

2021
winter
vol.01

PEOPLE INSIDE
PHOTO
INFOGRAPHICS
SPECIAL
MEDIA ARTICLE

RETURN TO PLAY

2021 winter vol.01

·04·

PEOPLE INSIDE

원장 7인 인터뷰

·26·

PHOTO

병원 둘러보기

·44·

INFOGRAPHICS

환자통계
서비스 만족도
사내교육
연구활동

·54·

SPECIAL

이정필 KATA 사무총장 기고문
한덕현 중앙대 교수 기고문

·60·

MEDIA ARTICLE

2021 병원소식

PEOPLE INSIDE

IN PEOPLE OUT

김진수 병원장

금정섭 병원장

차민석 병원장

박진식 원장

이용석 원장

이은채 원장

이건승 원장

01

정형외과 김진수 병원장

내 선수, 내 자식, 내 부모를 믿고 맡길 수 있는 병원

전문분야

족부/족관절 정형외과, 하지골절, 근육, 인대, 연골손상, 발목관절경, 인공관절 무지외반증, 당뇨병성 족부 질환 등

약력

現) 세종스포츠정형외과 정형외과 원장
국제올림픽위원회 IOC 인증 스포츠 전문의
(IOC diploma in sports medicine)
국제축구연맹 FIFA 인증 스포츠 전문의
(FIFA Diploma in Football Medicine)
前) CM병원 정형외과
前) 을지병원 족부정형외과 부교수

학회 및 연수

대한 정형외과학회 정회원
대한 스포츠의학회 정회원
대한 농구 협회 의무이사
대한 선수트레이너협회 이사
대한 족부족관절학회 정회원
대한 관절경학회 정회원
K리그 의무위원회 위원
ABA 의무위원회 위원

수상

2013 GOTS fellow (유럽스포츠 의학회)참석
2013 대한족부족관절학회 학술우수상
2014 AOFAS travelling fellow award(미국 족부학회)
2015 대한정형외과학회 학술장려상(기초)
2016 마르퀴스 후즈후 인명사전 등재
2017 대한스포츠의학회 최우수연제상



세종스포츠정형외과에서

2년을 보낸 소감이 어떠신가요?

정형외과 의사가 되고 나서 가장 다이나믹한 2년을 보냈습니다. 여러 가지 환자에게 필요하고, 편리한 진료를 할 수 있도록 만드는 것이 목표였는데, 개원 시 준비를 열심히 했지만, 모자란 것을 갖추는 것에는 시간과 노력, 구성원 간의 조율이 많이 필요하였습니다. 시간이 어떻게 지나가는 줄도 모르고 지나갔군요. 아직 보내야 할 시간이 너무 많이 남아서, 이제 학교 입학한 소감을 물어보는 것과 같은 것이라, 얼떨떨하고, 더 열심히 해보겠습니다. 이런답밖에 못하겠군요.

DEFIARITY

원장님이 보시는 다른 두 원장님을 소개해주세요

진짜 정형외과 3명이 모였는데, 이렇게 성격 좋은 사람으로만 만나기 힘들니다. 다들 성격은 달라서, 한집에 엄마, 아빠, 삼촌이 같이 사는 것을 상상하면 딱 맞을 것 같네요. 누가 누구인지는 상상에 맡깁시다.

세분이 언제 만나셨고, 어떻게 개원하게 되었는지 궁금합니다

세 명의 공통분모는 국군수도병원입니다. 성남시 분당구에 있는 한국에서 가장 크고 중심이 되는 국군 병원이죠. 금원장님이 먼저 계셨고, 제가 국군함평병원에서 수도병원으로 이동을 하면서 처음 만났습니다. 그때도 금원장님이나, 저나 군

병원 내에서는 소위 '인싸'였습니다. 수술도 많이 하고 환자도 잘 보는 것으로 유명세를 가지고 있었습니다. 차원장님은 제 학교 후배인데, 제가 제대를 할 때 아이티 파병을 갔다가, 수도병원으로 합류를 해서 수도병원 패밀리가 완성이 되었습니다. 저희 3명뿐 아니라, 그 당시 수도병원에 같이 복무했던 다른 군의관 선생님들은 지금도 한 번씩 만나는 막역한 사이입니다.

요리를 잘하신다고 들었습니다!

제일 자신 있는 메뉴와 그 음식을 해주고 싶은 직원이 누구인가요?

?? 금시초문입니다. 제가 인스타그램에 음식 사진을 좀 올려서 그런 모양입니다. 인스타는 원래 음식 사진 올리기 전용 아닌가요!

맛을 보장할 수는 없을지도~

제가 라면천국이라고 다음 카페 초창기 멤버인데, 라면은 잘 끓일 수 있을 것 같습니다. 웬만한 라면은 거의 다 먹어보는데, 요즘은 종류가 너무 많이 나와서 따라가기가 힘들 군요. 최근 가장 좋아하는 라면은 참깨라면이긴 하지만, 안성탕면에 해물톡톡을 넣어서 건더기를 많이 만들어 먹는 것도 맛납니다. 팔팔 끓는 물에 조리여에 맞추어서 그릇에 담아 먹기 직전까지 시간을 계산해야 쫄깃쫄깃한 면발로 시작해서 점점 익어가는 면발을 경험할 수 있습니다. 저희 병원이 인스타 '병원맛집'으로 유명인데, 김치가 항상 딱 적당히 익어 있어서 너무 좋습니다. 요즘 병원맛집 운영중인 영양사님께 제가 라면 한 그릇 끓여 드리고 싶네요.

앞으로 만들어가고 싶은 세종스포츠정형외과와 그 이유는 무엇인가요?

앞으로 만들어 가고 싶은... 이미 만들어오고 있는 세종스포츠 정형외과라고 해야 할 것 같습니다. 우리가 만들어가고 있는 비전과 핵심목표가 변해서는 안 되겠죠. 포토존 공사를 하기 전 그곳에 적혀 있던 촌스러운 말, '내 선수, 내 자식, 내 부모를 믿고 맡길 수 있는 병원을 만드는 것' 그것이 핵심 목표이며, 그 과정에서 스포츠 의학을 환자에게 접목시켜서 더욱 빠르게 운동복귀를 시키는 것, 일상으로 복귀를 시키는 것이 병원의 이념, vision입니다. 스포츠 의학 교과서도 운동선수를 치료하면 빠르게 운동을 다시 시작할 수 있도록 도움을 주어야 하고, 치료 및 관리가 더 정밀하게 발전됩니다. 여기에서 발견된 치료와 재활 원리를 일반인에게 적절히 적용해서 일상으로 더 빨리 복귀할 수 있는 치료를 시행할 수 있습니다.

02

정형외과 금정설 병원장

근거중심의 진단과 객관적인 치료

SPORTS
SHOULDER / ELBOW
TREATMENT

전문분야

어깨/팔꿈치/상지의 스포츠 손상 및 퇴행성 관절 질환,
관절내시경, 인공관절 및 스포츠 외상 치료 등

약력

現) 세종스포츠정형외과 정형외과 원장
국제축구연맹 FIFA 인증 스포츠 전문의
(FIFA Diploma in Football Medicine)
前) 제일정형외과병원 관절센터장
前) TV조선 임마의 봄날 주치의
건국대학교 의학전문대학원 외래부교수
건국대학교병원 정형외과 어깨 및 스포츠손상 센터 임상교수

학회 및 연수

2021 The Kerlan-Jobe Orthopaedic Clinic 연수
대한정형외과학회 정회원
대한건주관절학회 정회원
대한정형외과스포츠의학회 정회원
대한스포츠의학회 정회원
대한관절경학회 정회원
대한정형외과초음파학회 정회원

수상

건국대학교 병원 우수전공의상
국군수도병원 군의관 표창
2007 APOA(Asia Pacific Orthopedic Association)
Seoul award 수상
2007 10th ICSES(International Congress of
Shoulder and Elbow Surgery) 발표

Sejong's Evidence-based Sports

Sejong's Evidence-based Sports

세종스포츠정형외과에서 2년을 보낸 소감이 어떠신가요?

정말 2년이 어떻게 지나갔는지도 모르게 금방 지나갔습니다. 나이가 들수록 시간이 점점 빨리 가는 것 같네요. 세종스포츠와 함께한 시간동안 병원은 발전해 왔고 저희가 목표한 바를 이루기 위해 달려온 시간이라는 생각이 듭니다. 동시에 저 개인적으로는 그 전과는 다르게 또 다른 단계로 올라서는 시간이 되었다고 생각하고요. 보다 깊이 있고 전문적으로 스포츠의학에 매진하며 경험을 발전시키고, 다양한 선수들과 환자들에게 도움을 줄 수 있어 보람찼던 2년이었습니다.

원장님이 보시는 다른 두 원장님을 소개해주세요

개원을 위해 처음 3명이 모였을 때 모두 순둥순둥한 부드러운 성격이라서 약간 걱정이 들기는 했습니다. 하지만 알면 알수록 명석하고 똑심 있는 모습들을 보면서 이제는 걱정 같은 것은 전혀 안 해도 될 것 같습니다. 김원장님은 판단력이 빠르고 매우 명석한 점이 진료나 병원 경영에도 반영되어 우리 병원에서 믿음직하게 중심역할을 너무나 잘 해오고 있으며, 차원장님은 똑심 있고 현명한 판단으로 속도조절이나 절충을 하며 여러 부서들을 조화롭게 이끄는데 중요한 역할을 하고 있습니다. 다행한 점은 성격도 누구 하나 모나지 않고, 합리적인 사고를 가지고 있기에 중요한 의사결정이 그리 어렵지 않습니다. 두 원장에게 지식이나 일 처리 측면에서 배울 점이 많았고, 이를 통해서 나 자신도 서서히 발전해 나가고 있습니다.

세분이 언제 만나셨고, 어떻게 개원하게 되었는지 궁금합니다

저희 3명은 국군 수도병원 출신이라는 공통 분모가 있습니다. 저 같은 경우에 전문의를 마치고 어깨 및 팔꿈치, 스포츠 의학을 세부전공한 이후 군 종견의로 군복무를 시작할 수 있었고 또 운이 너무나도 좋게 첫 해부터 군 최고 병원인 국군 수도병원에서 근무할 수 있었습니다. 국내 최고의 트레이닝을 받고 모인 각 관절 전문의들이 모여서 서로 배우고 적용하고 할 수 있는 유익한 시기였고, 김진수 원장님도 그 때 만나게 되었죠. 김원장님이 국군 함평병원에서 3년차에 수도병원으로 오시게 되어 같이 생활하면서 서로 진료 및 수술하는 모습도 공유할 수 있었고 족부에

대해서도 많은 배움을 얻을 수 있었습니다. 차원장님도 제가 전역하고 수도병원으로 오셨는데 뛰어나다는 소문을 익히 들어 알고 있었죠. 제가 김진수 원장보다 1살이 많은데 그럼에도 선배 같은 선생이었고, 술을 잘 못 마시는 저에게 회식 때마다 술을 먹일 수 있는 유일한 사람이었죠. ㅎㅎ

8월 말 부터 11월 초까지 LA 컬란조브 연수를 다녀오셨는데, 그 곳에서 보고 느낀 부분이 있다면요?

개원 초부터 스포츠의학의 선두에 있는 미국 LA의 컬란-조브 클리닉에 가보고자 계획을 세웠지만 코로나-19의 영향으로 미뤄졌었습니다. 최근 연수를 가기로 결심하고 떠날 수 있도록 도와준 두 원장님과 병원 식구들에게 감사를 표합니다. 지금까지 10년 이상 어깨 및 팔꿈치 관절, 스포츠 손상에 대한 치료를 해오던 자신만의 방법에 일부 업그레이드 패치가 적용된 느낌입니다. 또한, 그동안의 진료가 바람직한 방법이었고 '나의 수술 술기가 뒤떨어지지 않구나'라는 것을 느끼게 되었습니다. 이번 연수를 통해 본원의 진료 및 수술, 재활에 있어서 전문적인 재활 기술 및 수술법을 적용하여 보다 빠른 경기 및 일상으로의 복귀를 추구하는 발판이 될 것으로 생각합니다. 이미 많은 부분이 동일 선상에 있고 발전적으로 운영되고 있어서 큰 변화를 바라고 적용할 부분은 별로 없지만 재활 파트와의 소통 및 개인별 차별화를 통한 복귀의 속도조절을 본원 사정에 맞게 컬란-조브의 시스템에 기초하여 발전시키고 싶습니다.

앞으로 만들어가고 싶은 세종스포츠정형외과와 그 이유는 무엇인가요?

우리 3명의 원장이 처음 뜻을 모아 세종스포츠의 길을 걷기 시작한 가장 큰 이유는 국내에 제대로 된 스포츠 의학 전문 기관을 만들어 보고자 함이었습니다. 병원의 경영 및 수익 창출도 물론 중요하지만 지속적인 발전 및 투자를 통해서 스포츠를 좋아하고 실제로 경험하는 선수 및 일반인들이 정확한 근거 중심의 진단 및 객관적이고 우수한 치료를 받을 수 있도록 하는데 목표를 두고 있습니다. 이를 통하여 일상 및 경기로의 복귀를 빠르게 할 수 있도록 하는 시스템을 구축하여 한 세대에 그치지 않는 오래도록 지속 가능하여 일반인들과 선수들에게 꾸준한 도움이 될 수 있는 병원으로 자리잡는 것을 목표로 하고 있습니다.

03

정형외과 차민석 병원장

최소한의 검사를 통한 정직한 치료

전문분야

스포츠손상 및 재활, 십자인대 재건, 반달연골수술,
관절내시경, 인공관절수술, 고관절, 무릎,
발 및 발목질환, 단지증, 무지외반증 등

약력

現) 세종스포츠정형외과 정형외과 원장
국제축구연맹 FIFA 인증 스포츠 전문의
(FIFA Diploma in Football Medicine)
스포츠의학 분과 전문의
(대한스포츠의학회, Board certified specialist in sports medicine)
前) 새움병원 정형외과 원장
前) MINUSTAH(유엔 평화유지군 군의관)
前) 육군사관학교 병원 정형외과 과장
前) 국군수도병원 정형외과 과장

학회 및 연수

대한정형외과학회 정회원
대한스포츠의학회 정회원
대한슬관절학회 정회원
대한족부관절학회 정회원
대한운동사협회 정회원

수상

2014 AOFAS travelling-
fellow award(미국족부정형외과학회) 무지외반증 발표
2015 아시아고관절관절경학회 연수
2016 유럽정형외과학회(EFORT) 단지증 발표
2018 Isokinetic Football Conference 학회 참석
2019 Zimmer 인공슬관절학회 참석
2019 FIFA Football Medicine Conference 학회 참석





세종스포츠정형외과에서 2년을 보낸 소감이 어떠신가요?

2년이라는 시간이 금방 지나갔습니다. 개원 후 코로나라는 큰 시련이 있었지만 모든 직원들이 열심히 도운 덕분에 잘 극복한 것 같아, 이 자리를 빌어 감사의 인사를 드립니다. 또한, 병원에서 진료받은 많은 환자분들께서 직원들이 모두 친절하고 능동적이어서 기분이 좋았다는 말씀을 자주 들어서 기쁜 마음이 더 큰 것 같습니다. 병원에서 저만 더 열심히 하면 될 것 같은 생각이 드네요^^ 앞으로도 직원 여러분 잘 부탁드립니다!

원장님이 보시는 다른 두 원장님을 소개해주세요

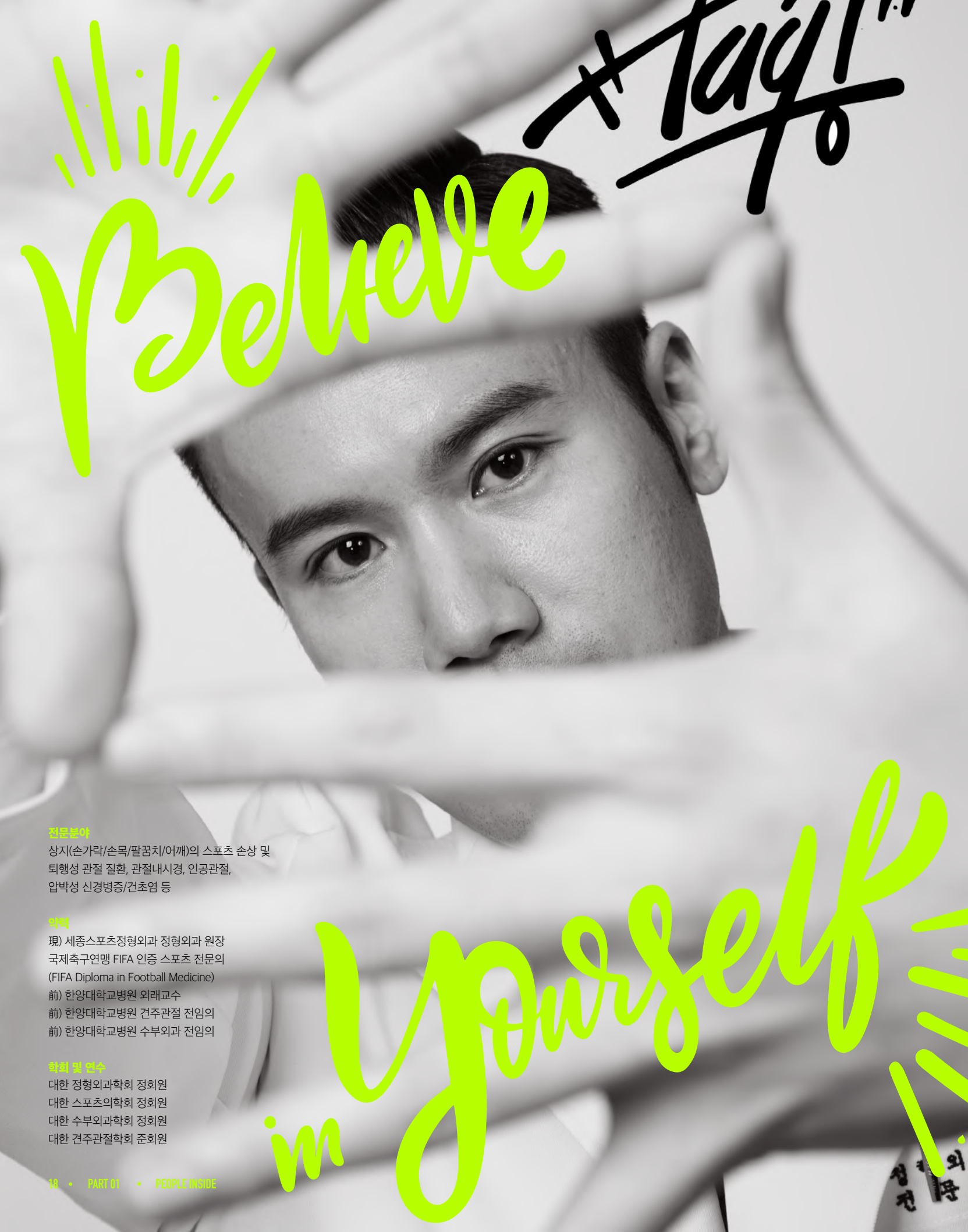
금정섭 원장님은 “외유내강” 이라고 표현하고 싶습니다. 일을 하시거나 진행할 때 합리적이고 상대방의 말을 충분히 듣고 말씀을 하시기 때문에 더 신뢰가 가고 믿음이 가는 분입니다. 김진수 원장님은 누구나 알고 있었지만 넘치는 지적 호기심과 에너지로 병원 전체에 활력을 불어넣고 항상 발전할 수 있는 동기부여를 주는 분입니다. 제가 오래전에 김진수 원장님을 만나지 않았다면 아마도 저는 “평범한 의사”가 되었을 지도 모르겠네요. 저의 롤 모델이자 앞서고 싶은 원장님입니다.

