



삼을 이기자!

식생활 개선·담배 끊으면 60% 예방



<권순석 교수>

고령 인구의 증가와 질병 양상의 변화로 인해 현대 사회에서 국민건강을 위협하는 가장 위험한 질환이 바로 암이다. 한 해 동안 암으로 사망하는 사람만 전국적으로 6만6천명여 명에 이르며, 이는 전체 사망자의 27.4% (2006년도 기준)에 해당하는 엄청난 숫자다.

결국 국민 4명 중 한 명은 암에 걸려 사망하고, 하루 평균 181명씩 암 사망자가 발생하는 것이다.

특히 광주·전남지역은 노령화가 상대적으로 빠르게 진행되고 있는 지역으로 암을 효과적으로 예방하고 암 환자를 적절하게 관리하기 위한 사회적 노력이 절실히 실정이다.

이에 따라 광주일보와 '전남지역암센터(화순전남대교병원)'는 '암을 이기자'라는 특집 시리즈를 매달 1회 연재한다. 효과적인 암 치료의 방법과 예방법, 위암·폐암 등 한국인에게 발생 빈도가 가장 높은 암을 집중 조명할 계획이다.

인구 10만명 당 광주 113명·전남 213명 사망

폐암·갑상선암·식도암 발생 전국 평균 웃돌아

◇해마다 1만명씩 새로운 암환자가 발생=광주·전남에서는 해마다 1만여명의 새로운 암환자가 발생하는 것으로 추정된다. 한국중앙암등록본부의 자료에 의하면 2002년을 기준으로 남자는 5천894명, 여자는 4천143명의 암환자가 새로 발생한 것으로 보고됐다.

각 부위별 호발암 순위를 살펴보면 남자는 위암(22.4%)→폐암(18.3%)→간암(16.9%)→결장직장암(9.2%)→식도암(4.2%) 순으로 발생했다. 여자는 위암(17.1%)→갑상선암(13%)→대장암(10.6%)→유방암(9.8%)→폐암(8.5%)의 순으로 발생빈도가 높았다.

전국 자료와 비교할 때 남녀 폐암과 여자 갑상선암, 남자 식도암의 비율이 상대적으로 높았고, 남녀 대장암과 여자 유방암은 더 낮은 비율을 보였다. 대장암과 유방암 등은 증가세를 보이는 반면, 위암은 감소 추세를 보였다. 특히 임상적인 예후가 좋은 갑상선암의 연령표준화 발생률은 전국에서 가

장 높은 편이다.

◇매일 15.7명의 암 사망자 발생=통계청의 자료에 따르면 2006년 도에 광주에서는 1천575명, 전남에서는 4천149명이 암으로 사망했다.

전체 사망자에서 차지하는 비율이 광주가 27.6%(남자 32.9%, 여자 21.5%), 전남은 25.7%(남자 31.5%, 여자 18.7%)로 전국 평균 27.3%(남자 31.5%, 여자 22.2%)에 비해 광주는 높고 전남은 낮은 수준이었다.

인구대비 암 사망률은 전남이 10만명당 213명, 광주는 113명으로 큰 차이를 보이고 있다. 전남은 전국 16개 시·도 중에서 200명이 넘는 유일한 지역이며, 광주도 7개 광역 시 중에서 부산과 대구에 이어 3번째로 높은 조사률을 보였다.

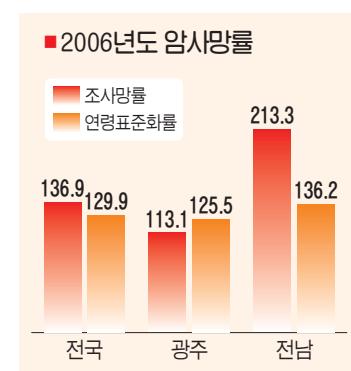
지역 인구의 연령구조를 감안하여 산출된 연령표준화 암 사망률은 전남이 10만명당 136.2명으로 전체 시도에서 5위, 광주가 125.5명으로 11위를 기록했다.

◇암 예방 및 관리요령=국제암



전남지역암센터(화순전남대교병원)는 지난 3월 21일 '제 1회 암 예방의 날 기념식'에서 유방암 원치자 모임인 '백일홍회' 회원들과 병원 자원봉사자들을 구성된 서포터즈 밸대식을 갖고 암 예방활동을 펼쳐나가기로 했다.

