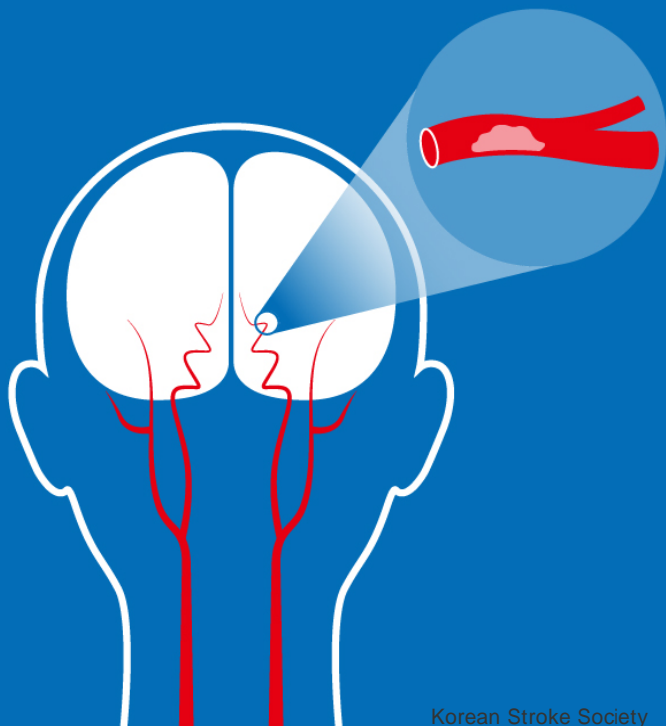


# 2 급성기 뇌졸중 진료 Acute Stroke Management

## 2.5. 뇌졸중의 재활 Rehabilitation of stroke

### 2.5.3. 재활치료의 접근방법 Underlying approach to rehabilitation



## 2.5. 뇌졸중의 재활 Rehabilitation of stroke

### 2.5.3. 재활치료의 접근 방법 Underlying approach to rehabilitation

#### 서론

일상생활에서 장애를 줄이고 기능을 호전시키기 위한 방법으로 다양한 재활치료가 시도되고 있다. 재활 치료는 자극의 종류 또는 작업 훈련의 특이성 또는 적용되는 학습 원리의 차이 등에 의해 구분된다. 재활치료를 제공하는 모든 팀원들이 재활치료에서 일관된 접근에 대한 중요성을 인식하고 기능적 회복을 최대화시킬 수 있는 방향으로 치료를 시행하여야 하는 것이 매우 중요하다. 운동 재학습을 포함한 다양한 치료 방법들이 시행되고 있으나, 치료의 내용 및 효과에 대한 결과가 다양하여 비교 분석이 어렵다.

#### 외국의 권고사항

1. One of the current therapeutic approaches to movement re-education should be used to improve function (RCP: LOE Ia, GOR A).
2. Patients should be given the opportunity to repeatedly practice functional skills and activities (RCP: LOE Ia, GOR A).
3. All staff should be trained in the recognition and basic management of emotional, communication and cognitive problems (RCP: LOE IV, GOR C).
4. All team members handling patients should be taught safe and appropriate ways of moving and handling (RCP: LOE IV, GOR C).
5. Goals should be meaningful and challenging but achievable (RCP: LOE III, GOR B).
6. There should be both short- and long-term goals (RCP: LOE IV, GOR C).
7. Goal-setting should involve the patient (RCP: LOE III, GOR B), and the family if appropriate (RCP: LOE IV, GOR C).
8. Goal-setting should be set at the team level as well as at the level of an individual clinician (RCP: LOE IV, GOR C).
9. Judging progress against goals set ( 'goal attainment scaling' ) may be helpful (RCP: LOE IIb, GOR B).