병원 직원들에게 추천해주고 싶은 여행지가 있으신가요?

짧은 일정은 일본을, 긴 일정에는 스페인을 추천합니다. 물론, 일본은 역사적으로 문제가 있는 곳이지만 손님에 대하는 모습 등을 통해 그들의 장인 정신과 같은 부분은 우리에게도 배울 점이 있는 여행지라고 생각합니다. 그리고 스페인은 음식도 맛있고 가격도 합리적이고 다른 유럽과 달리 밤늦게까지 즐길 수 있는 곳들이 많아 항상 즐겁습니다. 저는 항상 여행을 가면 아침에 주변을 버스 타고 다니다가 걸어서 산책을 하기도 하고 시장 투어를 가장 좋아하는데 그 이유는 시장을 통해 그 나라 사람들의 일상과 문화를 가까이에서 지켜볼 수 있기 때문입니다. 여러분들도 여행을 많이 다니시면서 다양한 문화와 사람들의 삶을 보면서 행복감을 느끼길 바랍니다.

앞으로 만들어가고 싶은 세종스포츠정형외과와 그 이유는 무엇인가요?

좀 더 구체적이며 단기 목표는 한국에서 No1 스포츠의학 병원을 만드는 것이며 중기 목표는 아시아 No 1이고 최종 목표는 “일상이 스포츠다” 에서처럼 운동선수가 아닌 분들도 스포츠의학 병원하면 세종스포츠를 떠올리게 하는 것입니다. 거기에 더 큰 바람이 있다면 우리 직원들도 병원을 자랑스러워하고 가족이나 친구를 소개할 수 있는 병원이 되는 것입니다.



전도분야

상지(손가락/손목/팔꿈치/어깨)의 스포츠 손상 및 퇴행성 관절 질환, 관절내시경, 인공관절, 압박성 신경병증/건초염 등

약력

現) 세종스포츠정형외과 정형외과 원장
국제축구연맹 FIFA 인증 스포츠 전문의
(FIFA Diploma in Football Medicine)
前) 한양대학교병원 외래교수
前) 한양대학교병원 건주관절 전임의
前) 한양대학교병원 수부외과 전임의

학회 및 연수

대한 정형외과학회 정회원
대한 스포츠의학회 정회원
대한 수부외과학회 정회원
대한 건주관절학회 준회원

04

정형외과 박진식 원장

나 자신에게 부끄럽지 않은 치료를 하자

안녕하세요, 세종스포츠클에서 수부상지 질환을 담당하고 있는 박진식 원장입니다. 저는 부산에서 유년기와 학창시절을 보낸 부산산나이 입니다. 대학 입학 때 서울로 상경하여, 한양대학교 의과대학을 졸업했습니다. 서울 생활 15년차로 이제 서울사람이 다 되었습니다. 의사, 전공의, 전문의 생활을 줄곧 한양대에서만 해 왔습니다. (군대를 제외하고는). 그러다가 운이 좋게도 1년 전에 세종스포츠클 정형외과에 입성(?) 하게 되었습니다. 종교는 천주교이며, 정치성향은 비밀이고, 취미는 테니스, 축구, 독서, 영화감상 등으로 다양합니다. 특기는 손 봐주기...^^ 그리고 아직 미혼입니다. 잘 부탁드립니다!

의사로서의 목표와 의료철학이 궁금합니다

가장 중요한 점은, 제가 의사로서 진료와 수술을 하면서 항상 즐겁고 행복했으면 좋겠습니다. 저는 제가 환자의 마음에 잘 공감하며 원하는 바를 잘 이해하고 제 손으로 문제를 “잘” (제일 중요) 해결해 주었을 때 명확하게 행복하다는 것을 느낍니다. 이런 종류의 충족감을 유지하며 평생 의사생활을 하는 것이 가장 근본적인 목표입니다. 그러기 위해선 실력은 기본이고, 오로지 환자만 생각할 수 있는 환경 속에서 일하는 것이 중요한데 그런 점에서 저희 병원은 최고의 병원이라 자부합니다. 의료철학은 “나 자신에게 부끄럽지 않은 치료를 하자.” 입니다.

수부상지외과를 선택하게 된 계기는 무엇인가요?

전공의 시절에는 외상, 척추, 고관절처럼 큰 관절(Large joint) 이 좀 터프한 느낌이 들어서 더 좋아했었습니다. 수부 파트는 너무 섬세하고 어렵고 쪼잔하게(?) 느껴졌습니다. (솔직히 상지가 싫었어요) 그러다 전공의 3년 차 때쯤, 상지 담당 교수님 파트를 돌면서 논문을 하나 썼습니다. 교수님께서 “잘 썼다. 군대 다녀와서 펠로우까지 하렴” 이라고 하셨는데 그게 은근 기억에 남았던 것 같습니다. 근데 막상 교수님은 기억도 전혀 못하시던데...어느 관절을 선택했어도 나름의 재미와 보람과 고충이 있었겠지만, 수부 파트만이 가진 섬세함과 매력이 무궁무진하고, 또 수부상지외과를 선택했기 때문에 맺게 된 좋은 인연들(세종스포츠클 포함)에도 감사할 따름입니다.



RETURN TO HEALTH

세종스포츠 정형외과에서 내과 진료를 담당하고 있는 이용석 원장입니다. 경희대병원 소화기내과에서 수련 받고 우리 병원에 입사하여 외래 및 입원환자 분들의 고혈압, 당뇨, 고지혈증 같은 만성질환을 포함하여 여러 내과적 질환과 더불어 위,대장내시경의 시행 그리고 백신 접종 등 여러가지 진료를 행하고 있습니다.

의사로서의 목표와 의료철학이 궁금합니다

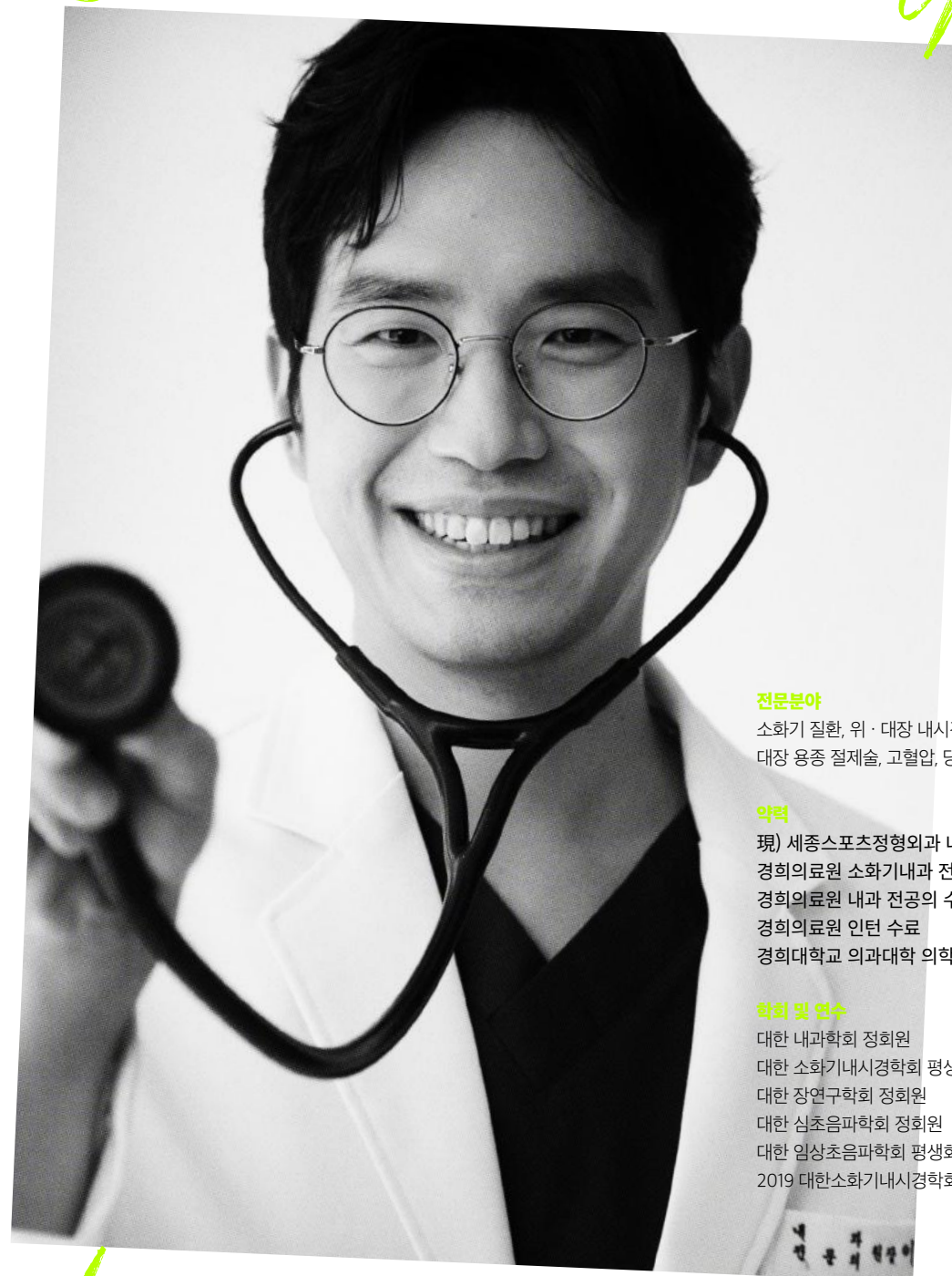
세종스포츠 정형외과의 목표는 RTP(Return to play, 원래 이전의 상태로 돌아감)을 목표로 하고 있습니다. 저 역시 내과적으로 질병의 상태에 계신 여러분들을 이전의 건강한 상태로 돌아가게 하는 것이 의사로서의 목표입니다. (Return to health) 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 심장질환처럼 발병하면 발병 이전 상태로 돌아가기 힘든 만성 질환의 경우에는 환자분과 생활습관, 운동, 식이 등을 체크하고 상의하면서 가장 적절한 치료를 받아서 일상생활에 불편함이 없도록 최선의 치료를 하고 있습니다. 의사와 환자의 관계는 치료에 있어서 의사가 보조이고 환자가 주가 되는 것이라고 생각합니다. 그 이유는, 의사가 아무리 좋은 약을 환자분에게 처방하여 드린다고 해도 환자분의 협조가 없다면 치료는 절대 되지 않기 때문입니다. 진료실에서 만나게 되는 여러 환자분들에게 제가 항상 강조하여 말씀드리는 부분입니다.

다이어트 하길 잘했다고 생각하는 순간은 언제 인가요?

병원에서 전공의 수련하면서 많은 환자들을 치료했지만 정작 제 자신의 건강은 돌보지 못했고 과도한 스트레스를 먹는 것으로 풀면서 체중이 엄청나게 늘어났습니다. (어느 순간 정신차리고 보니 100Kg이 넘어 버렸음...) 전공의 4년차때 이러다가 내가 먼저 죽겠구나 하는 생각을 하게 되면서 내분비내과 교수님과 상의하고 삭센다 치료를 하면서 약 10Kg 감량을 하게 되었고 우리 병원에 입사하면서 본격적으로 음식조절과 함께 운동을 하면서 체중을 약 13Kg 추가로 줄여서 현재 체중을 유지하고 있습니다.

다이어트 하면서 개인적으로 제일 좋은 것은 자고 일어났을 때 몸이 가볍다는 것과 이전에 있던 지방간, 고지혈증이 없어진 것, 그리고 옷을 살 때 선택의 폭이 늘어났다는 것의 기쁨이 있겠습니다. 다이어트 하길 잘했다고 생각하는 순간은 제가 살 빠진 것을 보고 제 외래로 다이어트 하고 싶다고 찾아오는 우리 병원 직원들을 볼 때 입니다.^.^ 이러한 다이어트 경험 덕분에 제 외래에서 살 빼고 싶다고 오시는 분들에게 자신 있게 경험을 공유해드리고 약물치료가 필요한 분들께 환자분에게 맞는 옵션을 권유해드리고 다이어트 실행 시 나도 할 수 있다는 의지를 북돋을 수 있다는 것입니다. 비만은 그냥 단순히 살찐 것이 아닌 고혈압, 고지혈증, 당뇨, 심혈관질환을 유발할 수 있는 “질병” 입니다. 검진에서 비만이라고 진단 받으셨거나 평소 살이 찌서 고민이신 분들은 언제라도 제 외래에 오셔서 상담 받으시고 적절한 치료를 받으시고 다이어트에 성공하셔서 건강한 몸으로 돌아가서 건강한 삶을 유지하셨으면 합니다.

RETURN TO HEALTH



전문분야

소화기 질환, 위 · 대장 내시경, 대장 용종 절제술, 고혈압, 당뇨, 고지혈증 등

약력

現) 세종스포츠정형외과 내과 원장
경희의료원 소화기내과 전임의 수료
경희의료원 내과 전공의 수료
경희의료원 인턴 수료
경희대학교 의과대학 의학전문대학원 졸업

학회 및 연수

대한 내과학회 정회원
대한 소화기내시경학회 평생회원
대한 장연구학회 정회원
대한 심초음파학회 정회원
대한 임상초음파학회 평생회원
2019 대한소화기내시경학회(KSGE days) 구연 발표

RETURN TO HEALTH



06

영상의학과 이은채 원장

섬세한 검사가 완벽한 치료를 돕습니다

안녕하세요. 저는 세종스포츠 정형외과에서 영상의학과 의사로 근무 중인 이은채입니다. 영상의학과 의사는 x-ray, CT, MRI 등 촬영된 의학 영상들을 분석하거나, 초음파 검사를 직접 시행하여 환자의 몸 상태를 파악하고 증상에 해당하는 질환을 진단하는 역할을 합니다. 정확한 영상 분석을 위해서는 좋은 영상을 획득하는 것이 필수적이기에 검사 부위나 의심 질환에 적합한 검사 프로토콜을 만들거나 수정하고, 영상 기계 촬영 세팅을 조정하여 더 완벽한 영상을 얻도록 계획/실행하기도 합니다.

의사로서의 목표와 의료철학이 궁금합니다

의료 영상을 촬영하는 기술이 급속도로 발달하면서, 촬영된 의료 영상으로 더 많은 질병을 정확하게 진단할 수 있게 되었기에, 의료 영상을 통한 진단이 질병-진단-치료의 흐름에서 매우 중대한 역할을 하게 되었습니다. 훌륭한 영상을 얻고 이를 꼼꼼하게 평가하여 정확하게 진단하는 것은 최선의 치료로 이어지는 과정 중 가장 결정적인 단계입니다. 따라서 실수 없이 완벽한 진단을 하는 것을 목표로 영상소견 서술 및 결론을 기입하는 마지막까지 집중하고자 합니다. 최종 단계에서도 늘 조금 더, 한 번 더라는 마음으로 추가 노력을 기울이고, 자만하지 않고 침착하게 영상이 임상 상황에 맞는지 체크하고, 다른 가능성을 고려하고, 한 번 더 확인하는 세심함이야말로 정확한 진단을 내리게 되는 비결이기 때문입니다.

요즘 가장 관심 있는 운동은 무엇인가요?

요즘 가장 관심 있는 운동은 등산입니다. 올해 초에 우연히 서울둘레길이라는 잘 정비된 길이 있다는 걸 알게 되어 시도해 보았습니다. 총 157km의 길로 주말마다 조금씩 걸어서 완주하는데 세 달 정도 걸렸습니다. 이 길의 대부분은 평지가 아닌 난이도가 낮은 산길을 포함하고 있어 이를 통해 산길의 매력을 알게 되었습니다. 평지에 비해 그늘이 많아서 시원하고, 사람들이 적고, 나무와 풀들이 푸르고 예뻐서 도시 안에서도 자연과 함께하는 색다른 기분을 느낄 수 있었습니다. 둘레길 완주를 하고 나니 산 정상에 오르는 건 어떨까 궁금해져서 등산을 시작하게 되었는데요. 산마다 경치, 지형, 난이도가 달라 매우 재미있고, 정상을 정복했을 때는 정말 엄청난 성취감을 느끼게 됩니다.

전문분야

T/MRI 영상진단, 초음파 영상진단, 일반촬영 영상진단

약력

現) 세종스포츠정형외과 영상의학과 원장
前) 차의과대학교 영상의학교실 외래조교수
前) 티케이 정형외과 영상의학과 과장
前) 윤서병원 영상의학과 원장

학회 및 연수

대한영상의학회 정회원
대한 근골격 영상의학회 정회원
대한 통증척추 영상의학회 정회원
대한 초음파 영상의학회 정회원

DEPARTMENT OF ANESTHESIOLOGY

전문분야

전신마취, 척추마취, 초음파 유도하 부위마취, 수면마취, 통증의학 등

약력

現) 세종스포츠타정형외과 마취통증의학과 원장

現) 항공우주의료원 마취통증의학과장

前) 국병원 마취통증의학과 과장

前) 제일정형외과병원 마취통증의학과

학회 및 연수

대한척추통증학회 정회원

대한통증학회 정회원

대한마취통증의학회 정회원

07

마취통증의학과 이건승 원장

변해가는 의료 지식도 놓치지 않고 쌓아나가는 것

안녕하세요. 세종스포츠타정형외과에서 환자분들의 안전한 수술을 위해 마취를 책임지고 있는 마취통증의학과 이건승입니다. 대구에서 고등학교까지 다니고 그 이후로는 계속 서울에서 살고 있고요. 결혼하고 아들 둘 키우는 중입니다. 세종스포츠타정형외과를 제 세 번째 직장이자 마지막 직장으로 생각하고 있습니다.

