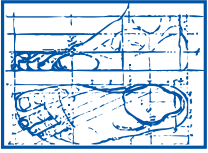


# korean resources



**ALEXANDRIA  
PODIATRY  
ASSOCIATES**

**Dr. Joonhyun Yoon**  
**Dr. Jeffrey S. Coster**  
**Dr. Kenneth R. Wilhelm**  
**Dr. Jeffrey L. Graziano**  
**703-379-0700 (office)**

## 무지 외반증 (Bunion)

### 무지 외반증이란?

엄지발가락의 안쪽이 튀어나와 보기에 흉하고 신발을 때 아프기도 한 무지 외반증은 과거에는 팔자가 사나와진다고 해서 남에게 보이기를 꺼려했던 발 변형의 대표적 질환이다. 신발을 신게 되면 금방 모양이 볼품없게 변하기도 할 뿐더러 조금만 조이는 구두를 신어도 금방 통증을 느끼게 된다. 예전에는 이것을 치료를 받아야 할 질환으로 생각하기보다는 그저 팔자려니 하고 참고 살았지만 최근 들어 적극적으로 치료하려는 사람들이 늘고 있는 추세이다.

### 무엇이 문제인가?

이 질환의 문제는 나이가 들어감에 따라 점차 변형이 심해지고 나머지 작은 발가락마저도 같이 기울어지며, 발바닥의 굳은 살 및 신경종 등 여러 질환을 유발한다는 데 있다. 또한 이러한 기형이 점차 심해지면서 걸음걸이에 문제가 발생하고 이차적으로 무릎 및 고관절, 허리 등에 통증을 일으키기 때문에 조기 치료가 필요한 것이다.

### 원인은 무엇인가?

버선발기형은 대개 선천적인 요인 즉 부모나 형제중에서 무지 외반증이 있는 경우에 흔히 발생하고, 후천적인 원인으로서는 하이힐이나 앞이 뾰족한 신발 등 잘못된 신발이 주요한 원인이다. 따라서 대개는 선천적 요인을 갖는 사람이 예쁜 신발을 신음으로써 발생한다고 보면 된다. 부모가 기형이 있는 사람들은 꼭 한번 확인해 보는 것이 바람직하다.

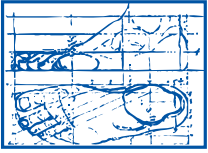
### 치료는 수술로써 가능한가?

증상이 경미할 경우 볼이 넓고 편안한 신발이 통증 완화에 도움을 줄 수가 있다. 또한 기능성 신발이나 기능성 깔창을 착용함으로써 이차적 통증이나 보행의 문제를 경감시킬 수 있다. 그러나 기형을 교정하기 위해 보조기나 기구 등을 사용하는 경우도 있으나 이러한 방법으로는 경증에서의 효과나 일시적 효과를 기대할 뿐으로 이미 고착되어버린 기형을 교정하기는 매우 어렵다. 가장 효과적인 치료법은 수술이다. 수술을 통해서 훨씬 예쁘고 안 아픈 발로 만들 수 있고 수술의 후유증이나 재발은 매우 미미하기 때문에 매우 권장 할만하다. 수술방법에도 여러 방법이 있는데, 과거에 시행했던 단순히 튀어나온 뼈만 제거하는 방법으로는 완전하지 않고 재발이 많아 최근에는 절골술이나 기타 방법들을 사용하여 좋은 결과를 보고하고 있다.

### 어떤 발을 수술하나?

- 1) 엄지발가락의 튀어나온 부위가 아플 때
- 2) 튀어나온 뼈로 인해 오래 걸기에 불편하거나, 신발 신기에 불편한 경우
- 3) 엄지발가락이 바깥쪽으로 쓰러져서 옆의 2, 3번째 발가락도 같이 쓰러뜨릴 때
- 4) 엄지발가락이 체중을 못 받아 다른 발가락 밑에 통증을 유발하는 굳은살이 생길 때
- 5) 너무 보기에 흉할 때

# korean resources



**ALEXANDRIA  
PODIATRY  
ASSOCIATES**

**Dr. Joonhyun Yoon**  
**Dr. Jeffrey S. Coster**  
**Dr. Kenneth R. Wilhelm**  
**Dr. Jeffrey L. Graziano**  
**703-379-0700 (office)**

## 무지 외반증 (Bunion)

### 수술은 어떻게 하는가?

- 1) 과거에는 튀어나온 뼈만 깎는 수술을 시행하여 재발이 많았으나 최근에 수술 기법의 발달로 뼈를 깎는 이외에 뼈의 정렬을 바로 잡아주는 작업 (절골술, 골유합 등)을 같이 시행해서 재발률을 현격히 낮추었다.
- 2) 수술시간은 약 40분에서 1시간정도 걸리는 비교적 간단한 수술이고 발 마취를 하기 때문에 마취의 위험성도 거의 없다.
- 3) 그러나 정도에 따라서 그 외에 다양한 수술 방법을 사용 할 수 있다.

### 수술 후에 생길 수 있는 후유증이나 재발 가능성은 어떠한가?

- 1) 전문적인 족부정형외과 전문의가 시술을 하게 되면, 심각한 후유증의 가능성은 매우 낮다.
- 2) 예전에는 수술해서 재발하는 경우가 흔해 수술을 꺼려했으나 최근 수술 기법의 발달로 재발률을 크게 낮추었고 재발하는 경우도 대개 평발이나 관절이 특별히 유연한 분들에게나 드물게 발생하는 정도이다.
- 3) 본 클리닉은 풍부한 수술 경험을 바탕으로 후유증을 최소화하고 최고의 만족을 추구하기 위해 최선을 다하고 있다.

### 수술 일정과 회복 일정

- 1) 걷기 시작하는 시기: 3일 후부터 특수신발을 신고 걷기 시작
- 2) 운전 가능한 시기: 3주 에서 4주
- 3) 직장 여성의 직장 복귀가능 시기: 직업의 종류에 따라 다르나 대개 3 내지 6주
- 4) 평소의 신발을 신을 수 있는 시기: 약 2 내지 3개월

### 수술 후 신발 사용 및 선택

수술전에 비해 신발을 훨씬 안 아프게 잘 신을 수 있지만 , 하이힐만을 신는 것은 문제가 있다. 깎 끼는 신발은 수술후 약 6개월까지는 피하는 것이 좋다.

### 양쪽을 동시에 수술 할 수도 있나?

한쪽을 먼저 하고 반대쪽을 나중에 약 6주 내지 3개월후에 하는 것이 바람직하다. 그 이유는 양쪽을 동시에 하게 되면 수술 결과가 만족스럽지 못하기 때문이다.