

## 선우정골요법의 소개 : 원리, 시술방법

박태용<sup>1</sup>, 양나래<sup>1</sup>, 도광선<sup>1</sup>, 선우윤영<sup>1</sup>

<sup>1</sup>가톨릭관동대 국제성모병원 통합의학과 & 통합의학연구원

Received : 2017. 05. 29    Reviewed : 2017. 06. 06    Accepted : 2017. 06. 07

### Introduction of Sunu Manual Therapy ; Principle, Technique

Tae-Yong Park, K.M.D.<sup>1</sup>, Na-Rae Yang, K.M.D.<sup>1</sup>, Kwang-Sun Do, K.M.D.<sup>1</sup>, Yoon-Young Sunu, K.M.D.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Institute of Integrative Medicine, Catholic Kwandong University International St. Mary's Hospital, Incheon, South Korea

**Objectives** : It is important to develop a new Chuna manual therapy as a representative of Chuna manual therapy technique at the time of KSCMM's (Korean Society of Chuna manual medicine) joining a Fédération Internationale de Médecine Manuelle (FIMM). Therefore, Sunu manual therapy (SMT) will be introduced as a purely new Chuna manual therapy.

**Main subject** : Sunu manual therapy (SMT) was discovered about two decade ago by a Korean Medicine doctor who wanted to develop a new manual therapy to treat a internal disease. It is very important to make the best use of four powers such as a compression force, a torsion force, a bending force, a tension force using a resonance principle and to experience a feeling of spine axis. SMT is different from Chiropractic technique and Osteopathy technique, in that SMT could treat so many disease using only one technique, but other manual therapy could utilize so many technique to treat only one disease.

**Discussion** : Because SMT utilize a power of a moving in silence, it will take several years to totally master a SMT which will make a patient and a doctor experience a feeling of spine axis. As a feeling of spine axis is deeper, a nerve could be excited and treated by a SMT. Also as a feeling of spine axis is shallower, a muscle could be excited and treated by a SMT.

**Conclusions** : SMT could be classed as a craniocervical chuna therapy or visceral chuna therapy to treat a internal disease considering SMT's action and purpose.

**Keywords** : Sunu Manual Therapy, Technique, Principle, Chuna Manual Medicine

## I. 서 론

2015년도 제3차 건강보험정책심의위원회에서 “14-18 건강보험 중기보장성 강화계획”을 수립하

였다. 그 중에 다빈도 질환인 근골격계 질환에 대하여 한방물리요법 (추나요법 등)의 건강보험 적용 확대 (2018년도)는 한의계에 많은 관심을 불러일으켰다<sup>1)</sup>.

■ 교신저자 : 선우윤영, 인천시 서구 심곡로 100번길 25 가톨릭관동대 국제성모병원 통합의학과  
Tel : (032) 290-3319    Tel : (032) 290-3324    E-mail : 127501@hanmail.net

이를 근간으로 2016년도에 한의계 실무자와 심평원 관계자들의 조정회의 끝에 2017년도에 총 65개 기관을 대상으로 추나요법 시범사업이 실시되기 까지 이르렀다<sup>2)</sup>. 이는 건강보험제도 내에서 추나요법 행위기준 및 타당성의 근거를 마련함으로써, 한의학의 표준화 과학화에 기여하고 보장성을 확대하고자 하는 한의계에 중요한 계기가 되는 사건이라 할 수 있다.

추나요법이 급여화를 위한 시범사업이 진행되면서 추나요법의 행위정의는 단순추나요법(관절가동추나, 관절신연추나, 근막추나), 전문추나요법(관절교정추나), 특수추나요법(두개천골추나요법, 내장기추나요법, 탈구추나요법) 총 3개 분류 7개 행위로 확정되어 심평원에 제출<sup>3)</sup>되었다. 이 중 특수추나요법의 두개천골요법과 내장기추나요법은 근골격계질환의 대상이 될 수 없는 기법에 해당되어 급여화 기법에서 제외되었으며, 이를 제외한 나머지 5가지 행위가 급여화 대상 기법에 해당되었다.