의사로서의 목표와 의료철학이 궁금합니다

의사가 되겠다는 것이 목표였는데 막상 의사가 되고 난 후 의사로서의 목표는 세워 본 적이 없군요. 의사가 된 후로는 결혼도 하고 저 자신이 부모가 돼버려서 그저 생활인으로서 지내고만 있습니다. 특별한 목표는 없어요. 마찬가지로 의료 철학도 변변치 않습니다. 수술방에서의 환자 안전이 최우선이 되어야 할 것이고, 그에 맞게 변해가는 의료 지식도 놓치지 않고 쌓아나가는 것이 중요하다고 생각합니다. 그리고 주변 팀원들과의 관계도 굉장히 중요하다고 생각합니다. 제가 병원을 세 군데 정도 옮기면서 깨달은 것 중 제일 중요한 것이 '좋은 관계'였습니다. 좋은 관계가 없으면 서로 스트레스를 주고받게 돼서 모두에게 손해가 가더군요. 그런 면에서 이곳 세종스포츠타정형외과의 수술방 분위기가 최고라고 생각하고 있습니다.

원장님과 닮은 영화 캐릭터는 무엇인가요?

저와 닮은 영화 캐릭터가 있을까요? 제 별명이 '야옹이'였는데 고양이와 영화 캐릭터로 어떤 게 있는지 잘 모르겠습니다. 가끔은 연기자 윤다훈 닮았다는 말도 들은 적이 있습니다. 사실 별 관심 없어요.

SEJONG SPORTS MEDICINE & PERFORMANCE CENTER



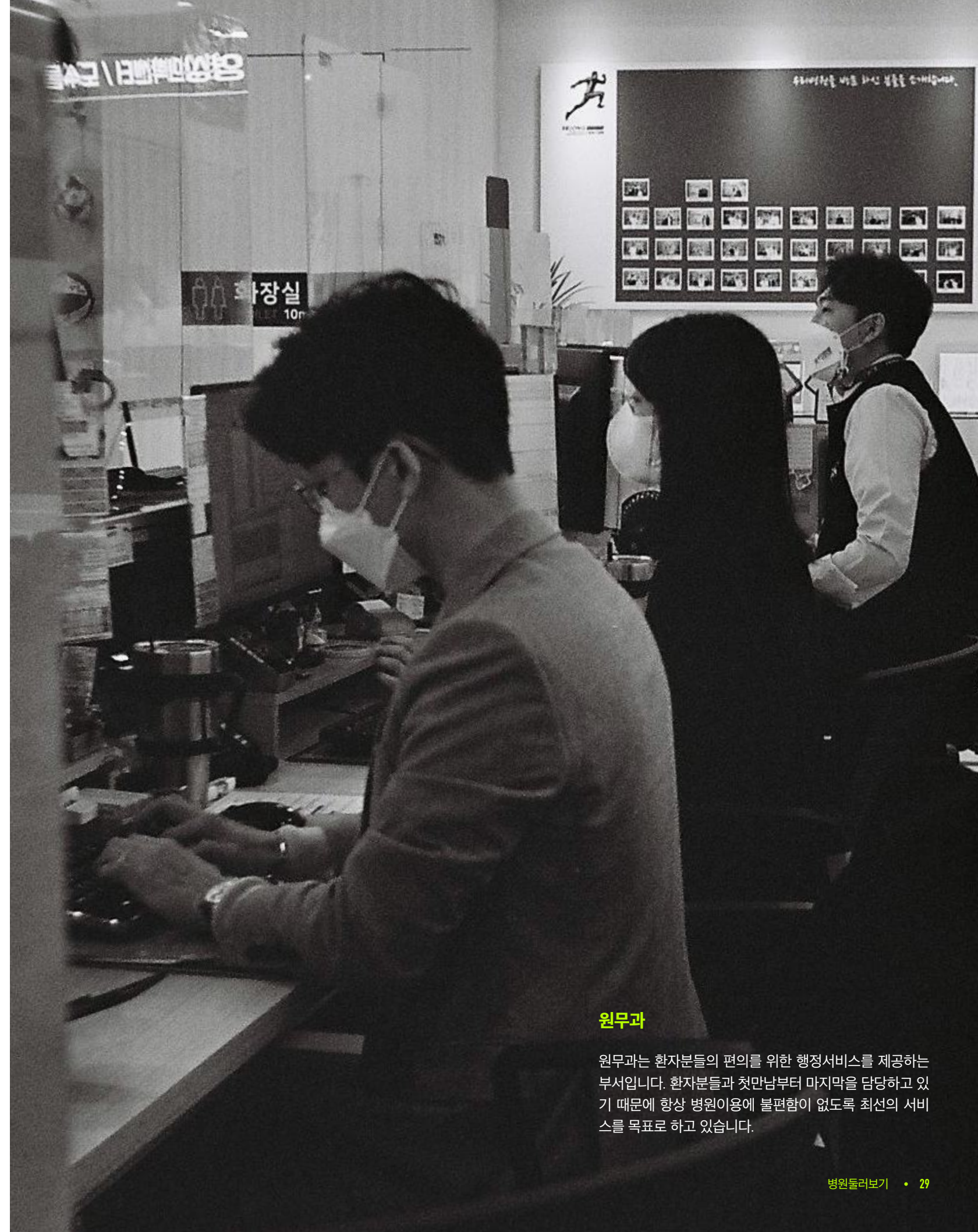
SEJONG SPORTS
HOSPITAL PHOTO

SEJONG SPORTS MEDICINE & PERFORMANCE CENTER



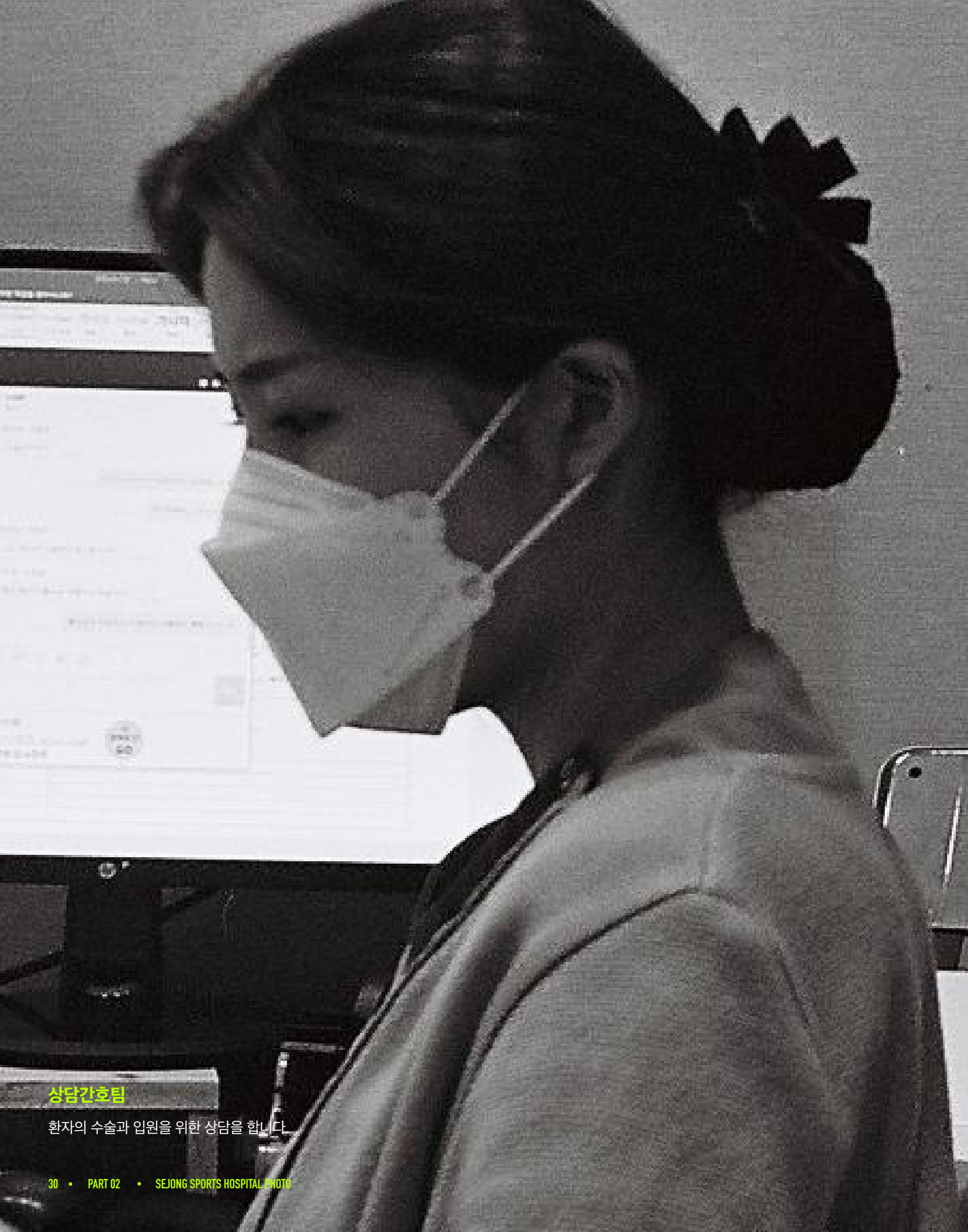
SEJONG SPORTS MEDICINE & PERFORMANCE CENTER

접수·수납
272
 2021년 11월 26일
 PM 03시 46분
 대기인수 : 1
 어서오세요
 접수번호 순으로 처리하오니
 잠시만 기다려 주십시오
 세종스포츠정형외과



원무과

원무과는 환자분들의 편의를 위한 행정서비스를 제공하는 부서입니다. 환자분들과 첫만남부터 마지막을 담당하고 있기 때문에 항상 병원이용에 불편함이 없도록 최선의 서비스를 목표로 하고 있습니다.



상담간호팀

환자의 수술과 입원을 위한 상담을 합니다.





Radiology

di

ology

영상의학과

MRI (Achieva 3.0T Philips)

대학병원급 첨단장비인 3.0T MRI는 기존 1.5T MRI 보다
검사시간이 짧고 정확한 진단이 가능합니다. 스포츠 손상 및
근골격계 손상을 정확하게 진단하기 위해 다각도로 촬영을
진행하여 진단율을 높이기 위한 노력을 기울이고 있습니다.

KONICA MINOLTA Sonimage HS1

근골계만을 전문적으로 볼 수 있도록 만든 초음파입니다.
타 하이엔드급의 초음파와 동일한 근골격계 이미지를
보여 줍니다.

CT (Philon2 cone beam CT)

일반 CT에 비해 방사선량이 5분의 1수준으로 적게 나와
안정성이 높으며 근골격계에 사용하여 좁은 부위의 촬영
이 가능한 영상 장비입니다.

C-arm

제노레이 Zen 9080 Pro. 이동형 방사선 장치이며,
방사선 저감 장치를 장착하여 환자의 안정을 최소화한
steady seller 모델입니다.

Telometer

장비를 통해 일률적이고 정확한 압력으로 발을 고정해
인대의 이상여부를 확인하는 장비입니다.

수술실

세종스포츠험정형외과의 수술팀은 하나의 팀으로써 최상의 수술결과를 위해 항상 노력할 것을 약속드립니다.

무균청정수술실

헤파필터, 양압수술실, 라미나플로우, 대학병원급 소독 장비로 안전하고 깨끗한 수술실 환경을 유지합니다.

4K UHD 관절경

기존의 UHD 관절경보다 4배 선명하여 보다 정확하고 안전한 수술이 가능한 장비입니다.



MPC | Medicine Performance Center

MPC는 통증없이 자유로운 움직임을 회복하여 일상생활로 복귀하는 것을 목표로 설립되었습니다. 환자중심, 과학적인 근거중심 치료를 위해 최선의 연구를 활용하여 안전하게 치료하고 있습니다. 근골격계 질환 및 신경학적 문제를 치료하기 위해 전기광선, 도수치료 및 기초재활 등 다양한 프로그램을 맞춤형으로 제공하고 있습니다.

MPC | 최태석 실장

[학력 및 경력]

現) 호원대학교 물리치료학과 겸임교수
前) 솔한방병원 운동교육센터 센터장
남서울대학교 물리치료학과 박사졸업
남서울대학교 물리치료학과 석사졸업
원광보건대학교 물리치료과 졸업

[학회 및 연수]

대한물리치료사협회(KPTA) 정회원
대한메이틀랜드정형도수물리치료학회(KAMOMPT) 정회원
Kinetic Link Training Low Back Pain
Sports Physiotherapy level 1, Diagnosis and Treatment of
Shoulder of Clinicals, Lower Part(Module1, Module2)
뉴질랜드도수치료협회 COMT-Extremity Course, COMT-Spine Course
칼텐베에비엔스정형도수치료학회 척추측만증 Schroth Therapist Course
Newton Academy 3D 슬링운동 Level 1, 2, 3 Course

체외충격파 ESWT-Wolf2

독일 리처드-울프사의 2번째 버전으로 집광식(focus)타입의 piezoelectric 형의 체외충격파 치료기입니다. 국내에 들어와 있는 체외충격파 중 update가 되는 버전으로 깊이, 정확하게 통증부위를 타겟팅할 수 있습니다.

크라이오 CRYOFOS therapy

냉각 치료에 사용되는 기구로 이산화 탄소 알갱이가 발생하지 않고, 동상의 위험이 없는 안전한 장비입니다.

힐트레이저 HIRO 3.0

레이저 수술기와 같은 강력한 출력을 조직과 피부의 손상 없이 건, 인대, 신경까지 안전하게 전달 하여 염증 제거 및 재생을 돕습니다.

SPC | Sports Performance Center

SPC는 빠른 복귀라는 기존 운동재활 목표의 미비함을 극복하기위해 “Return to Sports with Maximal Performance” 라는 새로운 패러다임 위에 설립되었습니다. 따라서 부상 또는 다양한 원인으로 인해 감소한 경기력을 완전한 경기력 수준으로 복귀시키기 위한 최적의 프로그램 제공이 SPC의 목표입니다. 이를 위해 SPC는 선수가 필요로 하는 모든 의·과학적 서비스가 가능한 센터를 지향합니다.

SPC | 김기현 센터장

[학력 및 경력]
現) 대한선수트레이너협회(RKATA) 이사, 실기분과
前) 성남FC 프로축구단 수석트레이너
前) 대구FC 프로축구단 수석트레이너
前) 성남일화 프로축구단 수석트레이너
前) 대우로얄즈 프로축구단 수석트레이너
前) 2001 하키 월드컵 대한민국 하키 대표팀 수석트레이너
前) 2015 하계유니버시아드 축구 대표팀 수석트레이너
前) 2015,16 덴소컵 한일 대학 축구 대표팀 수석트레이너
前) 스포츠콤팩트로 재활센터 대표
前) 서울석병원 스포츠재활 센터장
조지워싱턴대학교 연수
인천대학교 졸업

[학회 및 연수]
대한스포츠의학회 정회원(KSSM)
대한선수트레이너협회 정회원(RKATA)

SPC | 김정열 센터장

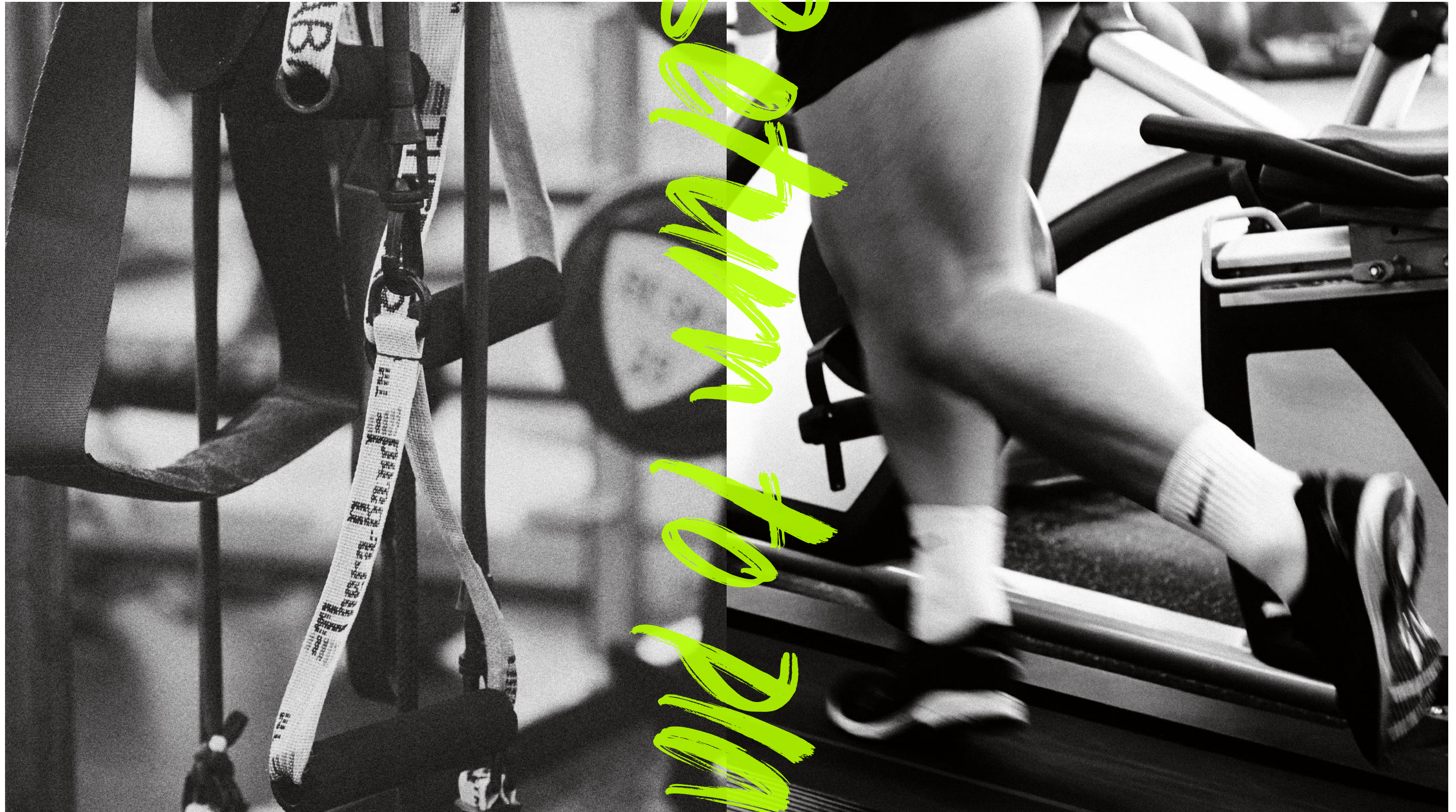
[학력 및 경력]
現) 대한선수트레이너협회 명예회장 (RKATA)
前) 대한선수트레이너협회 회장 (RKATA)
前) 대한스포츠의학회 부회장 (KSSM)
前) 제주유나이티드FC AT실장
前) 유공 프로축구단
前) FIFA U-19 월드컵 코리아팀(남북단일팀) 트레이너
前) U19 대표팀 트레이너
용인대학교 특수체육전공 졸업

