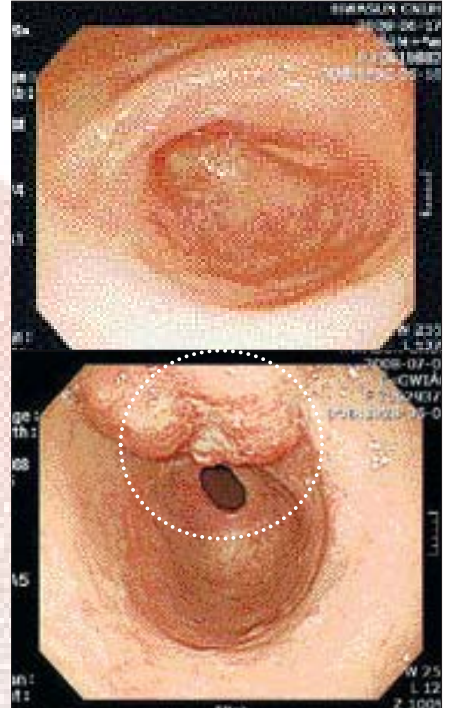




광주일보·전남지역약센터 공동기획

암을 이기자!

<2> 위암 예방과 치료



# 비타민 C 섭취하고, 짜고 매운 음식 피하라

<채소·과일에 다량 함유>



<박영규 교수>

위암은 국내에서 가장 많이 발생하는 암이며(전체 암 발생의 약 23%), 암 사망 원인으로 폐암에 이어 두 번째로 많다. 서구의 경우 위암 발생률이 꾸준히 감소하고 있는 반면 한국, 일본과 같은 아시아 국가들의 위암 발생률은 여전히 높은 편이다. 이는 인종간 생물학적 차이뿐만 아니라 식생활 등의 환경적 요인이 보다 큰 원인으로 추정된다.

### 가족력 있는 경우 일반인보다 발병률 3~4배 높아 40세 이상 증상 없어도 매년 내시경 등 정기 검진을

만감, 동통, 소화불량, 체중감소, 빈혈 등의 다양한 증상이 나타난다. 후기 위암의 경우 구토, 토혈, 혈변 등과 같은 합병증이 나타나게 된다.

비교적 완치율이 높은 조기위암은 조기검진을 통해 빨리 발견하는 것이 무엇보다 중요하다. 대한위암학회는 위암발병률이 높아지는 40세 이상의 성인은 증상이 없어도 매년 내시경이나 위장관촬영술을 시행하도록 권고하고 있다. 특히 위암 가족력이 있거나, 만성 위축성 위염 같은 위암의 선행질환들이 있는 경우에는 권고안대로 주기적인 검사를 받아야 한다.

◇치료와 수술=현재까지 위암의 유일한 완치 방법은 종양을 절제하는 것이다. 내시

경 조직검사에서 위암이 진단된 경우 복부 전산화단층촬영으로 진행 정도를 판단하고 수술 여부를 결정한다.

종양이 위에 국한돼 있거나, 전이가 있지만 주변 림프절(포유류의 면역기관)에만 제한된 경우에 절제술을 시행한다. 때로는 주위 장기에 침범이나 적은 개수의 복막 또는 간 전이가 있다 하더라도 확대수술로 좋은 치료 결과를 얻을 수도 있다.

수술이 불가능한 경우에는 항암화학요법과 같은 고식적 치료를 받게 된다. 위암 수술은 종양을 포함한 위와 주변의 림프절을 함께 절제하는 것이 원칙이며, 종양의 위치에 따라 부분 절제하거나 위 전체를 절제하기도 한다. 과거와는 달리 절제 범위에 따른 수

술 위험도의 차이는 그렇게 크지 않다. 국내에서 위암 수술 후 사망률은 1% 내외이다. 서구의 4~8%에 비해서도 매우 낮은 수준이다. 조기위암은 내시경적 절제, 복강경 수술, 개복 수술 모두를 적용할 수 있다. 그러나 각각의 치료 방법은 장점 및 단점, 세분화된 적응증이 있어서 어느 방법이 가장 최선이라고 규정할 수 없다. 선택 전에 전문가의 상세한 설명과 환자의 이해가 필요하다.