## 근거

뇌졸중 후 한 가지 방법의 운동 치료만을 적용한 경우에는 의미 있는 효과가 없었으나, 운동 재학습을 포함하여 여러 치료 방법을 같이 적용한 경우 치료를 하지 않은 군에 비해 예후가 호전됨이 밝혀졌다.<sup>12</sup> 하지만 또 다른 메타 분석의 결과, 근력 강화에 미치는 영향을 보았을 때, 운동 재학습이 뇌졸중의 예후에 의미 있는 효과를 보이지 않음이 보고되었다.<sup>3</sup> 또한 뇌졸중 후 기능적 훈련을 반복하면 재활 치료의 효과가 향상된다는 연구가 보고되었다.<sup>45</sup> 그리고 뇌졸중 발생 60일 이내의 환자에서 반복적인 보행 훈련을 물리치료와 함께 시행할 때, 물리치료만을 단독으로 시행한 군에 비해 보행 기능이 증가함도 알려져 있다.<sup>6</sup>

뇌졸중 환자에서 목표 설정이 뇌졸중 후의 기능 회복에 도움을 준다는 사실이 보고되었다.<sup>7</sup> 특히 의사, 물리치료사 및 환자가 함께 참여하는 목표 설정 및 평가 회의를 통하여, 환자의 요구 사항을 더 고려할 수 있으며, 환자 및 보호자 그리고 재활치료 팀의 협조가 원활해지며, 구체적이고 성취 가능한 목표를 설정할 수 있음이 알려졌다.<sup>8,9</sup>

## 국내의 권고사항

1. 운동기능 향상을 위해 운동 재학습, 신경생리적 접근, 생역학적 접근 등 여러 치료 방법들을 환자의 상태에 따라 조합하여 개별적으로 적용할 것을 권장한다. (근거수준 Ia, 권고수준 A)
2. 재활 목표 설정 시 환자와 보호자도 같이 참여할 것이 추천된다. (근거수준 IIb, 권고수준 B)
3. 재활 목표는 단기 및 장기 목표로 설정하며 목표의 달성 정도를 평가하고 재설정하는 것이 고려된다. (근거수준 IV, 권고수준 C)

## 참고문헌

1. Pollock A, Baer G, Pomeroy V, Langhorne P. Physiotherapy treatment approaches for the recovery of postural control and lower limb function following stroke. *Cochrane Database Syst Rev*. 2003;CD001920.
2. Pollock A, Baer G, Pomeroy V, Langhorne P. Physiotherapy treatment approaches for the recovery of postural control and lower limb function following stroke. *Cochrane Database Syst Rev*. 2007;CD001920.
3. Ada L, Dorsch S, Canning CG. Strengthening intervention increase strength and improve activity after stroke: a systematic review. *Aust J Physiother*. 2006;52:241.
4. Langhorne P, Wagenaar R, Partridge C. Physiotherapy after stroke: more is better. *Physiother Res Int*. 1996;1:75.
5. Kwakkel G, Wagenaar R, Twisk J, Lankhorst G, Koetsier J. Intensity of leg and arm training after primary middle-cerebral-artery stroke: a randomised trial. *Lancet*. 1999;354:191.
6. Pohl M, Werner C, Holzgraefe M, Krocze G, Mehrholz J, Wingendorf I, Hoelig G, Koch R, Hesse S. Repetitive locomotor training and physiotherapy improve walking and basic activities of daily living after stroke: a single-blind, randomized multicentre trial. *Clin Rehabil*. 2007;21:17.
7. van Vliet P, Sheridan M, Kerwin D, Fentem P. The influence of functional goals on the kinematics of reaching following stroke. *Neurology report*. 1995;19:11.
8. Monaghan J, Channell K, McDowell D, Sharma AK. Improving patient and carer communication, multidisciplinary team working and goal-setting in stroke rehabilitation. *Clin Rehabil*. 2005;19:194.
9. Holliday RC, Ballinger C, Playford ED. Goal setting in neurological rehabilitation: Patients' perspectives. *Disabil Rehabil*. 2007;29:389.