[학회 및 연수]
대한스포츠의학회 정회원 (KSSM)
대한선수트레이너협회 정회원 (RKATA)

SPC | 장원봉 실장

[학력 및 경력]
現) 대한스포츠의학회(KSSM) AT관리위원
국제축구연맹 FIFA인증 선수트레이너
(FIFA Diploma in Football Medicine)
現) 대한선수트레이너협회(RKATA) 이사, 학술위원
前) KT Sonic Boom 프로농구단 수석트레이너
前) KTF Magic Wings 프로농구단 수석트레이너
前) 서울석병원 스포츠재활센터 소장
前) J천선수트레이닝센터 대표
前) 대한선수트레이너협회 사무국장
前) JDI 스포츠 클리닉 선수재활 팀장
前) 전국체육대회 경기도대표팀 현장의무지원단 부단장
한국체육대학교 스포츠의학 석사졸업

[학회 및 연수]
대한스포츠의학회 정회원(KSSM)
대한선수트레이너협회 정회원(RKATA)
대한운동사협회 정회원(KACEP)
대한선수트레이너협회 자격연수 1기



INFOGRAPHICS



2020.11~2021.10

PATIENT STATISTICS

SERVICE SATISFACTION

IN-HOUSE TRAINING / RESEARCH ACTIVITIES

CASE REPORT

2021 PATIENT STATISTICS

2020.11~2021.10 환자통계

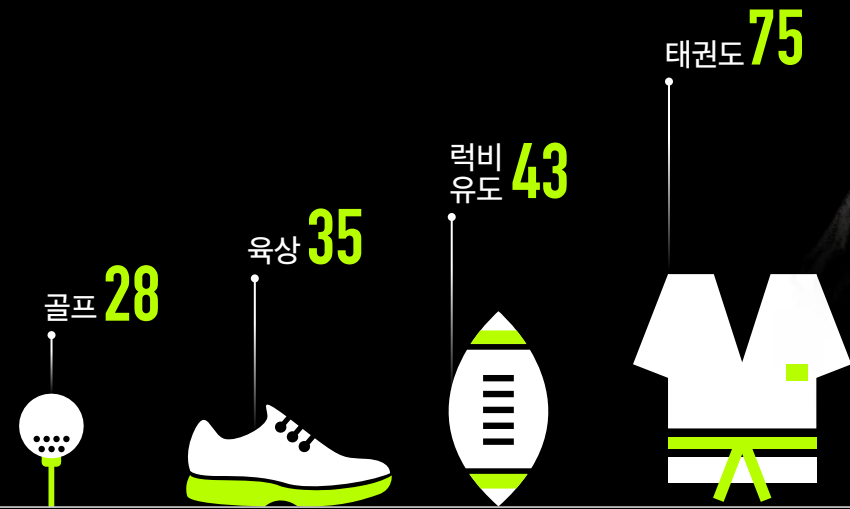
총 환자 수
(단위 : 명)

50,529

총 수술 건수
(단위 : 건)

1,353

종목별 선수 현황
(단위 : 명)



배구
104

무용
162

농구
331

축구
1909

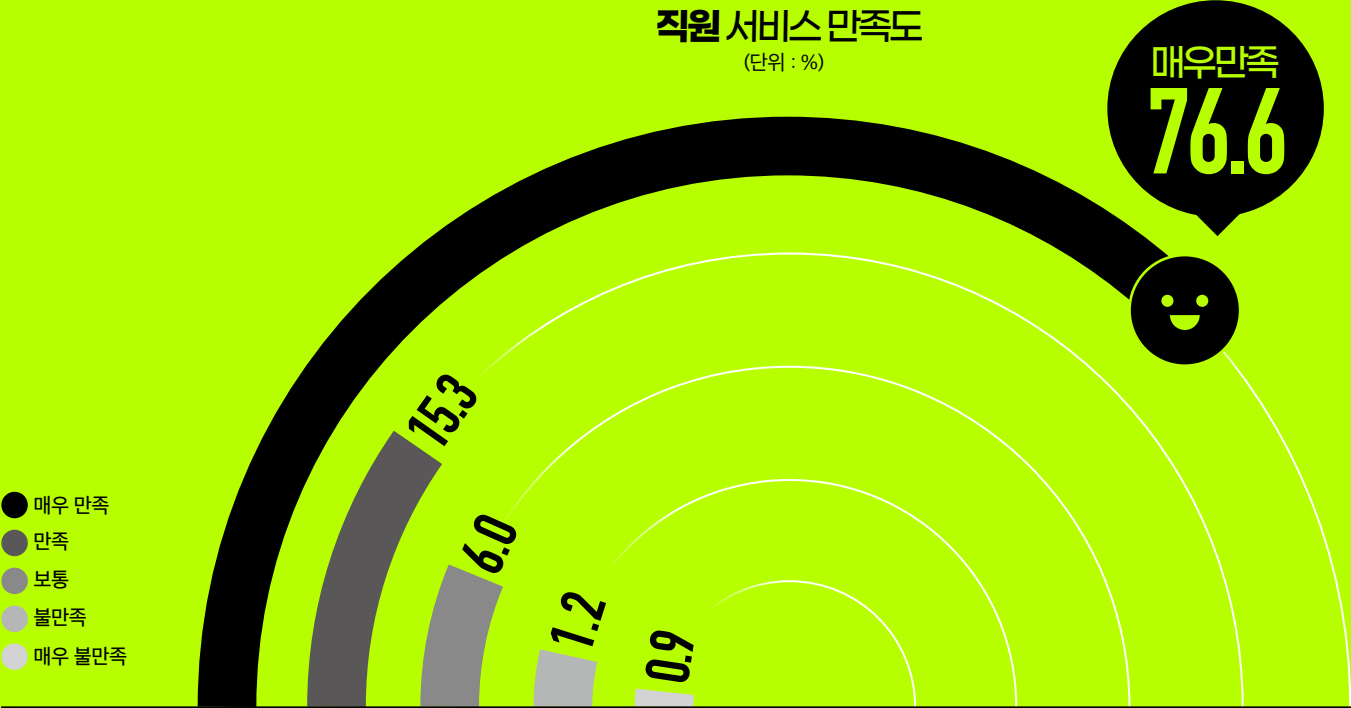
야구
337

핸드볼	021	근대5종	014	쇼트트랙	007	소프트볼	004	리듬체조	003	에어로빅	002	줄넘기	001	격투기	001
배드민턴	021	테니스	010	마라톤	006	사격	004	댄스스포츠	003	스키	002	조정	001	가라데	001
체조	018	운동	008	레슬링	006	풋살	003	기계체조	003	봅슬레이	002	암벽	001	mma	001
피겨	017	하키	007	스케이트	005	주짓수	002	클라이밍	002	보디빌딩	002	스노우보드	001		
펜싱	017	탁구	007	복싱	005	아이스하키	002	웨이크보드	002	투창	001	세팍타크로	001		
수영	015	스쿼시	007	역도	004	사이클	003	우슈	002	철인3종	001	높이뛰기	001		

2021 SERVICE SATISFACTION

2020.11~2021.10 서비스 만족도 | 응답자 수: 203명, 단위 : %

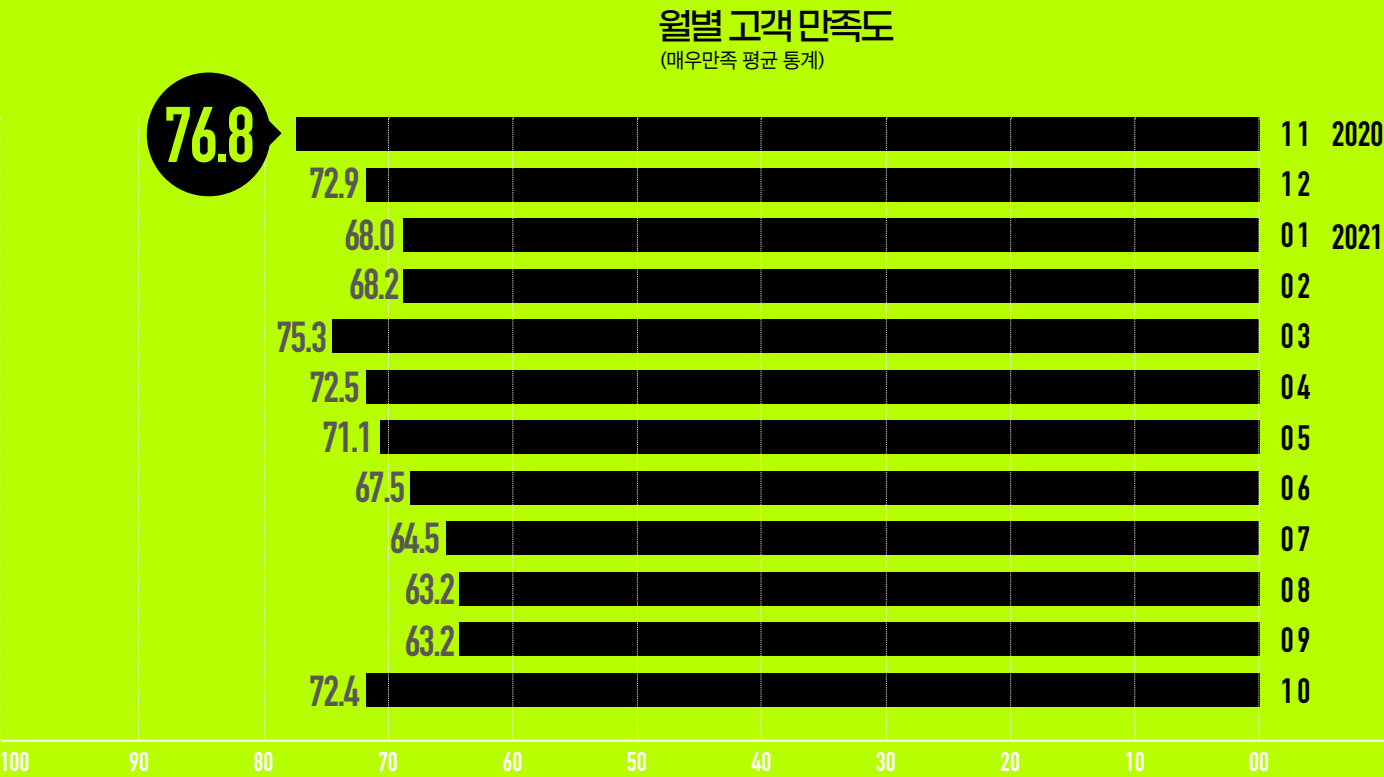
직원 서비스 만족도
(단위 : %)



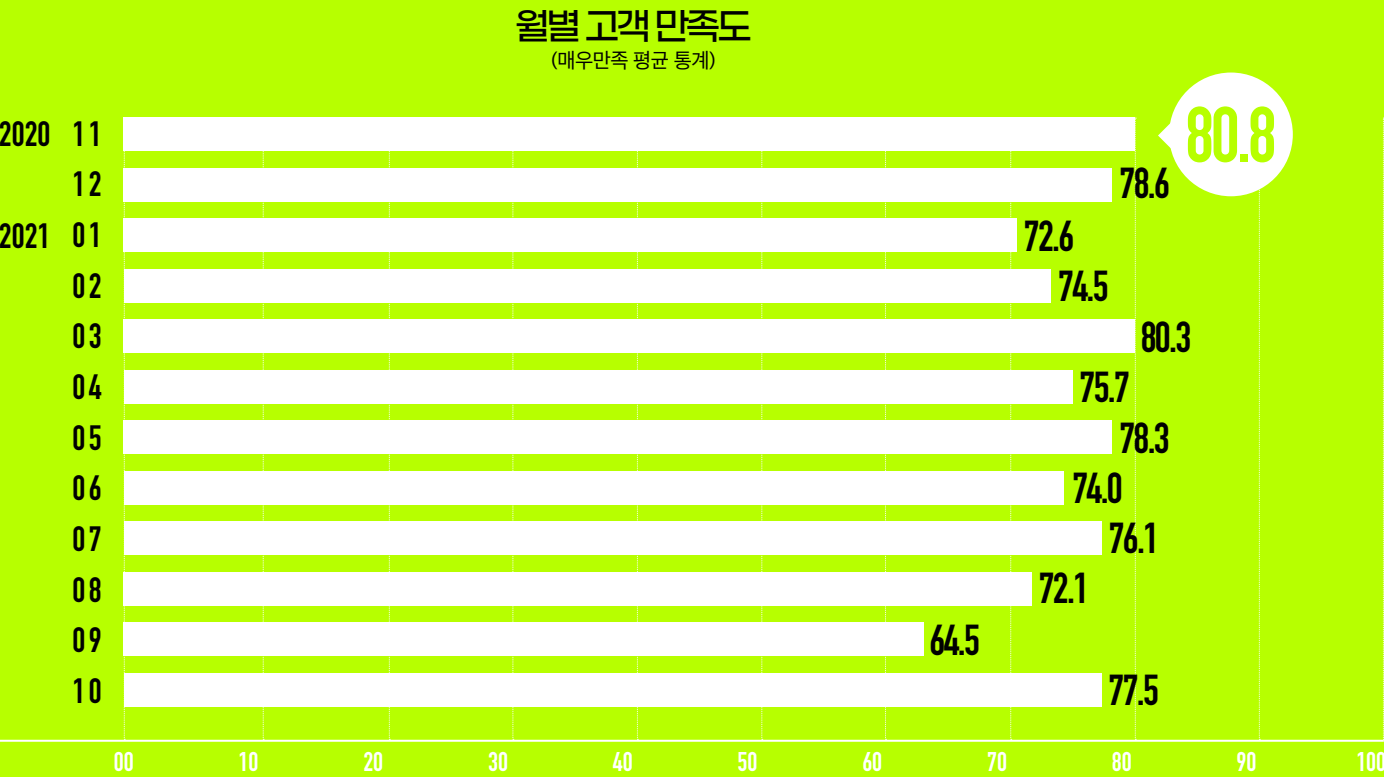
의사 서비스 만족도
(단위 : %)



월별 고객 만족도
(매우만족 평균 통계)



월별 고객 만족도
(매우만족 평균 통계)



Allo-peroneus longus tendon graft for both peroneus longus and brevis rupture

CASE REPORT

Jin Su Kim, Jung Sup Keum, Min Seok Cha
Sejong Sports Medicine and Performance Center, Seoul, Korea

01 INTRO- DUC- TION

- Ruptures of both peroneus longus(PL) and peroneus brevis(PB) rarely have been reported.
- Suggested an algorithm for peroneal tendon injuries and treatment, determined by the presence of a usable tendon, mobility of the remaining peroneal musculature, ankle stability, and position of the heel.
- If both torn tendon were intact, they were repaired. If one tendon was irreparable then tenodesis to usable other. Both tendons torn and 'unusable', need tendon transfer.
- Auto-Plantaris, FDL, FHL, Allo-semitendinosus graft transfer were reported.
- This report describe a rare case of concomitant PL and PB chronic rupture in recreational athlete; operative technique using allo-PL and outcome.

02 CASE

- Male / 29

- C/C : Ankle weakness & mass like lesion at lower leg.

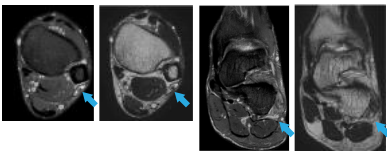


- PI
He felt 'pop' sound at lateral ankle during football game 5 months ago. He has several ankle sprain and injection history. Ankle pain when he step on his forefoot or walk a lot. The peroneal mass pain when doing isometric exercise.

- P/E
ADT +++, Eversion power grade 4

- FAOS
① Pain: 95.5 ② Symptoms: 92.8 ③ ADL: 100
④ Sport & Rec: 90 ⑤ QOL: 37.5

- MRI
Empty sign in peroneal groove PL tear at level of cuboid tunnel



- OP finding
PB stretched severely that it lost its tension. PL complete tear and distracted to proximal.



- Allo-PL transfer from proximal peroneal m. to calcaneus

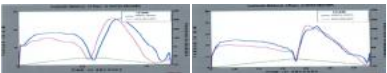


- MBO & PB tenodesis to Allo-PB



03 RESULTS

- 4weeks short leg cast and 4 weeks Brace
- Peroneal muscle rehab at 8 weeks
- Running at 13 weeks



- 1 year FU, He has played football again.
- ADT -, Eversion power grade 5
- FAOS

- ① Pain: 97.2 ② Symptoms: 92.8 ③ ADL: 100
④ Sport & Rec: 100 ⑤ QOL: 100

- Isokinetic test
120/30deg.sec : peak torque : deficit 17%

Reference)
The Management of Concomitant Tears of the Peroneus Longus and Brevis Tendons, Redfern & Myerson, FAJ, 2004.
Peroneus Longus Tendon Tears: Acute and Chronic, Sammarco, FAJ, 1995.
Staged Reconstruction for Chronic Rupture of Both Peroneal Tendons Using Hunter Rod and Flexor Hallucis Longus Tendon Transfer: A Long-Term Followup Study, Wapner et al, FAJ, 2006.
Peroneus Longus and Brevis Rupture in a Collegiate Athlete, Wind & Rohrbach, FAJ, 2001.

Email : jins33@hanmail.net

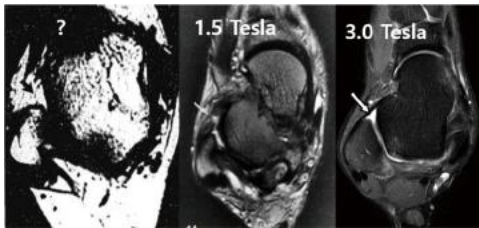
NEW MRI(3.0T) CHARACTERISTICS OF ACUTE LATERAL ANKLE LIGAMENT RUPTURES

CASE SERIES

Jin Su Kim, Jung Sup Keum, Min Seok Cha
Sejong Sports Medicine and Performance Center, Seoul, Korea

01. INTRODUCTIONS

In Ankle sprain, the prognostic factor is known as the only characteristic of partial or complete tear, and even MRI findings cannot predict its clinical outcome. Nowadays, MRI performance has improved significantly.



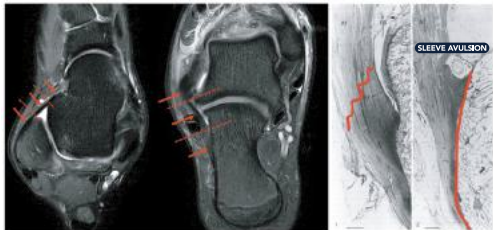
02. PURPOSE

The pattern of ligament rupture and actual rupture location were confirmed by MRI. Are there prognostic factors according to the characteristics of ankle ligament rupture?