(화순전남대교병원 제공)



연구소의 보고에 의하면 암 발생의 30%는 흡연이 원인이며, 30%는 식이 요인, 18%는 만성감염에 기인한다고 한다. 따라서 일상생활에서 암예방을 위한 생활습관의 실천만으로도 암 발생의 상당 부분은 예방이 가능하다.

세계보건기구에서도 암의 3분의 1은 예방이 가능하고, 또 3분의 1은 조기진단 및 치료를 통해 완치가능 하므로 적극적인 예방활동과 적절한 암 조기검진프로그램의 중요성을 강조하고 있다. 국내에서는 위암, 간암, 대장암, 유방암, 자궁경부암 등 5대 암에 대한 무료 검진프로그램인 국가암조기검진사업을 도입해 운영하고 있다.

사업의 대상자 수는 2006년도에 이

미 700만명을 넘어섰으나 수검률은

국민 암 예방수칙 10가지 (보건복지기획부 제정)

- ▲ 담배를 피우지 말고, 남이 피우는 담배연기也不要 피하기
- ▲ 채소와 과일을 충분하게 먹고, 다채로운 식단으로 균형잡힌 식사하기
- ▲ 음식을 짜지 않게 먹고, 탄 음식을 먹지 않기
- ▲ 술은 하루에 두잔 이내로만 마시기
- ▲ 주 5회 이상, 하루 30분 이상 땀이 날 정도로 걷거나 운동하기
- ▲ 자신의 체격에 맞는 건강 제종 유지하기
- ▲ 예방접종 치침에 따라 B형 간염 예방접종 백기
- ▲ 성 매개 감염병에 걸리지 않도록 안전한 생활하기
- ▲ 빌암성 물질에 노출되지 않도록 작업장에서 안전 보건 수칙 지키기
- ▲ 암 조기 검진 치침에 따라 검진을 빠짐없이 받기

아직까지 20% 수준에 그치고 있어 사업의 활성화가 시급한 실정이다.

지역 암 관리사업을 전문화하기 위해 화순전남대교병원은 2004년에 국가지정 '전남지역암센터'를 설치했다. 2007년도부터 국비와 전라남도의 도비를 지원받아 암예방 및 홍보, 교육, 재가암환자관리 등 지역 암 관리사업을 본격적으로 추진하고 있는 중이며, 향후 '전라남도 암 정복 2015' 계획수립 등 지역 사회의 암 관리능력을 향상시키기

위해 관련기관과의 협력활동을 지속해 나갈 예정이다.

암은 치료가능한 만성질환의 하나에 불과하다. 따라서 암을 예방하고 효과적으로 관리하기 위한 개인과 지역사회와의 관심과 노력이 지속된다면 암 사망률의 감소와 생존율의 획기적인 증가를 통해 암으로 인한 질병부담을 점차 줄여나갈 수 있을 것이다.

(권순석 전남지역암센터 교수)

/정리=인현주기자 ahj@



광주 동아병원 불우청소년들에 장학금

개원 13주년을 맞은 광주 동아병원(대표원장 이경호)이 지난 15일 열린 개원기념식에서 소년 소녀가장 및 불우청소년들에게 장학금을 전달했다. <사진>

동아병원은 이날 나주 KT연수원에서 전체직원 200여명이 참가한 가운데 기념식을 갖고 어린이 재단(구 한국복지재단) 광주지역본부로부터 추천받은 불우청소년 10명에게 500만원의 장학금을 수여했다.

'존경받는 병원'이라는 캐치프레이즈를 내건 동아병원은 지난 2005년 'Great Dong-A 2010' 계

획을 수립하고 병원의 사회적 역할에 대한 책임과 사회환원 사업을 펼치고 있다.

조선대병원 방사선 암 치료법 토론회

조선대학교병원(원장 조남수)는 지난 13일 병원 내에서 '방사선 치료와 암 치유'라는 주제로 빠르게 변화하고 있는 방사선 암 치료법과 최신 경향에 대한 토론회를 개최했다.

토론회에는 나병식 전남의대 교수, 배춘식 한림의대 교수, 전미선 아주의대 교수, 김대용 국립암센터

터 등 암 치료의 권위자들이 참석해 방사선 치료에 대한 의견을 나눴다. 지난 4월 본격적인 3차원 방사선 암 치료기를 도입한 조선병원은 1일 외래환자 1천600여명에 이르고 있으며, 암센터와 심혈관센터, 당뇨병센터, 응급의료센터 등 전문센터를 운영하고 있다.