이러한 국내 상황과 맞물려 척추신경추나의학회에서는 국외적으로 MSU (Michigan State University) 교류, FIMM (Fédération Internationale de Médecine Manuelle) 교류, WFCMS (World Federal Chinese Medicine Societies) 교류를 강화함으로써 추나의학의 세계화 강화를 진행<sup>4)</sup>하고 있으며, 그 중 세계수기의학회(FIMM)에 가입한 것은 더욱 의미가 크다. FIMM은 각 나라를 대표하는 수기요법학회 1개만이 가입할 수 있으며, 해당 국가에서 다른 수기요법 학회가 가입을 원하는 경우 그에 대한 거부권을 가지고 있어서 추나요법이 국내에서 수기요법 학회 중 최고의 위상을 강화함과 동시에 세계적인 위상을 강화하는데도 그 의미가 매우 크다. 이렇게 추나의학이 국내 및 국외에서 그 위상강화와 발전을 더해가면서 자연스레 학회 내부에서는 추나요법에 대한 정체성을 확립하고 내실을 강화해야 한다는 의견이 제기되는 것도 사실이다.

추나요법은 사실 중국의 추나요법(Tuina), 일본의 Shiatsu, 미국의 카이로프랙틱과 정골의학 등이

한국 전통기법과 결합되어 변증법적인 과정을 통해서 발전되어 온 것으로<sup>5)</sup>, 현재기준으로 전통기법의 특성을 보여주는 현대 추나기법은 많지 않다. 따라서 한국 고유 대표성을 가지는 수기요법을 국내에서 발굴 및 전파하는 것은 국내외적인 추나의학의 위상을 강화하는데 있어서 매우 중요한 일이라 할 수 있을 것이다.

이에 인천 익수당항의원 및 가톨릭관동대학교 국제성모병원에서 약 30여년간 내과질환 및 근골격계 질환 등에 폭넓게 사용되고 있으며 그 효과에 대해서 임상적 증례가 많이 있는 선우정골요법에 대해서 소개하고 그 원리, 시술방법, 적응증에 대해서 고찰함으로써 추후 추나의학의 저변을 확대시키고 발전할 수 있는 계기를 마련하고자 한다.

## Ⅱ. 본 론

### 1. 선우정골요법

선우정골요법은 가톨릭관동대학교 국제성모병원 선우윤영 교수가 한방 전통의 경락생리학과 양방의 해부생리학을 바탕으로 개발한 추나요법의 하나로 교정을 통하여 자율신경계통 및 척추의 균형을 바로잡아 내과적 질환 및 근골격계 질환을 치료하는 수기요법이다.

선우정골요법은 30여년 넘도록 인천지역을 중심으로 환자에게 널리 시술되고 있으며, 여러 질환을 가진 환자에 대한 치료 유효율이 높은 치료방법으로 인천 익수당항의원을 기반으로 시술이 이뤄져오던 중 가톨릭관동대학교 국제성모병원에서 임상적 유효성을 인정받아 2011년도부터 현재까지 지속적인 시술이 이뤄지고 있다. 특히 가톨릭관동대학교 국제성모병원에서는 암환자를 대상으로도 많은 치료가 이뤄지고 있으며 환자들의 많은 관심을 받고 있다. 현재 여러 환자를 대상으로 한 임상증례를 통해 경험적인 효과는 확인되었으나 체계적인 유효성

임상연구는 아직 부족한 실정이다.

## 2. 시술방법

### 1) 선우정골요법 시술시 필요한 장비 및 기구

선우정골요법 시술에는 우선 환자가 누울 수 있는 치료대가 필요하다. 치료대는 가로×세로×높이 = 72cm×180cm×64cm 크기로 이뤄진 직육면체 모양이며, 치료대의 재질은 환자가 불편함을 느끼

지 않을 수 있는 재질이면 어떠한 것도 괜찮으며, 가톨릭관동대학교 국제성모병원에서는 주로 나무 재질 치료대를 사용한다. 그리고 환자의 위쪽 상완골두와 시술자의 손바닥 사에서 완충역할을 할 수 건이 필요한데, 이는 시술자의 손목에 신전된 상태에서 환자에게 힘을 전달할 때 환자의 충격을 완화 해주며 역으로 시술자의 손목에 가해지는 충격을 완충시켜주는 역할을 한다. 가해지는 충격을 완화 해 시술자에 가해지는 충격을 완충시켜주는 역할을 한다.



수건 2장



치료대

Fig. 1. 선우정골요법 시술시 필요한 장비 및 기구.