03. MATERIALS & METHODS

87 acute lateral ankle ligament ruptures were enrolled with first inversion episode, within 2 weeks and took MRI special plane. We excluded a chronic ankle instability, Os subfibular, previous OP history.

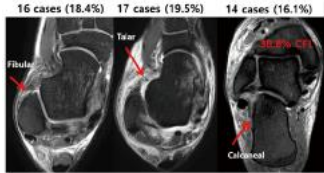
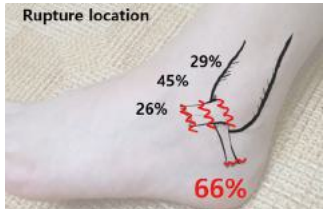
Special MRI plane: ATF oblique axial plane, CFL oblique coronal plane. We divided the rupture location as proximal, middle, distal at ATF, CF MRI plane. It was checked whether there is a sleeve avulsion pattern.



Clinical score checked with return to play date (running start days, training start day, full participation on Sports day) and Cumberland Ankle Instability Score (CAIT). 31/87 patients (36%)

04. RESULTS

INJURY	NO.	%
AFT complete	79	90.8
CFL complete	36	41.4
Syndesmosis injury	9	10.3
Deep Deltoid tear	5	5.7
Bone marrow edema	28	32.1
Chondral injury	4	4.6
Fibular tip fracture	2	2.3



Mean clinical scores were not significant in rupture location, ATF sleeve avulsion. Only delayed RTP with CFL calcaneal sleeve avulsion was shown.

RTP	CFL AVULSION	DAYS	SD	P
Running	O	82	59	.008
	X	43	21	
Training	O	105	65	.041
	X	74	31	
Full participation	O	137	64	.090
	X	97	22	
CAIT	O	26.4	4.3	.985
T-test	X	24.7	4.8	

The limitation may be selection bias due to only checked MRI, only Athletes. And clinical scores were checked 36% as retrospective study.

05. CONCLUSIONS

Acute lateral ankle ligament ruptures have frequently injured as Sleeve Avulsion pattern. CFL calcaneal avulsion injuries take longer RTP time.

Reference)
Zanetti et al, Skeletal Radiol, 1997 Park et al, Clinical Radiology, 2015. Kim et al, J Foot Ankle Surg, 2012.

Email : jins33@hanmail.net

2021
IN-HOUSE
TRAINING 01

2021
사내 교육
(간호 교육)

3. 3	HILT Laser 치료	김진수
4. 7	손목 관절경의 적응증, Set up	박진식
5. 6	비만 치료	이용석
6. 2	슬관절 관절염에서 운동치료	차민석
7. 7	SPC에서 운동치료 (video)	장원봉
8. 4	쇄골골절	금정섭
9. 1	발목 Spur(골극) 절제술	김진수
10. 6	손가락 골절, 인대 파열	박진식
11. 3	허리 주사치료	이건승
12. 1	정형외과 환자에서 내과적 처치	이용석

3. 12	원무심사 2020 Negative Feedback의 해결	이은채
4. 9	영상 Wrist, Elbow MRI	이은채
5. 14	병동 병동, 편의와 안전성의 제고	금정섭
6. 11	외래 MOT 관리 및 환자 편리성 평가	김진수
7. 9	수술 수술실 마취사고 및 합병증	이건승
8. 13	SPC, PTC 물리치료 최신지견	외부강사
9. 10	원무심사 친절교육	외부강사
10. 15	영상 주제	이은채
11. 12	병동 선수와 일반인의 병동간호 차이, 만족도의 평가	간호팀장
12. 10	외래 d환자 대처법	차민석

2021
IN-HOUSE
TRAINING 02

2021
사내 교육
(개별팀 교육)

8. 1	대한선수트레이너협회, Basketball Finger Injuries	금정섭
10. 8	세종스포츠, Insertional Achilles tendon rupture의 치료	김진수
10. 15	세종스포츠, Anterior cruciate ligament injury: towards a gendered environmental approach	박근옥
10. 17	대한스포츠의학회, Spurring up athletic performance - Godd jobe	금정섭
10. 29	세종스포츠, consensus statement for preventing and managing low back pain in elite and subelite adult rowers	김신유
10. 3	ABAC Sports Medicine, Innovation treatment for Insertional Achilles tendon rupture	김진수
11. 12	세종스포츠, 스테로이드 주사의 대체재	박진식
11. 26	세종스포츠, injury epidemiology in professional ballet: a five-season prospective study of 1596 medical attention injuries and 543 time-loss injuries	안종민
11. 28	대한정형외과의사회, 발 및 발목에서 통풍치료 쉽게하기	김진수
12. 10	세종스포츠, injury patterns differ with age in male youth football: a four-season prospective study of 111 time-loss injuries in an elite national	임효규
12. 12	대한스포츠의학회, Pitcher's elbow & Tommy-John surgery	금정섭
12. 24	세종스포츠 Mechanisms of acute ankle syndesmosis ligament injuries in professional male rugby union players: a systematic visual video analysis	박지환

2021
RESEARCH
ACTIVITIES

2021
연구활동

나는 선수트레이너다

트레이너(trainer)와 트레이닝(training)은 스포츠 현장뿐만 아니라 사회 여러 분야에서 쉽게 접할 수 있는 단어들이기는 하지만, 동시에 정의적 모호성을 가지고 있기도 하다. 두 단어의 의미를 어원에서 살펴보면, 트레이닝(training)은 기차 발명 후 역에서 역으로 정해진 속도와 경로로 승객을 이동시켜주는 운송서비스를 말하는데, 교육서비스도 사람들을 한곳에 모아놓고 정해진 방식을 통해 진행한다는 의미에서 동일시되어 같이 사용하게되었다. 또한, 자연스럽게 이를 전담하는 사람을 트레이너라고 부르게 되었다. 다른 직업군과 마찬가지로 트레이너 또한 시간이 흐르면서 그 대상과 목적에 따라 분야가 세분화 되어 선수트레이너(athlete trainer), 개인트레이너(personal trainer), 체력트레이너(physical trainer), 재활트레이너(rehabilitation trainer) 등 각각의 전문 영역을 개발하여 구축해 나가고 있다.

이 중에서 스포츠의학의 현장 전문가로 불리는 선수트레이너에 대해 한걸음 더 들어가 보자. 선수트레이너라는 명칭은 미국을 중심으로 활성화되어 있고, 유럽의 경우에는 다양한 명칭이 사용된다. 스포츠 선진국으로 여겨지는 나라들에 있어 선수트레이너는 팀 구성에 필수적 전문인력으로 여겨지지만, 우리에게 아직까지도 약간의 생소한 직업군이다.

그렇다면, 선수트레이너는 누구일까? 어떤 일을 하는 사람들일까? 전술한 바에 따라 표현하면 트레이닝의 대상이 스포츠선수이고 트레이닝의 목적은 운동 참가의 안전성과 최고의 경기력 유지라는 점이 타 트레이너 영역과 구분 지을 수 있는 대표적인 지점일 것이다. 따라서 업무 능력에 대한 기대 수준과 트레이닝에 따른 높은 성취 강도를 예측할 수 있다. 또한, 최적의 선수 컨디션은 단순히 체력적 요소에 국한되지 않고,

심리 및 사회문화적 요소 등도 포함되므로 스포츠의학 의사, 스포츠 전문 물리치료사, 마사지사, 스포츠 심리전문가 등 분야별 전문가들과의 협업 또한 필수적이다.

선수트레이너의 근무 공간은 크게 스포츠팀과 선수 트레이닝센터로 구분되며, 이에 따라 주 업무도 약간의 차이를 보인다. 우선 스포츠팀의 경우 승리가 궁극의 목표로 모든 선수트레이닝 업무의 기준이 되고, 센터의 경우에는 대부분 운동상해 후 재활 또는 경기력 향상을 위한 제반 요소의 준비를 목표로 한다. 하지만, 이 두 공간 기준의 구분이 선수트레이닝 전과정에 있어 분리되어 이해되어서는 않된다. 두 공간에서 선수트레이닝의 당면 목표가 차이를 보일 수는 있으나, 각각의 과정은 결국 선수의 완성된 경기력을 통한 승리가 최종 목표이기 때문이다. 따라서 두 공간의 유기적 협조는 필수적이며, 더욱이 운동손상 후 완전한 복귀 (Return To Sports)에 있어서는 성패의 가장 주요한 핵심 요소라 할 수 있다.

선수들은 인생을 걸고 운동을 한다. 또한 최고들 간의 경쟁이기 때문에 사소한 하나로 승부가 결정된다. 따라서 그들이 받는 스트레스의 수준과 그 표현 정도는 상상을 넘어선다. 선수트레이너는 그 곁 옆에서 묵묵히 받아, 온전히 나만의 것으로 하여야하며, 그렇게 훈련 받는다. 어쩌면 그렇기에 선수트레이너다.

끝으로 지금도 스포츠의학의 최전선에서 묵묵히 걸어나가고 있는 선수트레이너들에게 경의를 표하며, 박노해 시인의 글로 선수트레이너의 각오를 대신한다.



“나는 앞으로 살리라
꽃으로 나서기 보다는 앞으로 받쳐드리는”

-박노해-

“만성 재활에 들어가게 되면
선수들에게 자신의 과거 운동 퍼포먼스, 운동 성적 등을
되돌아 보는 과정이 꼭 필요하다.”



Photo by brian-patrick

선수의 상해 후 재활 과정의 심리

선수들의 부상은 크게 신체적 부상과 심리적 부상으로 나눌 수 있다. 신체적 부상은 우리가 흔히 잘 아는 사지 손상을 비롯한 척추, 머리 등의 충격과 낙상 등에 의한 부상이며, 심리적 부상은 슬럼프, 초크, 실수 등에 의한 수행능력의 급작스런 실패로 인한 실망을 들 수 있다.

선수들의 신체 상해 후 심리 과정은 크게 급성과 만성으로 나뉘어진다. 급성 시기에는 왜 하필 내가 부상을 입었을까 하는 자기 자신에 대한 원망과 나를 부상 입게 만든 상대편 선수 혹은 운동 과정을 포함한 다른 사람에 대한 원망이 가장 흔하다. 이 두 원망 모두 자기 몸 상태의 괴로움이 공격성으로 발현되고 있는 것으로 이 때는 화난 감정, 공격성 회복에 많은 신경을 써야 한다. 자기 자신에 대한 원망은 짜증, 잦은 기분 변화, 불안, 공격성 등의 눈에 보이는 심리적 변화를 보이기도 한다. 또한 부상을 치료하고자 하는 과정에도 영향을 미쳐서 수술, 수술후 과정, 초기 재활 과정에 열심히 참여하지 않거나, 이유 없는 통증을 호소하기도 한다. 다른 사람에 대한 원망은 치료자 및 재활 치료 자에게 그 원망이 전치되어 치료자들을 비난하고, 치료 과정에 협조하지 않으며 과도한 기대 혹은 비관적 절망을 하기도 한다.

만성시기에 접어들 때, 가장 주의해야 할 것은 선수들이 자신의 정체성에 대한 혼란을 겪는 것이다. 6개월 이상의 장기 회복 선수들에 있어서는 자신이 과거 했던 운동 퍼포먼스 혹은 자신의 힘, 스피드에 대한 자각이 무너지고, 재활 후 운동으로 돌아갈 때의 두려움으로 과거 자신이 어떤 선수였고, 어떤 운동 수행능력을 보였으며, 무엇을 잘 했는지에 대한 기억이 제대로 되지 않는다. 이 때 선수들은 자신이 어떤 선수였는지에 대한 정체성이 흔들리며 자신감의 상실, 운동에 대한 두려움을 갖게

된다. 따라서 만성 재활에 들어가게 되면 선수들에게 자신의 과거 운동 퍼포먼스, 운동 성적 등을 되돌아 보는 과정이 꼭 필요하다. 또한 회복 후에 자신의 운동 퍼포먼스의 회복이 구체적으로 몇% 씩 돌아 오고, 그것을 위해 어떤 재활 훈련을 해야 하며, 선수 본인의 노력으로는 얼마나 극복하고, 주위의 도움은 얼마나 도움이 되는 지에 대한 구체적인 계획이 선수 자신감 회복에 가장 큰 도움이 될 수 있다.

선수들의 심리 부상은 신체 부상과 마찬가지로 자기 자신에 대한 원망, 타인에 대한 원망으로 나누어 진다. 또한 급성, 만성으로 나눈다. 기전은 마찬가지로 자신의 내부적 공격성이 타인에게로 향하거나, 적절한 원망 대상을 찾지 못하면 자기 자신을 공격하는 자해 공격성으로 나타나게 된다. 신체적 부상만큼 심리적 부상에 대해서도 살펴보아야 하며, 이유 없는 운동 능력의 저하나, 코치진과의 불화, 잦은 신체 손상이 발생할 때는 꼭 심리적 부상에 대해서도 살펴 보아야 한다.

선수 상해 후 재활시 심리 건강에 대한 강조는 아무리 해도 지나침이 없다. 외국의 연구에 따르면 심리적 지지가 신체적 손상 후 회복 시에 30% 이상의 기간 단축에 영향을 미친다는 보고도 있다. 올림픽 10대 강국, 메이저 프로 스포츠가 대세를 이루는 우리나라에서도 선수들의 신체 손상 후 심리적 돌봄은 꼭 필요할 것으로 생각된다.

동아 / 2021-05-08

농구선수 발목부상과 ‘마지막 승부’, “대학땐 흰 가운 입은 마이클 조던이었죠”



“농구 드라마 ‘마지막 승부’처럼 삽니다.” 정형외과 전문의 김진수 세종스포츠정형외과 원장(45)에게는 농구가 살아가는 이유다. 인생에서 가장 중요한 진로를 정할 때 농구를 선택의 지렛대로 삼았다. 그렇다고 농구 선수가 되려던 건 아니었다. 그의 어머니는 그가 농구공 대신 연필을 잡게 만들었고, 그도 장차 농구와 연관된 일을 하고 싶었다.

고교 3학년 때인 1994년 농구 붐을 일으켰던 드라마 ‘마지막 승부’를 보며 농구를 향한 대리 만족을 했다. 그리고 앞으로 농구에 빠져 사는 의사로 살기로 마음먹었다. 20여 년이 지난 지금 그는 농구 선수들의 부상과 치열한 승부를 벌이고 있다. 의대에 진학한 뒤 그의 목표는 농구에 특화된 전문 의료인이었다. 당시 축구 대표팀에는 있는, 하지만 농구 대표팀에는 없는 ‘팀 닥터’를 꿈꿨다. 그래서 농구를 더 알려고 노력했다. “대학(경상대)을 다닐 때 의대 농구 서클인 ‘바구니’에서 선수로 뛰었다. 의대에선 내가 농구를 제일 잘했다. 공부로 1등 한 것보다 더 기뻐다.”

어릴 때부터 미국프로농구(NBA) 시카고의 전설인 ‘농구 황제’ 마이클 조던의 열렬한 팬이었다. 수업과 실습 시간에는 흰 가운을 입었지만 그때를 제외하면 붉은색 시카고 유니폼을 입는 경상대 ‘조던’으로 변신했다. 잠잘 시간도 부족한 정형외과 레지던트가 됐을 때 그도 농구를 즐길 여유는 없었다. 농구를 하고 싶은 갈증에 시달렸다. 그래서 농구 대신 농구화 수집에 매달렸다. “당시 구하기 힘든 농구화 60켤레 정도를 모으며 수집에 열중했다. 지금은 다 처분하고 20켤레 정도 남아 있다. 처분한 농구화 대부분이 한정 상품에다 희귀한 것도 있었는데 나에게 농구화를 사간 사람들은 꽤 특수를 누렸을 것이다(웃음).”

군대에서도 그의 농구 사랑은 계속 이어졌다. 군의관 시절 휴일에 부대 인근의 대학 농구부에서 마련한 농구 강습회를 틈틈이 수강하고, 2급 심판 자격증도 땀다.

농구 부상에 특화된 동네 정형외과 의사의 꿈을 그는 서서히 이뤄가고 있다. 족부정형외과 분야의 국내 권위자인 이경태 을지병원 교수의 제자로 가르침을 받은 뒤 2019년 현재의 병원을 개원하며 1차 목표를 이뤘다. 그는 남자 농구 스타 형제인 허웅(DB)과 허훈(KT)의 발목 부상을 관리하고 있다. 발목 부상에 자주 시달렸던 허웅과 이승현(오리온), 하승진(전 KCC) 등도 그의 집도로 수술을 받은 뒤 컨디션을 회복하기도 했다.

김 원장은 농구 선수들의 발목 인대 파열 후 부상이 만성으로 진행되는지를 미리 진단하는 ‘프로토클’ 연구에도 매달리고 있다. 농구 선수들은 덩치가 큰 데다 점프를 하고 내려오다 상대 발을 밟을 수 있기 때문에 심각한 부상을 입을 때가 많다. 그는 “발목 인대가 파열되면 대체로 수술 없이 물리치료 등으로 회복을 시킨다. 그중 70%는 자연적으로 인대가 붙고 30%는 만성으로 진행된다. 이것을 사전에 진단해 수술 등의 치료로 이어지게 하는 연구를 하고 있다”고 말했다.

현 대한민국농구협회 이사이기도 한 그는 유소년 농구 유망주들을 위한 발목 부상 예방, 부상 대처 매뉴얼 등도 조만간 제작해 배포할 계획이다. 지난해 농구협회에서 처음으로 의무위원회가 구성되는 데도 힘을 보탤다. “저도 농구하다 발목을 다쳐 수술을 한 번 했어요. 선배 의사 선생님 한 분이 해주셔서 이렇게 잘 걸어 다니고 있습니다. 이 고마움을 농구 선수들이 말짱하게 뛰게 하는 데 돌려줘야죠.”

[서호민의 부상리포트] 아데토쿤보의 초인적 회복력, 의사에게 물었다

이 선수가 과연 얼마전 무릎부상을 당했던 것이 사실이란 말인가? 파이널 무대를 지배하고 있는 아니스 아데토쿤보(밀워키 벅스)의 초인적인 부상 회복력이 큰 주목을 받고 있다.

아데토쿤보는 지난달 30일 있었던 동부 컨퍼런스 파이널 4차전 도중 점프 후 착지 과정에서 무릎이 크게 꺾이는 부상을 입었다. 한눈에 봐도 부상 정도는 매우 커 보였다. 큰 고통을 호소한 아데토쿤보는 부축을 받으며 라커룸으로 향했고 경기가 끝날 때까지 복귀하지 못했다. 일각에서는 그가 십자인대 파열 부상을 당했을 가능성이 크다고 예측하기도 했다.