수술 후 항암화학요법은 절제술 후 재발의 위험을 줄이고자 보조적 요법으로 시행한다. 그러나 환자와 병의 진행상태나 치료 중간에 약물에 대한 반응 등을 관찰하면서 시행하기 때문에 대상과 방법은 환자마다 다양하다.

◇수술 후 관리=위암의 예후는 수술 당시 환자의 상태에 따라 달라진다. 림프절 전이가 없는 조기위암의 경우 수술만으로 95% 이상의 완치율을 기대할 수 있는 반면, 3기인 경우에는 35~52% 정도로 치료효과가 감소한다. 따라서 수술 후 최소한 5년간은 의사의 지시에 따라 6개월에서 1년 간격의

정상적인 위의 내시경 사진(위)과 위암이 발생한 위의 내시경 사진. 점선 부위가 암 종양이다.

정기적인 추적검사가 필요하다.

위암 수술 후 초기에는 식후 복통 및 팽만감, 설사, 음식물 역류 등과 같은 불편한 소화기 증상과 체중감소가 있을 수 있다. 그러나 수술 후 3~6개월에는 일상생활이 가능할 정도로 충분히 회복이 된다.

아직까지는 복합적 원인에 의해 발생하는 위암을 완전히 예방 또는 치유할 수 있는 치료제는 없기 때문에 무엇보다 위암을 조기에 발견해 수술적 치료를 받는 것이 가장 최선의 예방과 치료방법이라 할 수 있다.

(화순전남대학교병원 박영규 위장관외과 교수)

/정리=안현주기자 ahj@kwangju.co.kr

◇발생 원인과 예방=위암의 원인은 유전적 요인과 환경적 요인이 복합적으로 작용한다. 가족력이 있는 경우가 있는 경우보다 3~4배 이상 발생률이 높다.

위암을 유발하는 대표적인 위험 요인들은 '소금'과 '헬리코박터 파이로리' 감염을 들 수 있다. 이외에도 김치, 방부제, 색소와 같이 '질산염'이 많이 포함된 음식, 고기와 생선의 탄 부분, 음식물 발효 시에 곰팡이가 나오는 독소인 '아플라톡신', '흡연' 등이 원인으로 알려져 있다.

이에 반해 과일과 채소에 많이 포함되어 있는 '비타민C', 해산물, 고기, 곡류, 우유, 브로

콜리 등에 많이 포함되어 있는 '셀레늄'과 같은 항산화제와 콩, 녹차, 마늘, 생선 등에 포함된 성분들이 위암을 예방하는데 효과적이라고 알려져 있다.

따라서 짜고 매운 음식, 불에 태운 음식, 질산염 화합물이 포함된 음식들을 삼가고 신선한 과일과 채소들을 포함한 균형잡힌 식생활을 하는 것이 가장 바람직하다.

◇중증과 검진=위암은 초기에는 특이 증상이 없기 때문에 대부분 진단이 늦다. 조기 위암의 경우 건강검진에서 우연히 발견되는 경우가 많다.

위암 진행 정도에 따라 상복부 불쾌감, 팽

**미용성형수술은 성형외과 전문의와 함께**

**광주 성형외과개원의 협의회**

신부위 성형수술은 미용의 꽃입니다. **성형외과 전문의의 손으로 구하라**

14일 화순전남대병원에 따르면 '보호자 없는 병원' 시범사업을 실시한 지난해 6월부터 최근까지 보호자 없는 병실을 이용한 환자 172명의 평균 병상 이용률은 83.5%를 기록했다. 과별로는 정형외과 148명, 재활의학과 12명, 혈액종양내과 5명, 내분비외과 2명, 내분비대사내과·신장내과·산부인과·호흡기내과 각 1명으로 집계됐다.