## 2) 선우정골요법 시술방법

환자는 측와위 자세에서 치료베드의 가장자리에 위치하고 아래쪽 다리는 곧게 펴고 위쪽다리는 무릎 신전, 고관절 내회전, 내전 상태로 베드 위 바깥쪽으로 위치시킨 상태에서 시술자는 손바닥으로 환자의 견봉부위를 앞쪽에서 받쳐서 본인의 체중을 이용하여 환자의 체중을 한쪽 상지로 받아내는 동작을 약 1-2초 간격으로 반복한다. 한쪽 부위를 이러한 방법으로 시술하는데 약 5분소요, 좌우 교대 약 10분소요, 좌우 교대를 1세트로 총 5세트 실시, 5세트 중 휴식시간 10분을 감안할 경우 총 소요 시간이 60분 정도로 시술하는 수기요법이다. 이와 같은 치료과정을 1회로 하여 환자의 상태에 따라 주 1-2회 치료를 시행하게 된다.

시술에 있어서 중요한 것은 환자의 척추에 힘점의 균형을 맞추는 것이다. 즉 Fig. 4.에서 볼 수 있는 것과 같이 측와위에서 위쪽 어깨 그리고 반대쪽(아래쪽) 골반의 ASIS(Anterior Superior Iliac Spine)과 아래쪽 어깨 그리고 위쪽 골반의 ASIS를 이완하여 만들어진 가상의 X자 중심 포인트에 정확한 힘점의 균형을 맞추는 것이 제일 중요하다. 대체적으로 힘점의 균형은 하부 흉추에 주로 맞춰지게 된다.

정확히 하나의 힘점에 균형이 맞아서 전후 좌우

상하의 균형을 이용하여 척추의 발란스를 환자의 체중을 이용하여 반동이 이용하여 그를 통해 척추와 근육, 신경이 원래 자리를 찾아가는 교정의 효과가 나타날 수 있으며, 이렇게 하나의 힘점에 균형이 맞는 상태를 임상적으로 ‘축이 걸린다’ 라고 표현한다. 축은 얼마나 깊게 힘이 들어가는가에 따라 근육, 관절, 신경 등 모든 척추 주위조직에 걸려 질 수 있으며, 보다 깊게 축을 걸기위해서는 선우정골요법에 보다 숙달되어야 한다. 이런 선우정골요법의 가장 큰 특징은 한 가지의 테크닉으로 작용되는 힘점에 따라 그 치료효과가 여러 가지로 나타날 수 있는 수기요법으로, 여러 가지 테크닉을 통해서 국소적으로 해당 부위만 치료하는 기존 여러 가지의 추나기법, Chiropractic 기법, Osteopathy 기법 등과 시술방법이 차별화 된다.

## 3. 원리

### 1) 선우정골요법에 사용되는 4가지 힘, 벡터, 공명

선우정골요법은 시술자가 환자의 어깨를 누르는 힘을 통해 4가지 각자 다른 힘 압박력(Compression), 장력(Tension), 구부림(Bending), 꼬임력(Torsion)을 환자 몸에서 일으키고 이러한 힘들을



Fig. 2. 선우정골요법 시술방법.