하지만 MRI 검사 결과 뼈나 인대 등의 손상은 전혀 없는 것으로 드러났다. 아데토쿤보는 무릎 관절이 정상 범주를 지나친 '무릎 과신전' 진단 결과를 받아들였다. 이후 아데토쿤보는 몸 상태를 체크하며 복귀를 노렸고, 결국 피닉스와의 파이널 1차전 선발 라인업에 당당히 이름을 올렸다. 아데토쿤보는 경기를 치르면서 제 컨디션을 찾아갔고, 4차전이 치러진 현재까지 평균 32득점(FG 61.3%) 14리바운드 5.5어시스트를 기록했다. 부상의 여파는 어디에도 보이지 않는다. 치열한 공방전이 이어졌던 4차전 막판에는 밀워키 쪽으로 흐름을 가져오는 역대급 블록슛을 해내며 엄청난 임팩트를 남기기도 했다.

아데토쿤보는 지난 7일 1차전이 끝난 후 "부상 당했을 당시만 해도 나는 내가 최소 1년 이상은 못 뛸 줄 알았다. 이렇게 무릎이 크게 부은 건 농구를 시작한 이래 처음이었다"며 "2경기만 쉬고 돌아오게 돼 매우 기쁘다. 신께 감사할 따름"이라고 말했다.

이처럼 아데토쿤보는 말 그대로 초인적인 힘을 발휘해 부상을 이겨냈다. 전문가의 시선은 어떠할까. 이를 위해 국내 전문의의 의견을 들어봤다. 전문의들 모두 아데토쿤보의 부상 사례를 두고 "타고난 초인적 회복력을 발휘했다고 밖에 설명이 되지 않는다"며 혀를 내둘렀다. 차민석(세종스포츠정형외과 원장) 무릎 전문의는 "육안으로 봐도 무릎이 반쯤 빠졌다 나왔다. 이런 경우 후방십자인대 파열이 의심되는데, 다음 날 MRI 검사 결과 구조적으로 아무런 이상이 없다는 소식을 접하곤 저희 병원 의사를 모두가 놀라움을 감추지 못했다. 극히 드문 케이스다. 아데토쿤보는 말 그대로 천부적인 신체 능력을 지니고 있는 것 같다"고 말했다.

김두한(계명대병원 정형외과) 교수도 "저 역시 아데토쿤보의 부상 장면을 보고선 당연히 큰 부상을 의심했다. 과신전 손상도 단계별로 나뉘는데 가장 심한 경우가 십자인대 부상이다. 과신전이란 무릎이 원래 구부러지는 방향의 반대로 꺾이는 상태에서 손상을 말하는데, 보통 그런 경우 십자인대 중에서도 후방십자인대가 먼저 충격을 입게 된다. 최악의 경우 전방십자인대에도 영향을 미칠 수 있는 위험한 부상"이라고 설명했다.

국내 선수 중에서는 KCC 이정현이 과신전 부상을 당한 전례가 있다. 또 축구로 범위를 넓히면 과거 즐라탄 이브라히모비치가 오른쪽 무릎 과신전 부상을 입었는데, 이브라히모비치의 경우 부상 정도가 심해 십자인대가 파열돼 수술대에 오른 바 있다.

차민석 전문의는 "이브라히모비치도 아데토쿤보와 같은 부상을 입었는데 부상 정도가 심각해 십자인대 파열 진단을 받았다. 사실 안 다치기도 힘든 경우다. 아데토쿤보는 비교적 가벼운 골절, 염좌 조차도 당하지 않았다. 정말 놀라울 따름"이라고 했다. 다행히도 과신전 부상은 재발 확률이 그리 높지는 않다고 한다. 그렇다면 과신전 부상을 예방하기 위해서는 어떤 준비가 필요할까.

차민석 전문의는 "NBA 선수들은 기본적으로 신체가 타고난 부분도 있지만, 평상시 유연성이나 근력 운동도 꾸준히 시행하고 있기에 큰 부상을 피할 수 있었다고 본다. 국내 선수들도 유연성과 근력 운동을 꾸준히 병행하다 보면 2차 부상을 방지할 수 있을 것이다"라고 조언했다.

김두한 교수는 '고유수용성감각(Proprioception)'과 '플라이오메트릭(Plyometric)' 운동에 대해 소개했다.

"무릎의 단순 근력 운동 뿐만 아니라 기능과 반사신경을 단련할 수 있는 고유수용성감각(Proprioception) 운동과 플라이오메트릭(Plyometric) 운동을 꾸준히 하는 것이 바람직하다. 두 운동 모두 아직 대중적으로 널리 알려진 운동은 아니지만, 스포츠 타학에서는 자주 쓰이고 있다. 대표적인 예로 불안정한 보드 혹은 보수(Bosu) 등에서 점프를 하면서 균형과 근력을 함께 단련을 시키는 방법, 한 발로 계단을 오르내리는 방법, 회전하면서 점프 후 착지하는 방법 등이 있다."

“차라리 발목 자르고 싶다” 울던 이다빈의 은메달 기적

“이다빈은 태권 타짜다. 발의 마법사다.”

이석훈 전 국가대표 코치는 이다빈은 타고난 태권도 선수라고 했다. 이다빈의 주특기는 발차기다. 뒷차기도 워낙 잘한다. 발로 못하는 동작이 없을 정도라고 지도자들은 칭찬한다. 이 코치는 “태권도 선수들이 경기 시작하면 대부분 상대 몸통을 노리며 공격 하지만 이다빈은 머리를 먼저 노리는 스타일이다”고 말했다.

이다빈의 이런 모습은 2019 런던세계선수권에서 잘 나타난다. 당시 16강전부터 준결승까지 20점~10점차 압도적인 경기를 펼치며 금메달을 차지했다.

27일 2020 도쿄올림픽 태권도 여자 67kg초과급에서 은메달을 딴 이다빈의 비하인드 스토리가 하나 돌 밝혀지면서 다시 한번 주위를 감동시키고 있다.

이다빈은 세계 랭킹 1위 영국의 비안카 위크든을 25대24로 꺾고 결승에 진출했다. 결승전에서 밀리카 만디치(세르비아)에게 7대10으로 아쉽게 패해 금메달을 거머쥐진 못했지만 그의 투혼은 대한민국 국민들을 감동시키기 충분했다.

이번 대회 이다빈의 진가는 준결승서 비안카 위크든을 상대로 대역전극을 펼친 순간이었다. 이 코치는 “1초를 남기고 시도한 발차기는 상상을 초월한 것이었다”며 “이다빈 만이 할 수 있는 것”이라고 말한다. 손으로 몸통을 치고 바로 발로 얼굴 때리는 기술은 보통 선수들이 쉬 못한다는 것이다. 지도자들은 이런 이다빈을 ‘태권 타짜’라고 부른다. 그만큼 수를 알고 상대방과의 수싸움을 잘한다는 것이다. 태권도 경기에서 할 수 있는 모든 수를 알고 있는 선수로 통한다. 이대훈은 간격을 유지한 채 발차기를 하지만 이다빈은 상대 선수와 간격을 좁혔다 넓혔다 하면서 순간적으로 발차기를 하는데 이 기술이 남자 선수를 능가할 정도라고 한다.

이다빈은 대표팀 내 담력과 센스가 가장 뛰어난 선수로 꼽힌다. 하지만 이다빈이 올림픽 출전하게 된 것도, 결승 진출한 것도 기적 같은 일이라고 했다. 준결승서 보여준 이다빈의 ‘버저비터 원발차기’는 국민들을 놀라게 했다. 하지만 2달 전까지만 해도 움직일 수 없을 정도로 극심한 통증에 시달리던 발이었다.

이다빈의 의지와 지도자의 판단, 의술의 힘이 어우러지지 않았다면 올림픽에서 메달은 커녕 대회 출전조차 불가능한 상황이었다. 이다빈이 발차기를 이리 깔끔하게 한다는 것도 상상하기 힘들었다. 사실 이다빈은 도쿄올림픽을 앞두고 태권도 대표팀의 가장 큰 고민거리였다.이다빈은 올림픽 개막을 두 달 앞두고 이창건 감독을 찾아가 “차라리 발목을 잘라버리고 싶다”고 울며 하소연했다. 발목 통증이 심해 잠을 잘 수 없었다. “제발 수술하게 해달라”고 사정했다. 이 감독은 이다빈의 고통을

이해하면서도 5년을 준비한 올림픽을 앞두고 수술만은 피하려고 했다. 하지만 더는 내버려둘 수 없다는 걸 깨달았다. 이다빈의 발목은 물이차고 통증이 더해갔다. 올림픽 개막이 하루하루 다가오면서 고민은 깊어갔다. 결국 통증이 심해 잠을 잘 수 없는 지경에 이르렀다.

이다빈은 올림픽 출전을 위해 선수로서 생명까지 걸고 최후의 선택을 해야했다. 올림픽 출전 포기하느냐, 고통을 숨기고 나가 할 때까지 해보느냐의 갈림길에 섰다. 이 감독과 이다빈은 결단을 내려야했다. 결국 이다빈에게 수술밖에 없다고 판단했다.

올림픽을 포기할 수 있는 무모한 결정일 수 있었지만 의술의 힘을 믿을 수 밖에 없었다. 결국 국내 유명 족부정형외과 전문의를 수소문해 수술을 했다. 수술할 때도 이 감독이 직접 병원에 함께 갔을 정도로 애간장을 태웠다.

이다빈의 발목은 생각보다 심각한 상태였다. 처음엔 단순한 뺨조각 제거 수술을 할려고 했지만 진단 결과 뺨조각으로 인한 합병증으로 혈관 문제까지 생겨 복잡한 상황이었다. 발목을 통해 발끝까지 혈관을 공급하는 혈관 문제가 치명적이었다. 이다빈의 수술을 집도한 김진수(세종스포츠정형외과 원장) 박사는 결국 발등에 있는 혈관을 결찰(혈관제거)하고 혈관을 막는 대신 발 뒤쪽 동맥에 의존하는 수술을 택했다.

발끝으로 피를 공급하는 동맥이 발 앞과 뒷쪽에 있는데 발 앞 동맥을 제거하고 뒤쪽 동맥을 통해 피를 공급하도록 하는 수술이었다. 만약 앞쪽 혈관을 살리는 수술(혈관이식)을 했다면 이다빈은 올림픽 출전을 포기해야 할 상황이었다. 결국 지난 5월 수술에 나섰고 2주 관찰, 2달 재활의 기간을 택했다.

그런데도 이다빈은 수술 후 병원 치료를 마다하고 며칠 최소한의 치료를 한 뒤 인천선수촌에 입소했다. 김 박사는 “이다빈이 죽어도 올림픽에서 금메달을 따고 싶다”며 “진천 선수촌으로 갔다”고 회고했다.

그런 이다빈이 두달 만의 기적을 만들었다. 그것도 수술한 원발로 상대를 떨구는 결정타를 날렸다. 도쿄올림픽 최고의 명장면을 만든 것이다.

김 박사는 “이다빈의 경기를 모두 지켜봤다”고 했다. 그는 “사실 이다빈의 원발은 처참했다. 어찌보면 헤질대로 헤졌었다. 발등에 뺨조각이 나돌았고 혈관손상까지 심한 상태였다. 쪼그리고 앉으면 통증이 생기고 발을 펴도 통증이 이루 말할 수 없을 정도였다”며 “그런 태권 소녀가 메달을 따는 모습을 보니 대견했다”고 했다.

‘미국 연수’가는 금정섭 세종스포츠정형외과 원장 “한국의 ‘조브 시스템’을 만들겠다”



국내 스포츠 의학계에서 선도적 역할을 하고 있는 세종스포츠정형외과의 금정섭(47) 원장이 미국 캘리포니아 컬란-조브 클리닉으로 약 3개월간의 연수를 떠난다. 짧다면 짧은 연수이지만 국내 의사 출신으로서 조브 클리닉 최장기간 연수이다. 그만큼 조브 클리닉의 수술 및 재활과정을 비롯한 첨단 시스템을 배워서 국내 환경에 도입하겠다는 각오이다. 금원장은 현재 한국프로야구 LG 트윈스의 필드닥터로 자문활동을 겸임하고 있다.

◆국내 스포츠의료서비스의 롤모델과 같은 미국의 조브클리닉을 조명해본다.

정식명칭 ‘컬란-조브 클리닉’은 미국 메이저리그를 대표할 만큼 유명한 세계최고의 전문정형외과이다, 금 원장은 LA 다저스 및 LA 클리퍼스 팀닥터이자 세계 최고수준의

어깨 및 팔꿈치 손상 전문가인 닐 엘라트라 체 박사(dr. Neal s. Ellatrache)의 허락 및 초청으로 이번 기회를 잡을 수 있었다. 스포츠 의료서비스의 선구자이자 현존하는 스포츠의학컨설팅의 메카인 컬란-조브 클리닉의 우수성 그리고 금정섭 원장이 꿈꾸는 스포츠의료서비스의 미래를 짊어 본다.

‘왜 국내엔 조브클리닉과 같은 스포츠 전문 의료서비스는 없는가?’와 같은 질문에서부터 ‘그럼 국내엔 스포츠 전문 의료서비스가 정말 없는가?’와 같이 스포츠 의료서비스의 부재가 주는 질문 엔 늘 부정적 단어로 끝을 맺는다. 없다보다는 부족함이 맞는 것 같다. 스포츠 의료서비스의 발전과 폭발적으로 늘어나는 질 높은 스포츠의료서비스에 대한 니즈를 쫓아 그 끝 정점에 있는 미국의 스포츠 전문 클리닉 컬란-조브 클리닉을 조명해 본다.

◆컬란-조브 클리닉의 역사

우선 컬란-조브는 로버트 컬란(Dr. Robert K. Kerlan)과 프랭크 조브(Dr. Frank W. Jobe)의 성 으로 만들었다. 1884년 부터 뉴욕의 브룩클린을 연고지로 활동한 다저스가 1958년 LA로 연고지를 이전한다. 컬란 박사가 다저스의 팀닥터가 되었고 LA에서 의료서비스를 시작하게 된다. 당시 스포츠의학에 큰 관심을 갖던 컬란 박사에게 큰 기회였다. 컬란 박사의 스포츠 의학에 대한 관심과 의학적 적용은 다저스를 비롯한 타 구단, 타 스포츠 분야로 확장하였고, USC에 스포츠의학 분야 강의에 까지 이르렀다.

◆컬란과 조브의 만남

1960년대 LA 지역병원에서 근무했던 조브 박사는 같은 병원에 근무했던 경험이 있던 컬란 박사 에게 함께 할 것을 제의했고, 둘은 스포츠 의학의 미래에 도전하는 동업자로서 함께 하게 된다. 사우스웨스턴 정형외과 메디컬 그룹(Southwestern Orthopaedic Medical Group)에서 현재 컬란조브 클리닉으로 사명이 바뀌었고 미국 스포츠 정형학과 분야에 전설이 된다.

◆컬란-조브의 성공 키워드

다저스와 의 관계를 떼어 놓고 이야기 할 수 없다. 두 박사가 함께한 1965년부터 한 구단과 밀접한 의학적 정보 공유와 선수 부상 치료, 재활 및 육성 프로그램에 전적으로 참여하는 프로그램을 공동으로 마련한 선구자다. 선수와 구단의 미래를 그리는 의학적 컨설팅을 제공한 것이다. 그러한 명성은 훌륭한 의료서비스의 시스템적인 마련도 큰 몫을 차지하지만, 무엇보다 대중적인 인지도 가 올라간 일대 사건이 있었다.

◆LA다저스의 에이스 토미 존과의 만남

조브 박사의 성공확률 1%에 도전한 팔꿈치 인대 접합 수술, 일명 토미 존 서저리의 그 토미 존의 등장이다. 당시 1974년 다저스의 에이스 투수였던 토미 존에게 불운의 부상이 찾아왔다. 전반기 무려 13승 방어율 2.59의 에이스는 수술 없이 다시 마운드에 오른다는 건 불가능한 상태였다. 수 술 성공률 1%! 단 한 번도 시도해보지 않은 야구역사상 첫 수술. 팔꿈치 인대 접합 수술이 성공리에 마무리되었고 무려 18개월의 재활을 거쳐 재기에 성공한다.

◆토미 존 수술이 컬란-조브에 미친 영향

야구선수 뿐만 아니라 팔꿈치 인대 접합 수술이 필요한 전세계 운동선수에게 희망의 빛이 반짝 등장한 것이다. 선수에게 다시 예전의 퍼포먼스로 돌아간다는 의미는 생명을 다시 얻은 것과 맞먹는 범함으로 다가온다. 그후 수 천 명의 수술과 재활이 이어졌고, 현재 일명 ‘토미 존 수술’은 수술 성공율 90% 가깝고 재활기간 18개월-24개월의 충분한 기간을 통해 선수들은 예전 퍼포먼스를 되 찾고 있다.

◆컬란-조브 클리닉에서 수술과 재활을 통해 재기에 성공한 케이스

국내선수로는 1992년 정민태 선수, 2011년 봉준근 선수, 류현진 선수 등이 대표적인 선수들이다. 특히, 최근 2015년 류현진 선수의 왼쪽 어깨관절와순 수술을 맡은 다저스 주치의이자 컬란-조브 의 닐 엘라트라체

박사가 있다. 그는 현재 컬란-조브 클리닉의 대표의사이다. 그는 고전적인 토미 존 수술을 한단계 발전시켜 메이저리그 투수들이 팔꿈치 통증으로부터 경기로 복귀할 수 있도록 하는 역할을 책임지고 있다.

◆스포츠의학과 스포츠산업과의 공생성장

약 140년의 메이저리그 역사에 본격적으로 스포츠의학이 함께한 1950년대를 시작으로 약 70년 간의 공생은 메이저리그 야구구단의 질적, 양적 향상에 건강한 서포트를 해왔다. 선수들에게 체계 적인 부상진단과 치료, 재활을 거쳐 최상의 퍼포먼스로 경기에 나갈 수 있게 됐고, 구단에겐 질 높은 스포츠의료서비스를 제공함으로써 선수의 관리가 재산임을 인식하는 공생의 기틀을 마련했 다. 그로인해 혜택을 보는 팬들이 훌륭한 선수의 퍼포먼스, 체계적인 구단의 운영, 선수육성과 관 리시스템에 충성도가 높아지는 극적 효과도 가져 왔다. 모두가 선순환되는 정점엔 팬과 경기장에 서 만나는 선수들의 최상의 퍼포먼스인 것이다. 스포츠의학의 스포츠산업과의 공생은 곧 비지니스의 성공으로 이어지는 선순환의 긍정적 증표이다.

