

M 의료 라운지 Medical lounge



광주일보·전남지역암센터 공동기획

암을 이기자!

<6> 유방암 증상·예방 치료



광주시의사회 사랑의 연탄 기증

광주시의사회(회장 허 정)는 지난 5일 광주시청을 찾아 겨울철 난방비를 마련하지 못해 어려움을 겪는 소외계층을 위한 사랑의 연탄 1만장을 기증했다.

총 가정 50세대에 전달될 예정이다. (사진) 시의사회는 매년 불우이웃돕기 성금기탁과 소년소녀가장 장학금 지원, 저소득가정 진료지원 사업 등 사회봉사 활동을 펼쳐오고 있다.

조선대병원 암센터 개원 1주년 세미나

조선대학교병원(병원장 조남수)이 암센터 개원 1주년을 맞아 BRM 연구소와 공동으로 '현대 의학과 천연물 항암분자표적요법 통합치료의 병원적용'을 주제로 학술세미나를 개최한다.

실장이 '천연물 항암요법', 조선대 한세준 산부인과 교수 '암의 광역동 치료', 삼성병원 손준광 내과과장 '간질환에 대한 천연물 영양요법의 효과'란 제목으로 특강을 펼친다. 또 천연물 항암요법으로 치료중인 환자들의 실제 사례와 그 임상적 효과를 추적평가할 예정이다.

동아병원, 관절 환자·보호자 초청 특강

광주동아병원(대표원장 정재훈)은 오는 14일 오후 2시 광주공원 시민회관에서 환자와 보호자 3천여명을 초청해 '제2회 동아병원 관절의 날' 행사를 갖는다.



이날 행사는 그동안 동아병원에서 인공관절수술과 관절경 등의 치료를 받았던 환자와 가족에게 감사의 마음을 전하는 프로그램과, '관절 어떻게 관리해야 할까'란 주제로 특강도 이뤄진다. 지난 1995년 개원한 동아병원은 독거노인 돌기와 소년소녀가장을 위한 장학사업 등 정기적인

봉사활동을 통해 사회에 대한 책임경영을 실천하고 있다. /인현주기자 ahj@kwangju.co.kr

매달 한번쯤 명을 잡히나 가슴 만져보세요



<윤정환 교수>

매년 10월이면 전국적으로 '핑크리본' 물결이 일어난다. 핑크리본은 유방암을 의미하고 10월은 '유방암의 달'이기 때문이다. 유방암은 오래전부터 서양 여성들이 가장 흔하게 걸리는 암으로 알려져 있으며, 우리나라 여성들도 서구화된 생활양식 탓에 매년 발생률이 증가하고 있는 추세다. 한국중앙암등록 자료에 따르면 지난 2002년부터 위암과 자궁경부암을 제치고 여성암 중 1위를 차지하고 있다.

작은 음주·상체 비만자 발병률 높아... 여성암 1위 생리 후 3~5일 지나 자가 진단... 조기발견에 도움

◇유방암의 원인=유방암은 연구가 많이 된 암종 하나이지만 아직 확실하게 유방암의 발생 기전이라고 밝혀진 것은 없다. 그러나 유방암의 위험인자들은 많이 발견됐다. '위험인자'란 그 요인이 있을 때 100% 암이 생기는 것은 아니지만 암에 걸릴 확률이 상대적으로 높아질 수 있음을 뜻한다. 유방암은 환경적인 요인, 즉 외부의 영향과 유전적인 요인 두 가지에 의해서 생길 수 있다. 대부분의 유방암은 환경적인 요인에서 생겨난다. 유일하게 유방암과의 직접적인 관련성이 있다고 보는 것이 여성호르몬인 '에스트로젠'이다. 에스트로젠은 유관 세포의 증식을 촉진하는 효과가 있기 때문에 오랫동안 에스트로젠에 노출될 경우 유방암의 발병 확률이 높아진다. 이밖에 원인으로는 유전과, 방사선 노출, 고지방 음식물, 알코올 섭취 등이 고려되고 있다. 그 외 한쪽 유방에 암이 있었던 사람, 대장암이나 난소암이 있었던 사람, 상체 비만이 있는 사람에서 발생할 확률이 높다고 알려져 있다. ◇증상과 진단=유방암 초기 증상으로는 통증이 없는 종괴가 만져지는 것이다. 병이 진행되면서 유방뿐만 아니라 겨드랑이에서 덩어리가 만져질 수 있는데 이것은 림프절이 커졌기

때문이다. 유두에서 피가 섞인 분비물이 나오거나 젖꼭지에 잘 낫지 않는 습진이 생기는 경우도 의심해야 한다. 증상이 심해지면 유방 피부가 궤양을 형성하여 움푹 패이거나 유두가 함몰되고, 피부가 오렌지 껍질같이 두꺼워질 수 있다. 또 경우에 따라서 염증이 생긴 것과 같이 피부가 빨갛게 붓고 통증이 있거나 열감을 수반하기도 한다. 모든 암은 조기 발견과 조기 치료가 무엇보다 중요하다. 특히 유방은 스스로 만져 볼 수 있어 관심을 갖고 자가 진단을 한다면 조기에 발견할 수 있다. 자가 검진 시기는 생리 후 3~5일이 지난 후가 가장 좋는데 그 이유는 유방이 부드러워서 촉진하기가 가장 좋기 때문이다. 아무리 철저한 자가진단으로도 모든 유방 명을 발견할 수 없기 때문에 정기적인 검진이 필수다. 검진은 촉진과 유방 촬영술, 초음파를 이용하며 이상이 있으면 조직검사를 통해 확인한다. ◇치료와 예방=유방암의 치료는 일반적으로 수술과 항암요법 그리고 방사선치료로 나눌 수 있다. 최근에는 치료효과도 높고 미용상 만족감과 환자의 삶의 질까지 감안한 수술법이 소개되고 있다.



