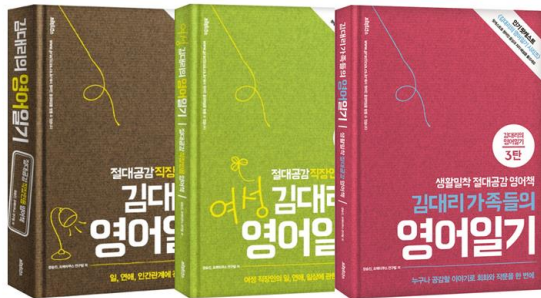


함께 쓰는 영어 일기 52

<광고>



김대리의 영어일기 시리즈

누구나 공감할 내용으로 학습 효과 Up

팟캐스트로 들으면서 학습 효과 Up

한 달 전쯤 목이 너무 빠근하고 찌릿한 느낌이 나서 퇴근후에 병원에 갔다. X-RAY를 먼저 찍어보았는데, 더 자세히 상태를 확인하기 위해서 MRI까지 찍어보자고 하셨다. 며칠 후에 결과가 나왔는데, 의사선생님께서 목디스크가 손상되어 터지면서 신경을 건드리는 바람에 통증이 느껴지는 것이라고 하셨다. 목디스크나 허리 디스크는 사무직으로 일하는 사람들의 직업병이라고 한다. 나의 경우도 별반 다를 바 없이 일명 거북목 자세로 장시간 앉아서 일을 한 것이 문제였다. 두 달 간 한방치료와 양방치료를 병행하기로 했다. 의사선생님 말씀으로는, 물리치료나 도수치료로 통증을 없애고, 침이나 한약으로 근본적인 원인을 치료할 수 있다고 한다. 병원비가 상당히 많이 들 예정인데, 안타깝게도 나는 해당되는 보험이 없어서 혜택을 받을 수가 없다고 한다. 치료받을 때 아픈 건 참을 만한데, 병원비를 낼 땐 눈물이 난다. 그래도 더 늦기 전에 치료를 시작한 것을 다행으로 여겨야지. 치료도 잘 받고, 의식적으로 자세도 계속 고치면서 얼른 나아야겠다.

One month ago, I had a stiff neck and a tingling sensation around my neck. So I went to see a doctor after work. They took an X-ray first, but the doctor advised me to have an MRI for further inspection. The result came out a few days later. The doctor said that I had a slipped disc. He said the disc was ruptured and was pressing against the nerves. That's why I felt the pain. Neck and lower back disc pain are occupational diseases for office workers. I'm no different either, and the problem was I sat at the desk with forward head posture for too long. I decided to have both orthopedic and Oriental medicine treatment at the same time for two months. The doctor said physical therapy and manual therapy will help reduce the pain, and acupuncture and Korean herbal medicine will fundamentally cure the problem. The medical bill will cost an arm and a leg, but sadly, I don't have insurance to cover the treatment. The pain of treatment is endurable, but the hefty medical bills bring me to tears. But it's a relief that I started the treatment before it was too late. I hope I will be cured soon through the treatment and by correcting my posture.

한 달 전쯤 목이 너무 빠근하고 찌릿한 느낌이 나서 퇴근후에 병원에 갔다.

One month ago, I had a stiff neck and a tingling sensation around my neck. So, I went to see a doctor after work.

X-RAY를 먼저 찍어보았는데, 더 자세히 상태를 확인하기 위해서 MRI까지 찍어보자고 하셨다.

They took an X-ray first, but the doctor advised me to have an MRI for further inspection.

며칠 후에 결과가 나왔는데, 의사선생님께서 목디스크가 손상되어 터지면서 신경을 건드리는 바람에 통증이 느껴지는 것이라고 하셨다.

The result came out a few days later. The doctor said that I had a slipped disc. He said the disc was ruptured

and was pressing against the nerves. That's why I felt the pain.

목디스크나 허리디스크는 사무직으로 일하는 사람들의 직업병이라고 한다.

Neck and lower back disc pain are occupational diseases for office workers.

나의 경우도 별반 다를 바 없이 일명 거북목 자세로 장시간 앉아서 일을 한 것이 문제였다.

I'm no different either, and the problem was I sat at the desk with forward head posture for too long.

두 달 간 한방치료와 양방치료를 병행하기로 했다.

I decided to have both orthopedic and Oriental medicine treatment at the same time for two months.

의사선생님 말씀으로는, 물리치료나 도수치료로 통증을 없애고, 침이나 한약으로 근본적인 원인을 치료할 수 있다고 한다.

The doctor said physical therapy and manual therapy will help reduce the pain, and acupuncture and Korean herbal medicine will fundamentally cure the problem.

병원비가 상당히 많이 들 예정인데, 안타깝게도 나는 해당되는 보험이 없어서 혜택을 받을 수가 없다고 한다.

The medical bill will cost an arm and a leg, but sadly, I don't have insurance to cover the treatment.

치료받을 때 아픈 건 참을 만한데, 병원비를 낼 땐 눈물이 난다.

The pain of treatment is endurable, but the hefty medical bills bring me to tears.

그래도 더 늦기 전에 치료를 시작한 것을 다행으로 여겨야지.

But it's a relief that I started the treatment before it was too late.

치료도 잘 받고, 의식적으로 자세도 계속 고치면서 얼른 나아야겠다.

I hope I will be cured soon through the treatment and by correcting my posture.