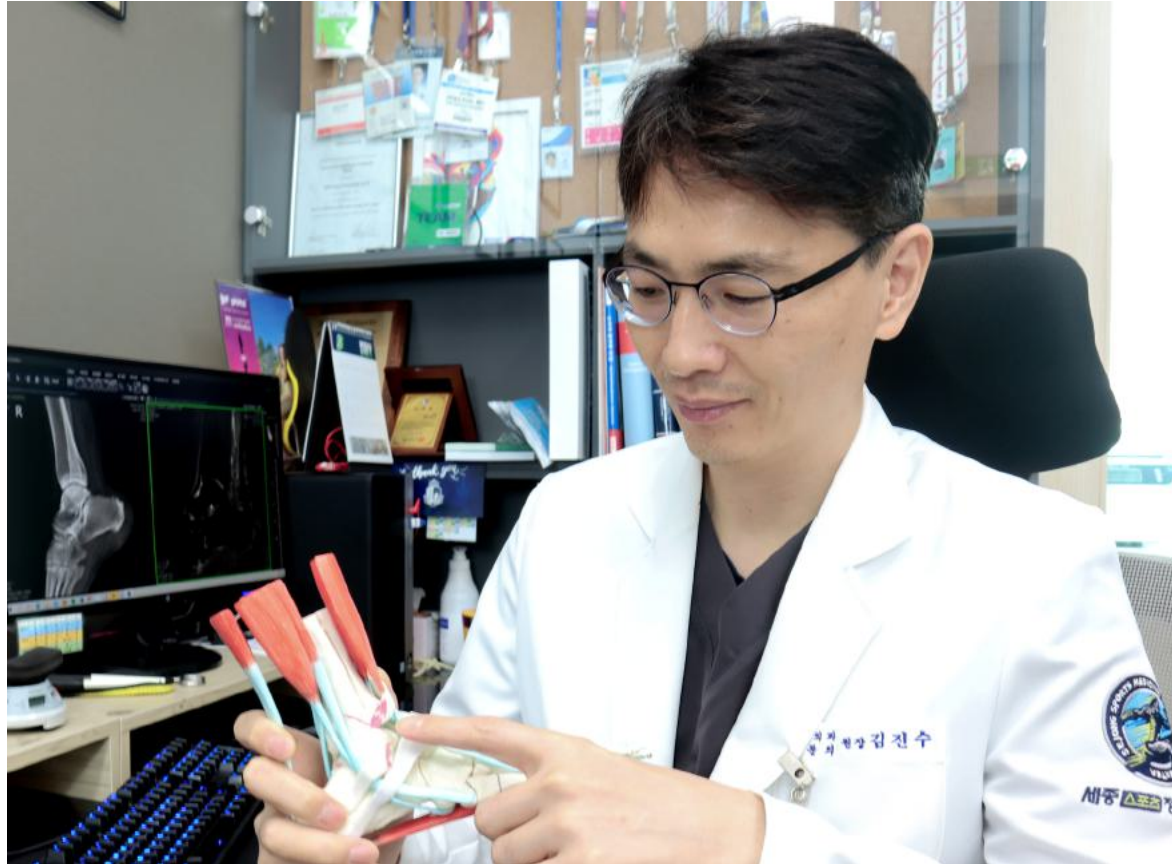
◆컬란-조브 클리닉과 비슷한 길을 걷는 국내 스포츠의료서비스 현실은 어떠한가?

국내 스포츠 의학에 헌신하고 열정을 쏟는 재활의학 또는 스포츠 정형외과 의료진들이 있다. 국내 ‘스포츠정형외과’ 이름을 걸고 스포츠 의료서비스를 제공하는 세종스포츠정형외과와 같이 국내 에도 미국의 컬란-조브 클리닉의 스포츠의료서비스를 롤모델로 삼아 발전 청사진을 그리는 곳도 있다. 그러나 아직 국내 스포츠 의료서비스의 미래가 컬란-조브 클리닉의 형태일 것이란 기대가 잘 들지 않는 걸 보면 아직은 갈 길이 멀어 보인다.

이런 상황 타개를 위해 직접 미국 조브 클리닉으로 연수를 떠나는 금정섭 원장은 짧은 말로 국내 상황을 말해주었다. “국내에서도 저를 비롯한 여러 선생님들이 선수 및 스포츠인구를 대상으로 진료 및 수술을 하고 부상으로부터 스포츠로의 복귀를 돕는 데 애를 쓰고 계십니다. 그럼에도 조브 클리닉과 같은 수준 높은 의료기술과 시스템을 원하여 해외로 치료를 받으러 가는 선수들은 아직 상당히 있죠. 우리도 기준을 높여야 한다고 생각 합니다. 부상방지, 치료, 수술, 재활 그리고 이후 교육 및 운동환경개선을 통한 부상재발방지, 이러한 선순환이 좀 더 수준 높게 유기적으로 돌아갈 수 있는 스포츠 의료서비스가 제공되어야 합니다. 그 기준을 높여야 합니다”고 강조한다.

국내 스포츠산업의 양적, 질적 성장이 곧, 국내 스포츠의료서비스 발전의 이유이자 질 높은 퍼포먼스를 발산하는 선수들로 가득차게 될 것이다. 질 높은 스포츠 퍼포먼스 활성화는 양적 팬층의 성장으로 이어진다. 선수는 ‘구단의 재산’이다. 컬란-조브 클리닉의 성공스토리와 같이 국내 스포츠 산업과 국내 스포츠 의료서비스의 멋드러진 공생을 기대해 본다.

계속되는 손흥민의 부상, 정말 괜찮은 건가요?



손흥민(29·토트넘)이 계속되는 부상에 신음하고 있다.

손흥민은 지난 7일 '2022 국제축구연맹(FIFA) 카타르 월드컵' 아시아지역 최종예선 레바논과 2차전을 약 2시간 앞둔 상황에서 결장했다. 당시 대한축구협회는 "전일 훈련 후 우측 종아리에 불편감을 느껴 검사를 실시한 결과 오른 종아리 근육 염좌로 선수 보호 차원에서 레바논전 엔트리에서 제외했다"고 밝혔다.

소속팀 잉글리시 프리미어리그(EPL)의 토트넘으로 돌아간 뒤에도 손흥민의 상황은 좀처럼 호전되지 않았다. 토트넘의 누누 산투 감독은 "손흥민의 상태가 좋지 않다. 의료진의 소견을 기다리는 중"이라며 "다음 경기엔 출전할 수 있었으면 한다"고 안타까워했다. 리그 개막 후 3연승을 달렸던 토트넘은 손흥민의 부상 결정 속에 0대 3으로 대패했다.

손흥민의 복귀전은 오는 20일(한국시간)에 열리는 첼시와 리그 5라운드 경기로 전망되는데 아직 구단의 공식 발표는 없는 상황이다. 예정보다 구단의 발표가 늦어지면서 손흥민의

상태가 심각한 것이 아니냐는 우려의 시선도 있다.

◆ 혹사의 아이콘 손흥민

혹사는 손흥민과 뿔레야 뿔 수 없는 단어다. 국제축구 선수협회(FiFPro)는 2019년 8월 '한계(At the limit)-남자 프로축구 선수들의 부하량'이라는 제목의 보고서를 통해 2018~2019시즌 동안 활약한 543명 선수를 대상으로 출전 경기, 이동 거리, 휴식 시간 등을 조사한 설문 조사 결과를 발표했다. 당시 보고서에 따르면 손흥민은 전 세계에서 가장 많이 뛰고, 가장 멀리 이동한 선수였다. 2018~2019시즌 소속팀에서 53경기, 대표팀에서 25경기에 나서 총 78경기를 뛰었다. 이동 거리는 무려 11만km로, 지구를 거의 3바퀴를 돈 수준이었다. 손흥민이 나선 78경기 중 72%인 56경기는 휴식일이 5일도 되지 않았고, 시즌 종료 후 휴식일은 고작 22일에 불과했다.

지난해와 올해에도 소속팀과 대표팀을 오가며 대부분의 중요 경기를 소화했다. 최근 3년간 손흥민이 소화한 경기 수는 무려 177경기로 1년에 약 56경기를 소화했다. 이는 EPL에서 뛰는 선수들의 평균보다 약 15경기가 많은 수치다.

뛰는 경기가 많아지면서 손흥민의 부상도 잦아지고 있다. 지난해 2월 아스톤 빌라와 경기 도중 팔이 골절되는 큰 부상을 입어 수술을 받았고, 지난해 8월과 올해 3월에는 두 차례 왼쪽 햄스트링 부상으로 한동안 경기에 나서지 못했다. 지난 8월 울버햄튼과 리그 2라운드 원정 경기에서도 햄스트링 부상 우려를 낳으며 후반 25분 해리 케인과 교체됐다. 이후 구단은 "손흥민의 햄스트링에는 이상이 없다"는 발표를 냈고, 손흥민은 1경기 휴식 뒤 약 일주일 만에 복귀전을 치렀다. 하지만 한 달도 되지 않은 상황에서 재차 부상을 입으면서 관리의 필요성이 제기되고 있다.

◆종아리 염좌는 어떤 부상인가

손흥민이 이번에 입은 종아리 염좌는 기본적으로 큰 부상은 아니다. 염좌는 관절을 지지해주는 인대 혹은 근육이 충격 등에 의해서 늘어나거나 일부 찢어지는 부상을 말한다.

세종스포츠타점형외과의원 족부 전문의 김진수 병원장은 "염좌는 MRI나 초음파를 찍었을 때 (근육이) 끊어지지 않고 색깔 변화가 있거나, 근육이 부은 상태를 말한다"라며 "보통의 축구 선수가 단순 염좌를 입었을 때 휴식이 없이 바로 경기에 출전할 수 있다. 짧으면 1주 이상의 회복 기간을 요한다"고 말했다.

하지만 상황에 따라 종아리 염좌는 큰 부상으로도 이어질 수 있다. 김 병원장은 "손흥민 선수는 부상 직후 경기에 바로 나서지 못했다. 이런 경우에는 단순 염좌라기보다는 종아리 일부 근육 파열이 있을 수 있다고 본다. 최대 4주 이상의 휴식이 필요할 수 있다"라고 말했다.

이어 "근육 파열이 1cm 이내라면 1도 파열, 근육의 1/3정도가 파열되면 2도 파열, 완전 파열이면 3도 파열이라고 칭한다. 보통의 검사에서 염좌는 1도 파열이라고 지칭한다. 다만 파열된 부위가 어느 정도 공개됐다면 어떤 상황인지 확인할 수 있을텐데, 정확하게 공개되지 않아 파악이 어려운 부분도 있다"고 덧붙였다.

김 병원장은 "추측하자면 경기가 끝난 뒤 종아리가 아파서 검사하니 일부 염좌가 있거나 혹은 부분 1도 파열 정도가 있을 것으로 보인다. 지금 봐서는 비복근에 손상이 있지 않을까란 생각이다"라고 언급했다.

◆햄스트링 부상과 종아리 염좌의 상관 가능성은?

손흥민은 최근 2년간 햄스트링 부상을 2차례 입었다. 지난해 9월말 뉴캐슬전과 리그전에서 햄스트링 부상이 발견돼 전반전이 끝나고 교체됐는데, 일주일 만에 경기장에 돌아왔다. 이후 지난 3월에도 아스날과 경기에서 왼쪽 허벅지 햄스트링에 손상을 입어 약 3주 가까이 경기를 치르지 못했다.

손흥민을 괴롭힌 햄스트링 부상과 이번 종아리 염좌는 서로 이어지는 부위라 부상 연관 가능성이 높다. 김 병원장은 "다리 근육은 한 군데를 다치면 여러 부위에서 부상이 생기기 마련이다. 종아리 근육을 다치면

햄스트링을 다치거나, 대퇴근이 파열되기도 한다. 다리는 한 부분에 영향이 가면 다른 근육을 사용해 커버하는 경우가 있다. 이로 인해 연쇄적인 부상 우려가 존재한다"고 언급했다.

다만 김 병원장은 햄스트링 부상으로 인해 종아리 염좌가 발생했을 가능성은 낮게 바라봤다.

김 병원장은 "손흥민 선수가 당했던 햄스트링 부상과 이번 종아리 염좌의 부상은 상당한 시간 차가 있다. 당시 햄스트링 부상 후 약 일주일 만에 복귀를 했었다. 당시 햄스트링이 심한 부상은 아니었을 거라고 본다. 그 부상이 지금 종아리 근육의 파열을 일으켰다고 보기에는 어렵다고 생각한다"고 조심스럽게 말했다.

◆어느덧 30대 접어드는 손흥민, 관리는 이제는 필수

현지에서는 손흥민의 부상 상태를 우려하면서도 조기 복귀 가능성에 기대를 걸고 있다. 손흥민이 그동안에도 놀라운 회복력을 보여줬기 때문이다. 2017년 6월 대표팀에서 오른팔이 골절된 뒤 수술대에 올랐지만 두 달 만에 리그 개막전에 맞춰 돌아왔다. 2020~2021시즌 두 차례 햄스트링 부상 때도 예상보다 빨리 복귀해 맹활약했다. 특히 첫 번째 부상 때에는 단 일주일 만에 돌아와 맨체스터 유나이티드를 상대로 2골 1도움의 경이로운 활약을 펼친 기억도 있다.

하지만 손흥민의 나이가 30대에 접어들고 부상 빈도가 높아졌다는 건 좋지 않은 신호다. 스피드와 운동능력을 주무기로 하는 선수들은 부상이 아니어도 나이를 먹고 신체적 능력이 감소하며 기량이 급락하는 경우가 드물지 않다.

특히 전력 스프린트 상황이 많은 손흥민에게 다리 근육 부상이 계속되는 건 치명적이다. 과거 스프린트가 뛰어난 선수들이었던 호나우두, 마이클 오언, 아르연 로벤 등이 엄청난 기량을 가졌음에도 계속된 다리 부상으로 커리어가 망가진 케이스다.

이제는 소속팀과 대표팀에서도 위기감을 느끼고 손흥민을 좀 더 신중하게 관리해야 한다는 지적이 나온다. 건강한 손흥민을 오래 보고 싶다면 최근의 이상 신호를 절대 가볍게 여겨서는 안 된다는 시각이다.

김 병원장은 "손흥민 선수는 이번에 휴식 없이 비행기를 타고 와서 바로 게임을 뛰었다. 그런 부분이 근육 손상에 위험 요소다. 시차에 적응하는 데에도 2~3일이 걸리는 데 이번에는 휴식 없이 바로 근육 사용 강도가 높은 경기를 소화해 무리가 됐을 것"이라며 "이제는 운동량이나 운동 시간 등을 조절해줘야 한다. 노르딕 운동과 같은 햄스트링 손상 방지 프로그램을 잘 이행하는 게 중요하다"고 강조했다.

하루 12시간 강행군 연수 중인 김정섭 원장, “컬란-조브 클리닉의 노하우 많이 배운다”



“저희의 최종 목표는 한국의 엘리트 운동선수들이 수술을 위해 미국까지 와야 하는 번거로움을 없애고 한국에서 수술부터 재활까지 모든 것을 받을 수 있게 하는 것입니다.”

지난 12일 LA 국제공항에서 10여 분 떨어진 잉글우드시에 위치한 컬란-조브 정형외과 클리닉에서 만난 김정섭 세종스포츠 정형외과 원장은 살짝 피곤해 보였다.

금 원장은 “연수를 온 것이지만 일정이 너무 빡세다. 월요일과 목요일에는 오전 9시부터 하루 종일 진료하는 것을 지켜보고, 화요일과 수요일에는 모든 수술실에 클리닉의 의사들과 함께 들어가 수술을 참관한다. 그리고 금요일에는 진료와 함께 응급 수술을 위해 대기한다. 한국에 있을 때보다 더 힘든 스케줄을 소화하고 있다”고 말했다.

이어 “오후 5시면 진료나 수술 등 공식 업무 시간은 끝나지만 이후 환자들의 상태에 대해 의사들과 상의하기도 하고, 또 미국 전역의 메이저리그, NFL, NBA 등 프로 구단의 의료팀으로부터 들어오는 각종 문의를 처리하느라 밤 9시는 돼야 하루 일과가

끝난다”고 덧붙였다. 금 원장이 직접 환자들을 진료하거나 수술하는 것은 아니지만 컬란-조브 클리닉에서 가장 유명한 닐 엘라트레체 박사를 비롯한 10명의 전문의와 함께 환자를 만나고, 상태를 체크하며 수술을 할 때는 빠짐없이 참관한다. 필요할 경우 수술을 집도하는 의사에게 직접 조언을 해주기도 하고 제한적이지만 도와주기도 한다.

금 원장은 “사실 우리나라가 수술이나 정형외과 분야에서는 세계적으로 뛰어나다는 평가를 받고 있다. 어떤 경우에는 내가 더 잘한다는 생각이 드는 경우도 분명히 있다. 그럼에도 야구선수들의 어깨나 관절와순 쪽 수술은 결과가 거의 좋지 않기 때문에 한국에서는 거의 하지 않지만, 여기에서는 꼭 필요하다고 판단하면 수술을 하고 훨씬 좋은 결과를 가져오는 나름의 노하우가 있다”고 했다.

토미 존 서저리(팔꿈치 인대 접합 수술)에 특히 많은 관심을 가지고 있다는 금 원장은 “나도 한국에서 토미 존 서저리를 많이 했지만 여기에서 엘라트레체 박사나 다른 의사들의 토미 존 서저리를 직접 지켜보면서 그들이 기존 방식에서

결과를 좀 더 좋게 하는 자신들만의 방식을 가지고 있고, 또 실수를 최대한 줄일 수 방법과 인대의 견고한 봉합으로 선수가 재기할 수 있는데 도움을 주는 나름의 방식을 직접 보면서 많은 것을 배울 기회가 됐다”라면서 “이곳에서 한 달 반 이상 꾸준히 많은 수술을 지켜보면서 다양한 케이스를 접하게 돼 지금까지 몰랐던 것도 많이 알게 됐다”라고 덧붙였다.

한국에서 보다 체계적이고 전문적인 스포츠 의학을 위해 세종 스포츠 정형외과를 개원한 금 원장은 전 세계에서 스포츠 관련 수술로는 최고의 권위를 가지고 있는 컬란-조브 클리닉에서의 연수를 위해 수년 전부터 준비해 이번 연수가 성사됐다고 한다. 클리닉에서도 한국의 유명 선수들을 수술한 적이 많아 우호적이었고, 금 원장이 필드닥터로 있는 LG 트윈스에서도 구단 차원에서 클리닉에 연수 협조를 강력하게 요청해줘 많은 도움을 받았다고 한다.

특히 엘라트레체 박사에 대해 금 원장은 “연수를 온 것이지만 너무 편안하게 잘 대해준다. 나에게 자신이 예전 류현진의 수술을 했다면서 그의 커브나 체인지업은 누구도 칠 수 없다. 정말 훌륭한 투수라고 칭찬을 많이 하더라”며 “이 클리닉의 공동 창업자인 프랭크 조브 박사는 박찬호와도 굉장히 가까운 사이였다고도 알려주셨다”고 했다.