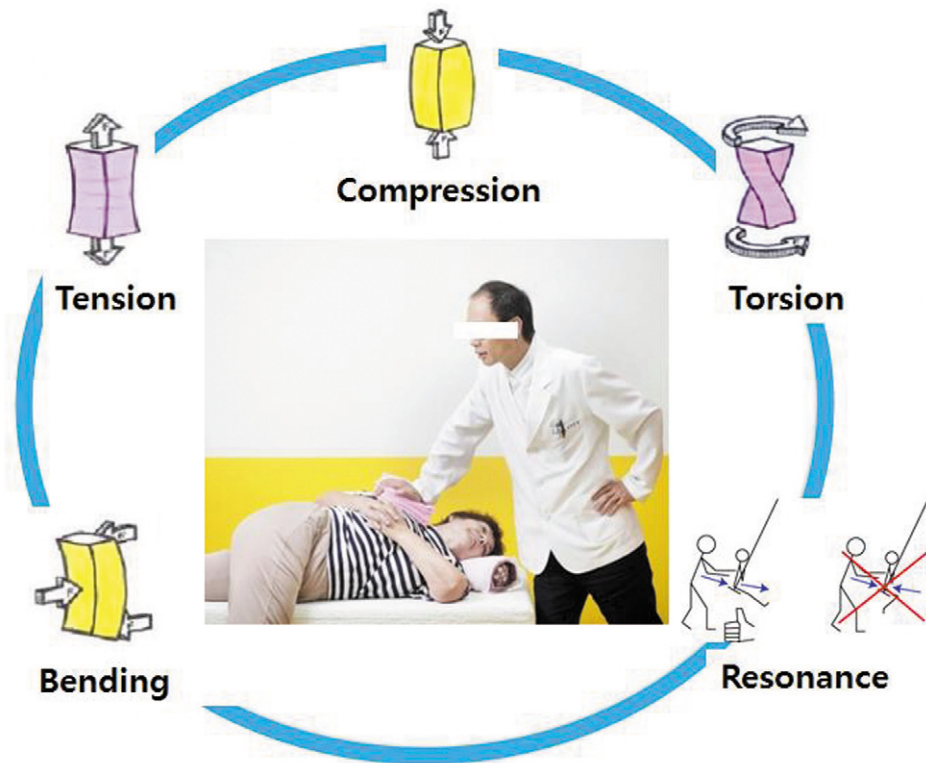


Fig. 3. 선우정골요법에 사용되는 네가지 힘과 공명.

이용하여 근육, 관절, 신경을 이완시키는 방법이다. 공명(Resonance)은 그네를 탈 때 후방 최고점 높이에 달했을 시점에 뒤에서 밀어주어 에너지 소실이 없이 전방 최고점에 더 높이 다다르게 하는 것과 같은 원리이다. 이러한 원리로 시술자의 손을 환자의 어깨에 놓고 시술자의 체중을 이용하여 환자에게 어깨에 힘을 가함으로써 환자의 다리가 반동이 생길 때 가장 최고점에서 환자에게 어깨에 힘을 가해주는 것이다. 즉, 공명의 원리는 시술자의 힘이 상쇄되지 않고 환자의 척추에 전달되고 그 힘이 골반을 중심으로 하여 환자의 다리에 전달되어 반동의 힘으로 나타나게 되는 것이다.

이렇게 시술자의 힘과 환자에게 가해지는 힘의 벡터는 Fig. 4.를 보면 입체적으로 쉽게 알 수 있다. 시술자의 힘(D, 외부 힘)은 환자 몸속으로 들어가는 내부의 힘(E, 빨간선)과 외부의 힘(A, 노란점

선)으로 나뉘어지며, A힘과 B힘은 척추 중심에 생기게 되는 중심 축(C, Axis)를 중심으로 서로 상쇄가 된다. 또한 척추는 중심축을 중심으로 꼬임력(Torsion)이 작용하게 되면서 척추의 상위 흉추부와 골반부에 장력(Tension)이 나타나고, 시술자가 환자의 어깨를 누를 때 공명의 원리를 이용하여 누르며 여기에는 압박력(Compression)이 작용되며, 천골(Sacrum 2번을 중심)과 요추를 중심으로 전만(Lordosis)이 생기면 이를 유발하는 구부리는 힘(Bending)이 나타난다. 그리고 위쪽 어깨와 아래쪽 ASIS를 잇는 선과 아래쪽 어깨와 위쪽 ASIS를 잇는 선이 만드는 축을 중심으로 해서 좌측의 꼬임력의 방향과 우측의 꼬임력의 방향은 서로 반대가 되어 마치 빨래는 찌는 듯한 힘이 걸리게 된다.

인체의 척추와 신경, 근육은 생활습관, 운동, 부상 등 여러 가지 원인에 의하여 불균형 상태를 초래하

게 되고 그에 따라 근육, 관절, 신경 등의 가동범위가 달라진다. 이렇게 개인별로 각기 다른 가동범위 내에서 어깨에 시술자의 손을 놓고 체중을 이용하여 흔들며 줌으로써 근육, 관절, 신경 등이 스스로 본래의 자리로 돌아갈 수 있도록 해주는 치료방법이다.

이러한 선우정골요법은 국소적 교정 치료 방법이 아닌 전신의 교정치료방법으로 장롱이 기울어져 있을 때 틀어진 문짝을 고치는 것이 아니라 장롱을 바로 놓아 자연스럽게 문짝이 맞아들어가게 하는 것처럼 축을 바로잡아 기울어지고 틀어진 척추 관절 신경 등이 제자리를 찾아가게 하는 방법인 것이다.