이 환자들을 대상으로 '환자만족도'를 조사한 결과 '간병서비스에 대한 전반적 만족도'는 10점 만점에서 9.5점, '담당 간호사에 대한 전반적 만족도'는 9.7점으로 나타났으며, 특히 '보호자 없는 병실에 재입원 의향'에 관한 사항에서는 100%가 '다시 이용하겠다'고 답해 만족도가 아주 높은 것으로 분석됐다.

이에 따라 병원 측은 시범사업이 마무리되더라도 '보호자 없는 병원'을 자체 운영하기로 결정하고, 이달부터 올해 말까지 운영할 계획이다. 병원 측은 또 지속적인 모니터링과 타 병원의 종합적인 운영사례 등을 조사해 이를 반영할 예정이다.

한편 '보호자 없는 병원'은 보호자가 병실에 상주할 수 없거나, 고가 간병인을 고용해야 하는 경우 병원 차원에서 필요한 서비스를 제공하는 것으로 화순전남대학교병원에서는 지난해 6월 말부터 6인실 2개(12병상)를 운영했다.

병희승 병원장은 "최근 고령의 환자가 늘고 있지만 일상이 바쁜 가족들이 환자를 간호할 시간이 없는 경우가 많다"며 "전문 간병시스템을 구축해 고객의 입장에서 환자들을 돌보려고 노력하고 있다"고 말했다.

/안현주기자 ahj@kwangju.co.kr

메카 성형외과 #282-3000	최광림 성형외과 #226-8576	김한익 성형외과 #228-3777
새 꿈 성형외과 #510-9100	최석환 성형외과 #224-9900	류봉수 성형외과 #334-0029
신세계 성형외과 #251-1114	고 보 성형외과 #223-4000	이정호 성형외과 #263-0075
오성근 성형외과 #303-3003	권 주 성형외과 #682-1126	메디칼 성형외과 #252-5252
5대 동 성형외과 #370-4114	권대홍 성형외과 #224-0663	비행문 성형외과 #236-2300
조석현 성형외과 #228-8200	김영일 성형외과 #227-0277	황-리 성형외과 #224-5550
나준연 성형외과 #225-0119	김동익 성형외과 #224-3771	신지호 성형외과 #222-9222



화순전남대병원이 운영하고 있는 '보호자 없는 병원' 시범사업 병실에서 한 환자가 전문간병인으로부터 도움을 받고 있다. (화순전남대병원 제공)

## 화순전남대병원 '보호자 없는 병원' 시범 시행 1년 환자들 "또 이용하겠다" 대만족

화순전남대병원이 보건복지부 지정 '보호자 없는 병원'으로 지정돼 지난 1년간 시범사업을 진행한 결과 환자 보호자들의 만족도가 높은 것으로 나타났다.

14일 화순전남대병원에 따르면 '보호자 없는 병원' 시범사업을 실시한 지난해 6월부터 최근까지 보호자 없는 병실을 이용한 환자 172명의 평균 병상 이용률은 83.5%를 기록했다. 과별로는 정형외과 148명, 재활의학과 12명, 혈액종양내과 5명, 내분비외과 2명, 내분비대사내과·신장내과·산부

## 男, 잦은 음주-치루·女 다이어트-치열 치질 성별따라 발병 유형 다르다

치질은 우리나라 50세 이상 국민의 절반이 앓고 있는 질환으로 알려져 있다. 그런데 이 치질이 남녀 성별에 따라 빈발하는 유형이 다른 것으로 나타났다.

주 횡수도 많고 과음하는 일도 잦다. 음주는 잦은 설사로 이어져 항문생 입구에 오물이 모이게 하는 요인이 된다. 치열은 항문이 좁아 찢어지는 질환이다. 남성보다 여성에게 2배 정도 많다. 이는 여성의 경우 항문이 좁은 편인데다 변비 환자가 많기 때문으로 추정된다. 변비로 인해 딱딱한 변을 보게 되면 항문에 상처가 생기기 쉽고 이 상처가 반복되면 결국 치열로 이어진다. 대부분의 여성은 살아가면서 임신과 다이어트를 한 번 이상 하게 된다. 그런데 이 두 가지는 변비를 일으키고 치열로 악화되는 수가 많다. /연합뉴스