 예선에 참가한다. 그는 젊은 시절 가수가 꿈이었고, 아내인 미애는 그 모습이 멋있어서 가수가 될 때까지 뒷바라지하겠다고 했다. 그러나 오랜 시간이 흐른 지금은 낮에는 미용실을 하고 있는 미애를 도와 미용사 보조를 하고 밤에는 대리운전을 하며 살아가고 있다. 가게 월세와 생활고에 쪼들리는 미애는 남편인 봉남이 더 이상 헛된 꿈을 좇지 말고 미용 자격증을 따서 번듯하게 살아가길 바랄 뿐이다. 그러나 봉남은 전국노래자랑에 참가하고 싶어 아내 몰래 예선에 참가했고 합격해 본선까지 진출하게 된다. 덕분에 동네 아주머니들 사이에서 인스타그램로 등록하게 된 봉남. 하지만 미애는 본선에 가지 말라고 말한다. 본선 당일 미용사 자격시험이 있는 날이기 때문이다. 과연 본선 당일날 봉남은 전국노래자랑에 나갈 수 있을까. 여러모로 걱정이 많지만, 사실 봉남이 더 중요하게 걱정해야 하는 것이 있다. 아내 미애는 미용사이기 때문에 방아쇠 수지 증후군에 걸리기 쉽다는 것이다.

방아쇠를 당기는 것처럼

손가락이 구부러지는 —— 통증

봉남과 미애처럼 손을 많이 사용하는 미용사나 요리사는 방아쇠 수지 증후군이라는 질환에 걸리기 쉽다. 방아쇠 수지 증후군은 손가락 힘줄에 생긴 종창으로 손가락을 구부렸다가 다시 펴려고 할 때 쉽게 펴지지 않아 힘을 주면 힘줄이 마찰을 받아 ‘딱’ 하는 소리가 나면서 통증을 느끼는 질환이다. 급성일 땐 손바닥뼈

힘줄로 인한 심한 마찰이 일어난 부위에 염증성 변화가 나타나지만 만성일 땐 염증이 거의 없이 힘줄에 퇴행성 변화가 나타나는 특징이 있다. 보통 오랫동안 긴장 상태로 손가락을 구부린 채로 일하거나 반복사용으로 굴곡근의 과도한 긴장이 지속되는 경우, 방아쇠 모양의 손가락은 건에 결정(nodule)이 생겨 두꺼워지면서 생기거나 인대가 두꺼워져서 생길 수도 있다. 대부분 미용사나 요리사처럼 오랜 시간 긴장 상태로 손가락을 구부린 채 일하거나 손잡이가 달린 기구, 운전대 등을 장시간 손에 쥐는 직업을 가진 사람들에게 많이 발생하며 특히 손가락 움직임이 많은 3, 4번째 손가락이 주요 발생 부위다. 방아쇠 수지 증후군은 대부분 손가락이 잘 펴지지 않고 손바닥과 손가락이 연결되는 관절 부위에 통증이 발생하거나 붓는다. 또한 힘줄에 염증이 생기면 손가락을 펴거나 구부리려고 할 때 걸리는 듯한 느낌이 들다가 권총의 방아쇠를 당기는 것처럼 손가락이 튀기듯 펴지는 증상이 나타나기도 한다. 🍷

방아쇠 수지 증후군 증상 및 치료법

증상

- 아침에 손이 뻣뻣해지고 강직되는 느낌이 든다
- 손가락을 구부리거나 펼 때 걸리는 듯한 느낌이 든다
- 손가락의 손바닥쪽을 누르면 통증이 느껴진다
- 심한 경우 손가락이 굽혀지지 않거나 펴지지 않는다

치료

- 비수술적 치료법: 증상이 경미한 경우 손가락을 움직이지 않고 안정을 취한다. 수면 중 손가락 구부러짐과 잠김을 방지하기 위해 보조기를 착용한다. 약물치료와 물리치료를 병행하며 호전이 안 될 경우 스테로이드 주사로 염증을 완화한다.
- 수술적 치료법: 손바닥의 작은 절개를 통해 힘줄이 지나가는 통로를 확보해주는 간단한 수술을 시행한다. 수술 이후에는 힘줄 통로에 마찰이 사라져 염증이 완화된다. 만약 오랜 시간 손가락 중간 마디를 제대로 못 펴는 경우 관절에 무리가 가서 수술 후에도 통증이 지속될 수 있다.