선우정골요법이 시행될 때 척추에는 중심 축(C, Axis)이 생기게 되는데 이 중심축이 깊게 걸렸다고 시술자나 환자가 느끼게 될 때는 척추주변에 분포하게 되는 자율신경과 척추주변의 말초신경, 척추 내부에 있는 척수신경 및 둘러싸고 있는 막 등에 영향을 주며, 중심축이 얇게 걸렸다고 시술자나 환자가 느끼게 되는 경우에는 척추 주변에 분포하는 근육 등에 영향을 주게 된다. Fig. 5.는 이러한 사항을 그림으로 쉽게 나타내 주고 있다.

중심축이 깊게 걸리는 정도는 환자에 따라 편차가 있다. 대체적으로 젊고 척추의 상태가 좋은 경우 (시술자가 어깨에 손을 올려 교정할 경우 척추의 뻗뻗함 정도가 심하지 않다고 느끼는 경우)에는 중심축이 빨리 걸리게 되며, 빨리 걸리는 경우 일주일 이내에도 중심축이 걸린다. 이와 반대로 대체로 나이가 들고 척추의 상태가 좋지 않은 경우 (시술자가 어깨에 손을 올려 교정할 경우 척추의 뻗뻗함 정도가 심하다고 느껴지는 경우)에는 중심축이 잘 걸리지 않게 되며 몇 달이 걸리는 경우도 있다.

#### 4. 선우정골요법 적응증

##### 1) 적응증

선우정골요법은 通郎不痛 不通郎痛 원리가 적용

되는 추나요법으로, 근육, 관절, 신경 등의 기혈을 원래대로 소통시켜 정상적인 생리기능을 조장하여 병을 치료하는 원리이다.

이러한 선우정골요법은 근육부위에 힘점이 가해지게 되면(축이 걸리게 되면) 근육질환에 사용될 수 있으며, 관절부위에 힘점이 가해지게 되면(축이 걸리게 되면) 관절질환에 사용될 수 있고, 신경부위에 힘점이 가해지게 되면(축이 걸리게 되면) 신경의 지배에 따른 제반 내과질환, 피부과 질환, 암 등의 치료에 응용될 수 있다.

보충해서 설명하면 척추에 축을 걸어 빨래 짜듯 힘이 가해지면 초기에는 긴장되고 수축된 근육에 힘점이 가해지고, 근육의 긴장이 풀어지면 척추 관절에 힘이 가해지고, 척추 관절의 긴장이 풀어지면 등쪽의 교감신경과 말초 신경까지 힘의 영향이 가해지고, 여기서 더 힘이 가해지면 신경막, 중추신경까지 힘의 영향이 있을 수 있다.

신경부위에 작용은 오랜 시술의 경험상 주로 척추 주변에 분포하고 있는 자율신경에 주로 작용을 하게 되는 것으로 여겨진다. 여기에는 자율신경 및 자율신경기능 조절을 통한 면역 및 장기의 기능 조절이 이뤄지는 것으로 보인다. 임상적으로 자율신경실조로 인한 과민성 장염이나 역류성 식도염 등의 내과질환에도 빠른 효과를 보이는 것을 알 수 있었다.

##### 2) 주의사항

선우정골요법은 Fig. 2.에서와 같이 수건2장을 환자의 어깨상완골두 부위에 얹어두고 같은쪽 다리를 치료대 아래로 편하게 내려놓은 상태에서 시술자의 체중이 시술자 상완부를 통해서 환자의 어깨상완골두에 전해질 수 있도록 하는데 환자의 측와위 상태에서 흉추 10-11번을 축으로 체중을 떨어지는 하체의 무게를 시술자가 환자의 체중을 자연스럽게 받아내는 동작을 통하여 전신 스트레칭을 통하여 치료하는 것이다. 이러한 동작을 지속적으로 반복



Fig. 4. 선우정골요법에 사용된 힘과 벡터에 대해.

