

뇌에 전달되는 영양소와 자극 중 90%는 척추의 움직임으로 인해 발생된다.

Corrective Chiropractic Care, 아이들에게 꼭 필요한가?

환자를 진료하다보면 자녀를 둔 부모의 질문 중 하나가 “어린 아이들도 Corrective Care가 필요한가요?”이다. 혹은 “아프지 않은 아이들이 왜 care가 필요한가요?”라고 질문하는 분이 많으시다. Dr. Francis Smith, MD 는 MRI를 이용해, 154명의 10살 아이들을 대상으로 조사한 결과 그중에 14명인 9%의 아이가 퇴행성 척추 관절 질환이 있다는 것을 발견하였고, 2015년 20대들을 대상으로 한 조사에서는 37%가 퇴행성 척추 관절 질환이 있음을 알아냈다. 흥미로운 것은 이러한 퇴행성 척추 질환은 별다른 증상이 없이 생긴다는 것이다.

연구 결과 퇴행성 척추 질환은 척추가 휘거나 그 본래의 위치에서 벗어났을 경우 생긴다는 결과가 나왔다. 일자목이거나 거북목과 같이 목과 허리에 일어나는 Poor Posture가 이러한 결과를 가져온다. 적게는 10살부터 이러한 퇴행성 척추 질환이 아무런 증상 없이 나타난다는 것을 알게 되었다. 또한 자세가 좋지 않은 사람과 좋은 사람을 대상으로 한 2013년 조사에 따르면, 자세가 좋지 않은 사람들이 나중에 디서빌리티(Disability)로 될 확률이 393% 더 높다고 한다. 이러한 문제는 한 번 퇴행성 척추 질환이 생기게 되면 적기에 고쳐지지 않을 경우 지속적으로 나빠진다는 것을 의미한다. 이는 통증이 유발될 경우 대다수가 척추 질환 3기가 되기도 한다.

애를 유발하고 많은 질병의 원인이 되기 때문이다. ●

자료 출처 / Dr. Roger Sperry, Nobel Prize recipient for brain research

Research references:

1. December 2003 research performed in Aberdeen, Scotland by Dr. Francis Smith and reported at the 89th Scientific Assembly and Annual Meeting of the Radiological Society of North America.
2. American Journal of Neuroradiology 2015 Apr;36(4):811-6
3. Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics. 2004 Mar-Apr;27(3):141-54



스마트폰 과다 사용은 척추질환의 원인

가장 걱정되는 부분은 요즘 추세가 3살부터 스마트폰을 장난감 대신 사용하고 청소년, 대학생, 성인들까지 너무 많은 시간 동안 스마트폰이나 태블릿을 사용한다는 점이다. 전에는 흔치 않았던 퇴행성 척추 질환이 급격히 늘어나고 아이들의 자세가 급격히 나빠지는 것도 종종 보게 된다. 심각한 것은 이러한 문제를 가지고 병원에 갈 경우, 괜찮다고 하거나 스마트폰 사용 자체만을 당부할 뿐 아무런 검사나 치료를 하지 않고 있다.

성장기에 잘못된 자세를 지속적으로 유지하게 되면 성장분 아니라 많은 부분에 큰 장애가 동반될수 있기 때문에 6개월 혹은 일 년에 한 번 치과를 가듯 척추를 점검하고 예방하는 것이 중요하다. 척추 질환은 결국 신경에 장



ADIO CORRECTIVE CHIROPRACTIC

Dr. Cheonil Park
Chiropractic Physician

Chiropractic BioPhysics(CBP) 자격증을 보유한
Spinal Reconstruction 전문병원



“Setting People Free to Live the Abundant Life.”

467 Sylvan Ave.
Englewood Cliffs, NJ 07632
Tel. 201.567.0525