/안현주기자 ahj@kwangju.co.kr

'코골이' 기억력 떨어진다

기억 저장 뇌 부위 유두체 줄어 들어

코를 심하게 골면서 간헐적으로 흡입이 끊어지는 수면무호흡증은 기억력 저하를 가져온다는 연구 결과가 나왔다.

미국 로스앤젤레스 칼리포니아 대학 의과대학 신경생물학교수 로널드 하퍼 박사는 수면무호흡증은 기억력을 저하시기는 뿐 부위인 유두체(mammalian bodies)를 축소시킨다고 밝힌 것으로 헬스데이 뉴스가 11일 보도했다.

하퍼 박사는 수면무호흡증 환자 43명과 수면무호흡증이 없는 사람 66명의 뇌를 자기공명영상(MRI)으로 관찰·비교한 결과 수면무호흡증 환자들이 대조군에 비해 유두체의 크기가 거의 20% 작은 것으로 나타났다.

이 새로운 사실은 알코올중독이나 노인성치매(알츠하이머병) 같은 다른 질병으로 기억력이 손상된 환자들도 유두체가 위축되어 있다는 사실에 비추어 매우 중요한 것으로 생각된다. 하퍼 박사는 덜쳤다.

이 연구 결과는 '신경과학 통신(Neuroscience Letters)' 최신호(6월 27일자)에 발표되었다.

/연합뉴스

movies

Happy Time

영화안내

www.megabox.co.kr

더기박스

구.전남약국사거리 ☎ 1544-0600

1관 인크레더블 힐크 (15세) 최고급관

2관 섹스 앤 더 시티 (18세)

3관 라스베이거스에서 생길수있는일 (15세)

4관 흑심모녀 (12세)

5관 해프닝 (18세)

6관 도화선 (18세)

7관 인디애나존스 (12세) / 디아이 (15세)

8관 88분 (15세) / 해프닝 (18세)

9관 콩푸팬더·자막 (전체)

영화 희망 이수하면 경품&혜택이 쓰여진다! (~2008.06.30)

• 이프유 주차장 이용시 2시간 90분 무료 (단, 영화 관람고객이 한명) : 2시간 90분 초과시 정상요금 부과

Happy Time

www.entercinema.co.kr

• 이프유 주차장 이용시 2시간 90분 무료 (단, 영화 관람고객이 한명) : 2시간 90분 초과시 정상요금 부과

온 가족의 편안한 문화공간

총장로 5가 (전화예약) 228-2700

1관 콩푸팬더 (전체)

2관 걸스카우트 (15세) / 나니야연대기 (전체)

3관 인크레더블 힐크 (15세)

4관 해프닝 (18세)

5관 흑심모녀 (12세)

6관 콩푸팬더 힐크 (15세) / 콩푸팬더 (전체)

7관 인크레더블 힐크 (15세)

8관 도화선 (18세)

9관 콩푸팬더 (전체) / 나니야연대기 (전체)

10관 인크레더블 힐크 (15세)

* 호남 최대 주차장 * 매일심야 상영합니다

* 네고판타스 힐크 (10세) * 절반과 상영중

* 상영시간과 결방시간 * 1544-7941

* 매일심야 상영합니다 *

* 무료주차 3시간 *

* 이동통신사 할인혜택 *

* 배스自然灾害 사무실 (070-4270-1140)

* ARS 전화예매 1544-0070

* 5000원 넘는 주차장(3시간기준) * 365 매일 심야 * 이동 통신사 & OK 케이블 카드 할인 혜택

* 하미 수영장 265-5757 * 하미 블링킹 262-0925 * 하미 골프장 261-5060 * 영만관 애식당 261-2000

* 무료주차 3시간 (광주 세우소 일 호남타워주차장) 단 일정권 구매 고객에 한함

ARS 전화예매문의 227-1960

제일시네마

총장로 3가 VARS 전화예매 227-1980

1관 해프닝 (15세)

2관 콩푸팬더 (전체)

3관 섹스 앤 더 시티 (18세)

4관 흑심모녀 (12세)

5관 인디애나 존스 (12세)

<div style="background-color: #008000;