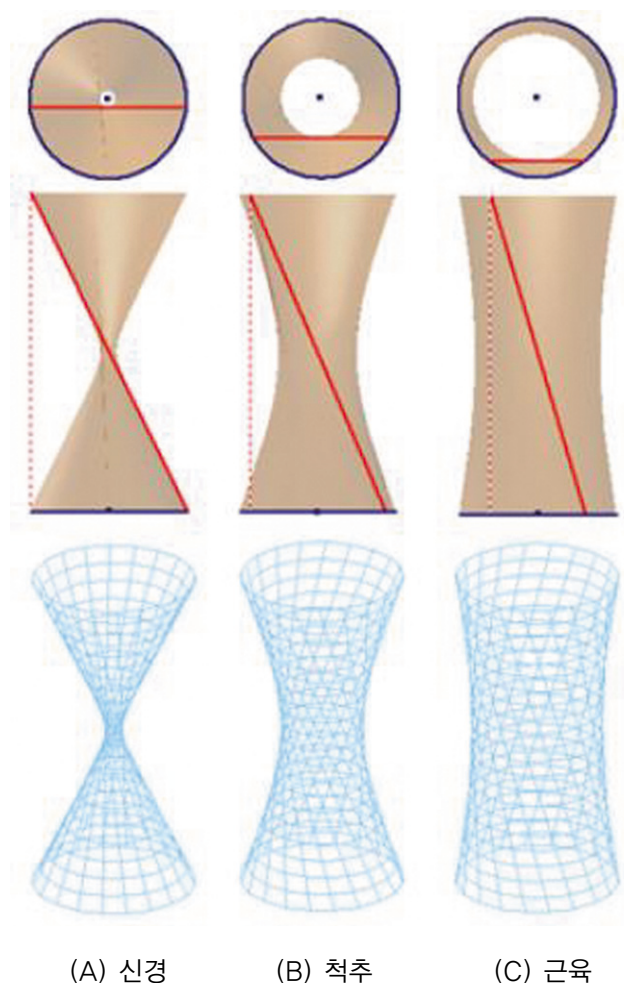


Fig. 5. 축 결림의 깊이에 대한 도해.

할 경우에 시술자의 손 접촉부 아래로 상완신경총 (Brachial Plexus)이 지나감으로 인해서 손 저림이 나타나는 경우가 있다. 그러나 이러한 손 저림이 발생하는 환자 빈도(대략 5-10%)는 높지 않으며, 손 저림이 나타나는 경우에 대다수 일주일 이내에 거의 자연 회복된다. 다만 경우에 따라 Round shoulder가 심한 환자의 경우는 자세 변형으로 인하여 상완운동신경이 자극을 받아 1-2주일 정도 팔에 힘이 빠지는 증상이 나타날 수 있으나, 그러한 경우라도 자연회복 경과를 보인다.

### Ⅲ. 고찰 및 결론

세계수기/근골의학 연합회 (FIMM, (불어) Fédération Internationale de Médecine Manuelle, (영어) International Federation for Manual/Musculoskeletal Medicine)은 수기/근골의학에 있어서 세계 범위에서 높은 수준의 수기/근골의학 표준을 쟁취하고자 하는 목표를 가진 국제조직으로서, 정규 의료인들로 구성된 23개 국가별 학회 간 네트워크 플랫폼을 제공하고 있으며, 과학적이고

교육적인 채널을 통해 근거중심의 연구를 함께 하고 있는 비영리 국제기구이다<sup>6)</sup>.

지난 2016년 9월16일 불가리아 바르나에서 개최된 FIMM 연차 총회에 척추신경추나의학회가 참석하였고, 척추신경추나의학회가 한국을 대표하는 수기의학 학회로서 FIMM에 가입하는 것이 참가국들의 투표를 통해서 승인 되었다<sup>7)</sup>.

FIMM에 가입함으로써 척추신경추나의학회는 세계수기의학연합회 총회 등에서 발언권을 가지게 되었으며, 한국에서 다른 수기요법 학회가 가입을 원할 경우 거부권을 가지게 되어 수기의학 학회로서 국내에서 다른 학회에 비하여 우월한 지위를 차지할 수 있는 기회를 가지게 된다. 또한 FIMM의 세계 표준을 척추신경추나의학회 표준으로 채택하고 이행할 권리와 의무를 갖게 됨으로써 세계 수기의학 발전에 함께 동참하고 공헌할 수 있게 된 데 의미를 두고 있다.