연수 기간 동안 금 원장은 클리닉에서 만나서 좋을 것은 없지만 그래도 반가운 얼굴도 만났다. LG 투수 차우찬이었다. 왼쪽 어깨 회전근 파열 및 관절와순이 손상된 그는 한국에서의 시즌을 일찍 접고 지난달 LA로 와 컬란-조브 클리닉에서 수술을 받았다. 금 원장은 작년 처음 차우찬이 처음 어깨 통증을 느꼈을 때부터 쭉 봐왔던 터라 이번 수술에도 큰 도움을 줄 수 있었다. 차우찬이 도착하기 전 미리 엘라트레체 박사에게 차우찬의 모든 어깨 검사 결과 등을 보여주고 함께 지금까지 직접 봤던 차우찬의 부상 정도에 대해 브리핑을 해주며 수술 준비를 미리 했다.

금 원장은 “코로나19로 인해 수술실에 함께 온 팀 트레이너나 통역사 등 외부인들이 들어갈 수가 없어 내가 차우찬 곁에 있었다. 수술을 위해 대기할 때, 마취할 때, 그리고 수술을 마친 뒤 회복할 때 곁에서 많은 이야기를 나눴다. 아무래도 선수가 좀 편안해하는 것 같더라”라고 했다.

이어 차우찬이 수술 후 초기 재활 프로그램을 위해 컬란-조브 클리닉과 연계된, 전문 선수만을 위한 다른 지역의 재활 센터로 갔을 때도 금원장은 그와 함께하며 그를 돕는 한편, 자신도 스포츠 의학에서 수술 못지 중요한 재활에 관련한 부분들도 많이 배울 수 있었다고 했다. 차우찬 외에도 금원장은 연수 기간 동안 유명한 스포츠 스타들을 만났다. LA 다저스의 클레이튼 커쇼가 와서 주사치료를 받고 갔고, 샌디에이고 파드레스의 페르난도 타티스 주니어도 고질적인 어깨 문제에 대해 상의하고 갔다고 전했다. 금 원장이 좋아했다는 볼티모어 오리올스의 맷 하비도 수술을 받았고, NBA의 카와이 레너드, 자말 머레이도 클리닉을 찾았다. 일반인들도 있긴 하지만 이 클리닉을 찾는 환자의 대부분이 전문 운동선수들이고 엘라트레체 박사가 보는 환자는 거의 이름만 대면 알만한 스타들이다.

금 원장은 이달 말까지 예정된 연수를 마치면 한국으로 돌아간다. 애초 3개월 간 연수할 예정이었지만 생업을 접고 온 터라 2개월로 줄었다며 웃었다. 그는 한국으로 돌아가 일단 연수 기간 동안 배운 것을 다른 선수들이나 팀 트레이너 등과 함께 공유할 자리를 마련할 계획이다.

금 원장은 “이번 연수는 개인적으로 부상 선수들을 진단하고, 치료하고, 수술하는 기술을 발전시키기 위해 온 것도 있지만 궁극적으로는 세종 스포츠 정형외과를 스포츠 의학을 전문으로 하는 병원으로 만들어서 컬란-조브 클리닉과 같은 시스템들을 체계적으로 운영할 수 있도록 하는 것”이라고 했다.

그는 “컬란-조브 클리닉의 장점은 수술을 전문적으로 잘하는 것도 있지만 수술 후에 재활하는 과정에서 의사와 선수, 그리고 팀 닥터가 호흡을 같이하며 빚나가는 것을 잡아주고, 결과를 좋게 만들기 위해 계속해서 협력해 나가는 점”이라면서 “한국에서 와서 수술만 하고 돌아간다면 이 클리닉의 장점을 살릴 수가 없다. 그래서 이런 시스템을 같이 가져가서 불편감 없이 한국에서 수술 이후 필요한 치료를 받고 재활을 거쳐 좋은 결과를 도출할 수 있도록 하는 시스템을 먼저 구축하고자 한다”라고 설명했다.

금원장은 “궁극적으로는 한국에서 부상 선수들을 제대로 진단하고, 치료하고, 수술하고, 재활까지 모든 것을 원스톱으로 하는 것을 목표로 하고 있다. 한국의 의료 기술이 절대로 여기에 떨어진다고는 생각하지 않는다. 다만 좋은 기술에다 이곳의 노하우만 더해진다면 충분히 가능하다”고 자신했다.

손가락 부상 KCC 송교창 ‘선수생명 끝인줄 알고 펄펄 울었다’



“선수 생명 끝나는 줄 알고 밤새 펄펄 울었다네요.”

전주 KCC 관계자들은 에이스 송교창(25)의 부상 이후 과정을 생각하면 지금도 심장이 벌렁거린다고 한다. 농구선수에게 생명과 다름없는 손을 심하게 다쳐 농구인생을 진짜 마감하는 줄 알았다가 극적으로 희망의 끈을 잡았기 때문이다.

송교창이 부상 이후 수술받기까지 비하인드 스토리를 들어보면 절망→희망, 극적인 반전의 연속이었다. 송교창은 지난 22일 대구 한국가스공사와의 원정경기서 4쿼터 종료 7분33초 전, 덩크슛을 시도하는 과정에서 앤드류 니콜슨(가스공사)의 블록슛에 막혔고 넘어지면서 왼손으로 바닥을 짚다가 비명을 질렀다.

당시 상황은 끔찍했다. 네 번째 손가락 뼈가 피부를 뚫고 나왔다. 살갗이 찢겨질 정도로 뼈가 이탈해 나왔으니 고통은 이루 말할 수 없었다. 응급처치를 통해 튀어나온 뼈를 맞춰넣기는 했지만 신경이 끊어졌는지 알 수 없었고 급히 서울의 큰 병원으로 이송해야 하는지, 어떻게 치료해야 하는지 등 모든 상황이 막막했다.

청천벽력은 여기까지, ‘불행 중 다행’의 반전이 시작된다. KCC 구단 협력병원(세종스포츠정형외과)의 차민석 원장이 때마침 TV 중계를 통해 관전하고 있었던 것부터 행운이었다. 상황을 제때 파악한 차 원장은 의무 트레이너와 통화하며 원격으로

응급조치를 조언했다.

이어 ‘사고’가 발생한 장소가 대구였던 것도 행운이었다. 최대한 빨리 수술을 받아야 했는데 대구에 수지접합·미세수술 분야에서 유명한 정형외과 ‘W병원’이 있었다. 특히 이 병원의 천호준 원장은 수부외과 ‘명의’로 꼽히는 최고 권위자다. 한데 사고가 발생한 것은 22일 밤이라 이미 늦었고, 23일이라도 급히 수술 일정을 잡는 게 문제였다. 더구나 23일은 토요일. 송교창은 대구에 남아 수술 일정이 잡히길 기다리면서 ‘혹시 손에 장애가 발생해서 농구를 할 수 없게 되면 어떡하나’라는 걱정에 눈물로 밤을 지냈다.

또 행운이 따랐다. 차 원장이 천 원장과 잘 아는 사이였다. 차 원장은 선수 생명이 걸린 긴급 수술인 만큼 천 원장에게 도움을 요청했고, 천 원장은 퇴근했다가 다시 병원으로 달려왔다. 저녁에 급히 마련된 수술이었지만 조각난 뼈를 나사로 심어 붙이는 수술은 대성공이었다. 우려했던 신경 손상도 없었다. 이제 내년 1월까지 회복되기를 기다리는 일만 남았다.

KCC 관계자는 “처음엔 눈 앞이 캄캄했고, 우는 송교창 얼굴을 보기도 힘들었는데 W병원과 연결되는 순간 하늘에서 빛이 내려오는 것 같았다”며 가슴을 쓸어내렸다. 전창진 감독은 “교창이가 나중에 덩크슛 트라우마에 걸리지 않을까 걱정이지만 스스로 이겨내야 한다”면서 “덩크슛을 하지 않아도 좋으니 빨리 쾌유하기를 바란다”고 말했다.

[2021 한국브랜드선호도 1위] 세종스포츠정형외과의원, 대한민국 대표 스포츠 의료기관



광진구 세종대학교에 위치한 세종스포츠정형외과의원이 30일 공표된 ‘2021 한국브랜드선호도1위’에서 의료(정형외과) 부문 1위로 등극했다.

세종스포츠정형외과의원(SJS)은 환자의 RTP(Return To Play, 원래 상태로 돌아감)를 목표로 급성기 운동 손상과 퇴행성 관절·척추 질환을 진료하는 의료기관이다. 특히 운동선수의 부상 치료 및 빠른 일상 복귀에 특화된 SPC(Sports Performance Center) 및 의료 서비스로 두각을 나타내고 있다.

위생적이고 쾌적한 의료환경과 대학병원급 3.0T MRI 및 최신 첨단 의료장비를 갖춘 것은 물론, 7인의 우수한 의료진이 정밀한 진단부터 치료, 수술, 재활, 기능적 회복, 만성 손상 예방까지 포괄적인 의료 서비스를 제공한다. 주로 목과 허리, 어깨, 팔꿈치, 손, 무릎, 발, 발목 등을 진료하며, 만성질환과 소화기 질환, 만성피로증후군 치료와 소화기 내시경 검사까지 가능하다.

세종스포츠정형외과의원 김진수 원장은 “앞으로도 프로선수뿐만 아니라 일반 환자들도 믿고 부담 없이 방문해 양질의 진료를 받을 수 있도록 최선을 다할 것”이라고 수상소감을 전했다.

한편, 세종스포츠정형외과의원의 김진수 원장은 대한농구협회 의무이사, 차민석 원장은 프로농구 전주 KCC 팀닥터, 금정섭 원장은 프로야구 LG 트윈스 필드닥터로도 활동하고 있다.

한국경제매거진의 한경BUSINESS가 주최하고 한국마케팅 포럼이 주관한 ‘2021 한국브랜드선호도1위’는 국내외 유수 브랜드들의 소비자 선호도를 객관적으로 평가하고 제품과 서비스의 질적 우수성을 검증해 가치를 제고하는 동시에 소비자들의 현명한 소비활동에 기여했다.

2021년 12월 호



2021년 11월 호



했다. 그리고 무엇보다, 개척자의 삶은 '간단'이라는
 한 면을 얻었다. 한국의 경우엔 '바람'이 세고
 미는 깊고, 두루 초록 초록한 기가를 수놓아
 있는 '문명(문화)국가'에 비해 '자연(자연)국가'인, 조금
 더 나은 그 나라가 아니라, 같은 조건으로 문명
 지고, 평범한 피르스트-마이어 문명을 위해
 한층 더 나은 프로그램이 지어질 것이다이다.
 '덕'을 얻은 나라는 '헬스'와 '스포츠'이다.
 헬스, 그리고 스포츠는 3가지 시대의 가장
 큰 열매. 헬스는 대체로 수동적이다. 이뿐만이
 아니라, 헬스는 정말 '간단한 운동'이다? 그 운
 동은 무엇이고 무엇이고? 개척자의 삶은 '간단'이라는
 한 면을 얻었다. 한국의 경우엔 '바람'이 세고
 미는 깊고, 두루 초록 초록한 기가를 수놓아
 있는 '문명(문화)국가'에 비해 '자연(자연)국가'인, 조금
 더 나은 그 나라가 아니라, 같은 조건으로 문명
 지고, 평범한 피르스트-마이어 문명을 위해
 한층 더 나은 프로그램이 지어질 것이다이다.
 '덕'을 얻은 나라는 '헬스'와 '스포츠'이다.
 헬스, 그리고 스포츠는 3가지 시대의 가장
 큰 열매. 헬스는 대체로 수동적이다. 이뿐만이
 아니라, 헬스는 정말 '간단한 운동'이다? 그 운
 동은 무엇이고 무엇이고?

건강한 몸, 혹은 혹사된 몸

설명의 영역에서만 하고 있지 않다는 데에 있다. 곧

[illegible]

에서는 '홍희'의 가능성을 부여한 사람이 있을지도 모를 것임이 자명하다. 이 성립은 정국외교의 성숙과 권도호의 대외활동이 세습으로 정국외교로 결정될 점과 권도호의 의외에 대해 비슷한 내용을 내세웠고(한대인은 '정국외교'에서 출판한 글을 두차례 정국의 노동물을 지어내는 경우가 많은) 다른 문종이 필히한 측면이 있다. 오히려 열거가 많기 때문에 보편화되어서 가장 중적인

요는 우리의 눈이 받아들이는 것과 달리 피크니식 대외외교를 볼 수 있는 요소들을 가진 전부 국가의 성립에 아라라는 점이다. 오히려 권도호 지은 한대인 대외 가능성도 크다. 세습 물려, 전조와 유사한 한대인의 제자문헌물 10%대는 말머리라고 해도 지나치지 않을 만큼 전부 입암이 정국외교에 친숙하게 했다. 만약에 떨어진다는 배경이 있다면 그 정도

79



러닝 부상, 위험한가요?

나들이 부상을 앓는 가장 큰 원인은 무엇일까? 발라보트 인형 부상의 가장 큰 원인은 고대어에 있다. 가장 수종의 물놀이 약 10%는 무릎과 허벅지 부상을 당한 후 회복에 수개월이 걸린다. 강을 유목하며 놀러 다니는 어린이들의 평균 강 강간을 소 2개 반 정도와 7%의 어린이들이 발라보트에서 본다.

[illegible][illegible]

정신 질환이 있는 사람만 진단된다는 뜻이 아예 없지요. 그 환자를 치료하는 정신 질환 전문가들 역시 정신 질환을 가지고 있다고 판단되는 사람과 조증 혹은 편집 장애의 위험이 있는 사람 3가지로 분류하여 각각의 접근을 하고 있습니다. 그렇다면 치료 가능한 케라시오와 종양의 외적인 국소적 영향을 절제하는 수술을 진행하여 외적인 영향에도 통증을 줄이고 삶의 질을 높이고자 합니다. 3개월을 앞두고는 30분 이하의 시간이기는 짧은 수술이지만 수술을 마친 후 통증이 사라지고 부종은 오히려 감소하여 통증에 따라 다릅니다. 일정한 기간을 흡수하는 것은 좋은 지점입니다. 일정 부위 개입하고 치료하는 것은 오히려 장점을 얻는 것은 좋은 지점입니다. 일정 부위 개입하고 치료하는 것은 오히려 장점을 얻는 것은 좋은 지점입니다.

환자들의 사례로 보았을 때 모든 습관 중 최악을 꼽자면 어떤 것이 있나?

음주인 다음날 술을 깨기 위해 또는 몸을 깨기 위해서 운동하는 행동, 부디 삼가기를 바란다.

러닝 부상 제대로 알고 치료하자!

발바닥

[illegible]

가장 아름다운 자연과 문화와 관광을, 내일이 부서져도 문제가 없는 지평에서 자연의 아름다움과 문화의 아름다움은 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가	자연의 아름다움과 문화의 아름다움은 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가	자연의 아름다움과 문화의 아름다움은 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가 이제부터는 자연과 문화가
---	---	---

[illegible][illegible]

가장하는 것이 중요하다. 한 달 이상	가까운 용의자의 근속 차별은 3주간의	우리였다. 만약 이런 방법으로 2~3개월	통용이 거의 사라지자니 재빨 해방을
특수근직업 중상이자 자유권자인	회복 기간을 가지고, 충분한 재향 과정을	내려 호전되지 않는다면 정확한 병원	도와를 노동로 분동으로 캠프로팅
신속하게 병원을 찾아 조치를 진단하라.	거친 후 알라미라 다시 시작할 수 있다.	전이다 후선이다.	근역을 키우는 것이 중요하다.

13
runstyle.co.uk

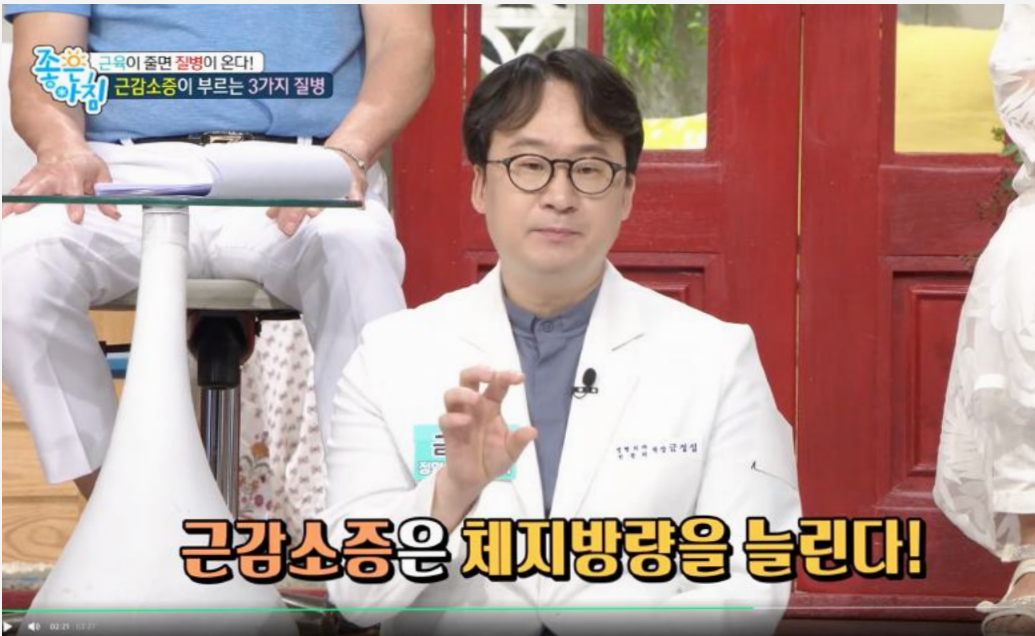
동남보건대학교,
MOU 체결 협약식

2021.01.05



SBS 좋은아침,
금정섭원장님 출연

2021.07.19



광진구,
저소득 어르신
무료 진료 MOU
체결 협약식

2021.03.25



군자동 주민센터,
나눔가게 협약식

2021.09.10



광진구,
광진구청장상
수여식

2021.09.30



채널A 100세
프로젝트, 차민석
원장님 출연

2021.10.10



MBC 생방송
오늘아침, 박진식
원장님 출연

2021.10.07



서울광진경찰서,
76주년 경찰의날
감사장 증정식

2021.10.22



세종스포츠정형외과 SNS채널

#우리병원과 친구가 되어주세요!



#구독 #알람설정 #질환영상 #운동영상
Youtube Channel 세종스포츠정형외과
※유튜브 채널 수익은 전액 기부됩니다.



#팔로우 #인천 #병원일상 #병원이미지
Instagram ID sejong_sports_hospital



#이웃추가 #좋아요 #질환정보 #치료정보
Naver Blog ID jinni33b