한국유방건강재단과 ㈜아모레퍼시픽은 지난 6월 광주월드컵경기장에서 '핑크리본 사랑마라톤대회'를 개최했다. 이날 행사에서는 유방암에 대한 홍보와 무료 상담이 이뤄졌고, 참가비 전액이 유방암 예방사업을 위해 기증됐다. <광주일보 자료사진>

과거처럼 유방 전체 절제술을 받은 환자도 자가조직을 이용해 즉각적 유방 복원술을 받을 수 있게 됐다. 일부 선별된 환자에서 내시경을 이용한 유방 보존술 및 절제술을 시행해 흉터를 최소화하고 미용상 효과를 극대화시키는 방법도 시도되고 있다. 수술 후에는 암의 특성과 병기에 따라 보조치료로서 항암제 및 항호르몬 치료가 필요하다. 유방보존술을 받은 경우나 병기가 진행된 경우 국소재발의 위험을 줄이기 위해 수술 후 방사선 치료를 받게 된다. 유방암은 금연, 절주, 규칙적인 운동과 저지방식이요법으로 어느 정도 예방이 가능하다. 유전적 요인으로 유방암이 발생할 확률이 높을 때는 암예방 효과가 있는 것으로 밝혀진 항호르몬 제제 등을 복용하기도 한다. 가능하면 30세 이전에 첫 출산을 가질 것과 수유기간의 연장이 유방암의 예방에 도움이 된다. 폐경 후 부신피질 호르몬의 사용은 피하고 호르몬치료를 받는 경우는 정기적인 검사가

유방암 자가 검진법
▲겨울 앞에 서서 어깨를 펴고 옆 구리에 손을 얹는다. 유방의 형태와 크기, 색깔 등에 변화가 있는지 관찰한다. 유방의 좌우 대칭, 유두와 피부 이상이 없는지 살펴본다.
▲똑바로 누워 한 손을 머리 위로 올린 상태에서 반대 손으로 유방에 덩어리가 만져지는지 검사한다.
▲유두 부위를 부드럽게 짜서 분비물이 나오는지 확인한다.
▲사위를 하는 동안 비누를 칠해 부드러운 상태에서 손가락 끝으로 바깥쪽에서 안쪽으로 원을 그리며 진단한다.

필수다. <화순전대병원 윤정환 유방·내분비 종양클리닉 교수> /정리=인현주기자 ahj@kwangju.co.kr

청연한의원, 낙도 어린이 사랑 실천

광주청연한의원(원장 정필선·이상영)은 지난달 27일부터 사흘간 여수화태초교 두라분교 학생 10명을 초청해 '제2회 낙도 어린이 무료 건강검진 및 도시 체험학습' 행사를 열었다. 지난해 말 진도조도초교 동거차분교 학생

들에 이어 두 번째로 초청된 두라분교 학생들은 행사기간 동안 병원에서 성장판 검사와 3D체형검사를 받고 근육의 발달 상태와 잘못된 자세를 교정 받았다. 또 체성분 검사를 통해 비만 정도를 체크하고 성장발달에 도움을 주는 체형교정 시술을

여수화태초 두라분교생 초청 무료 건강검진·도시체험 학습

받았으며, 각종 질병에 대한 감염 여부도 점검 받았다. 특히 병원 측은 낙도 어린이들의 진료와 함께 역사·문화교육 프로그램을 마련하고 광주 비엔날레와 국립 광주박물관, 금호 패밀리랜드 등을 찾는 체험학습을 진행했다.

정필선 원장은 "도시 어린이들은 집 근처 병원에서 잘못된 자세를 교정받는 등 올바른 성장을 위한 전문치료를 받을 수 있지만 상대적으로 섬지역 아이들은 이런 의료혜택을 받지 못하고 있다"며 "태어나서 처음으로 도시를 찾은 아이들의 해맑은 표정을 지켜보면서 오히려 의료진들이 위로를 받는다"고 말했다. 한편 청연한의원은 전남도교육청의 후원을 받아 매년 두 차례 낙도 어린이들을 초청해 무료검진 및 도시체험학습 프로그램을 운영할 계획이다. /인현주기자 ahj@

Large advertisement for 'Seegi Bocheonggi' (World Insurance) with a cityscape background and a large blue arrow graphic. Text includes '세계보청기, 세계 속에 우뚝서다!' and contact information for 'Seegi Soora - Seegi Bocheonggi'.