이는 척추신경추나의학회가 명실상부하게 세계 수기의학 연합회에 가입을 하고 이를 통해 보다 체계적인 교육과정과 표준화 과정을 준수해야 하며, 국내에서 추나요법 급여화 시범사업 실시와 건강보험 급여화 추진과 맞물려 추나의학의 발전과 성장에 있어 중요한 의미를 갖는다.

서론에서 언급한 바와 같이 추나요법은 중국의 추나요법(Tuina), 일본의 Shiatsu, 미국의 카이로 프랙틱과 정골의학 등이 한국 전통기법과 결합되어 변증법적인 과정을 통해서 발전되어 온 것이다. 이러한 특성을 가지는 추나요법이 한국 고유 대표성을 가지는 추나기법을 국내에서 발굴하여 세계로 알리고 전파하는 것은 추나의학의 세계화를 추진·강화하는데 있어서 매우 중요한 일이다. 여기에 더하여 추나요법이 현재는 근골격계 질환에 한정되어 급여화 추진이 되고 있으나 추후 내과질환 등에 대한 급여화 대비 필요성도 있다. 이러한 국내외적으로 추나요법 처한 상황은 선우정골요법이 국내에서 자체 발굴 개발된 추나기법의 한 분류로서 자리매김을 해야 하는 당위성과 시의 적절성을 말해준다.

선우정골요법은 Fig. 1.에서 보듯이 직육면체 모양의 치료대와 수건 2장만 준비되어 있으면 된다. 중요한 것은 Fig. 2.에 나타나는 것처럼 척추 부위에 힘점의 균형을 맞춰서 축이 걸리는 상태를 만들어 내는 데 있다. 이러한 축 걸림이 얕으면 근육과 같은 천층 부위에 대한 치료가 행해지는 것이며, 축 걸림이 깊으면 신경과 같은 심층 부위에 그 치료가 행해지는 것이다. 그에 대한 축 걸림을 그림으로 쉽게 표현해 놓은 것이 Fig. 4.에 해당된다. 즉 (A)는 꼬임력이 커지면서 축이 걸려지는 깊이가 깊어서 신경부위를 자극하게 되며, (C)는 꼬임력이 작아서 축이 걸려지는 깊이가 얕아서 근육부위를 자극하게 되는 것이다.

Fig. 3.에 나타나는 것처럼 시술자의 손목을 환자의 한쪽 어깨(상완골두 부위)에 접촉하고 동측 다리를 중력을 이용하여 편하게 아래로 떨어뜨린 후 환자의 체중에 따른 다리의 반동력을 이용하여 시술자는 어깨에서 그 힘을 받아내게 되는 것이다. 여기서 시술자가 환자의 다리 반동력을 환자의 어깨에서 받아내야 하는데 이 동작을 수행할 때 시술자의 체중은 시술하는 손과 같은 다리에 두게 되며, 주관절을 신전시킨 상태에서 구부러짐이 없이 시술자의 체중을 이용해서 동작을 수행해야 한다. 환자의 체중은 시술하는 손과 이러한 동작을 한쪽과 다른 쪽을 번갈아 가면서 시술하며, 한 쪽을 시술하는데 약 5분소요, 좌우 교대 10분소요, 휴식시간 10분 소요(5세트 시행중 소요되는 휴식시간)를 감안할 경우 좌우 교대를 1세트로 총 5세트 실시할 경우 총 60분이 소요된다. 이렇게 1일 60분 시술이 행해지게 되며 환자에 따라 시술 시간은 적절히 조절하게 된다.

이렇게 선우정골요법을 시술하는 것은 겉으로 보기에 단순하고 쉬워 보이지만, 여기에는 정중동(靜中動)의 힘의 역학이 반영된다. 이러한 힘의 역학 때문에 수기요법에 정통한 사람이라 할지라도 완전히 체득하여 시술하는데 최소 몇 년이 걸릴 수도 있

을 정도로 체득 자체가 쉽지는 않다. 시술자의 손이 닿는 어깨와 그 반대편 전상장골극을 이은선과 환자의 상부 고관절과 그 반대편 어깨를 이은선이 서로 만나는 지점에 힘점의 균형이 생기게 되며, 이 힘점에 축이 걸림에 따라서 교정이 이뤄지게 된다. 축이 걸리는데 있어 꼬아주는 힘이 커서 힘점이 깊게 걸리면 신경이, 힘점이 얇게 걸리면 근육이 주된 치료 대상이 되는 것이다.

이러한 선우정골요법과 같은 수기요법에 교육은 이론적인 깨달음도 중요하지만 도제식으로 해당 수기요법에 대한 끊임없는 시행착오를 통한 실습이 중요하다. 겉으로 보기에는 큰 움직임이 없는 듯 보일 수 있으나 힘점을 중심으로 한 역근경 및 정중동의 힘의 역학이 반영되어 있기 때문이다.

그러면 이러한 시술방법과 특성을 가지는 선우정골요법은 추나요법의 7개 행위정의<sup>3)</sup> 중에 어디에 포함되는 것일까? 관절가동추나, 관절신연추나, 근막추나와 같은 단순추나요법은 대체로 시술 전 5분, 시술 중 5분, 시술 후 5분 총 15분의 시술시간을 가진다. 이에 비해 선우정골요법은 60분 정도의 시술시간이 소요되고 시술 난이도도 쉽지 않은 편이어서 단순히 시술행태만 보고 관절가동추나에 해당된다고 보기에는 어려움이 있다. 물론 시술시간을 줄여서 축이 얇게 걸리게 하여 치료할 경우 그 작용범위가 근육이나 관절이 되어 근골격계 질환을 주로 치료하는 관절가동추나의 범주에도 포함될 수도 있다.

앞에 언급했듯이 선우정골요법은 본래 척추주변에 있는 자율신경자극을 치료의 주안점으로 삼고 신경자극을 통한 내과적 질환을 치료하고자 발굴 개발된 고유의 수기요법에 해당된다. 따라서 축을 깊게 잡아서 치료하고 시술시간이 30분 이상으로 오래 소요되고 치료 대상이 신경으로 이에 대한 자극을 통한 내과질환에 해당되는 경우에는 척추주변의 신경자극 및 CSF 순환자극에 초점을 둔 두개천골 추나요법나 신경자극을 통한 내장기 자극에 초점을 둔 내장기 추나에 보다 가깝다고 할 수 있다.

선우정골요법은 인천 익수당한의원 및 가톨릭관동대학교 국제성모병원에서 약 20여년간 내과질환 및 근골격계 질환 등에 폭넓게 사용되고 있으며 그 효과에 대한 임상적 증례가 많이 축적되어있다. 추후에는 이러한 임상증례에 대해 지속적으로 논문을 출간할 예정이며, 본 논문은 그러한 임상적 경험에 대한 논문이 출간될 수 있도록 하는데 쓰일 수 있는 기초자료로서 매우 큰 의미와 가치가 있다고 할 수 있다. 또한 많은 한의사들이 선우정골요법의 그 원리, 시술방법, 적응증에 대해서 고찰하고 배울 수 있는 기회를 제공함으로써 추나의학의 저변이 확대시키고 발전할 수 있는 계기를 마련하고자 한다.

#### IV. 참고문헌

1. The plan of reinforcement of national health insurance service. URL : [http://medipana.com/news/news\\_viewer.asp?NewsNum=162883&MainKind=A&NewsKind=5&vCount=12&vKind=1](http://medipana.com/news/news_viewer.asp?NewsNum=162883&MainKind=A&NewsKind=5&vCount=12&vKind=1)
2. Demonstration Chuna manual therapy project. 2017-02-08. URL : <http://www.mjmedi.com/news/articleView.html?idxno=32450>
3. Korean society of chuna manual medicine for spine & nerves, The society of Korean medicine rehabilitation. The action definition of the physiotherapy of Oriental medicine for Health Insurance Review & Assessment Service.
4. Korean society of chuna manual medicine for spine & nerves. The history of Korean society of chuna manual medicine for spine & nerves. URL : <http://www.chuna.or.kr/v2/01/02.php>.
5. Park TY, Moon TW, Cho DC, Lee JH, Ko

- YS, Hwang EH, Heo KH, Choi TY, Shin BS. An introduction to Chuna manual medicine in Korea: History, insurance coverage, education, and clinical research in Korean literature. IMR. 2014;3(2):49-59.
6. Fédération Internationale de Médecine Manuelle. URL : <http://www.fimm-online.com>
7. Korean society of chuna manual medicine for spine & nerves. KSCMM's Joining a FIMM advocating a EBM. URL: <http://www.akomnews.com/?p=369202>.