



유방암과 가족력

태영21병원 유방암클리닉 이순 원장

통증 없어도 30대부터 정기 검진 필수



이순(오른쪽) 태영21병원 유방암클리닉 원장이 맘모톰(바늘 이용 조직 적출) 시술에 앞서 초음파를 통해 유방의 조직 상태를 살펴보고 있다.

〈태영21병원 제공〉

유전적 발생 위험 1.5~3배

소식·운동 생활습관으로 극복

콩·우유 등 단백질 음식 도움

유방은 여성에게 중요한 의미가 있다. 여성을 남성화 구별해 주는 특징적인 신체 부위임과 동시에 여성의 미적, 모성의 상징이기 때문이다. 따라서 유방에 이상이 생기면 여성은 신체적 타격뿐만 아니라 정신적 충격을 받는다. 병원에서 진료를 하다 보면 진료실에서 만난 환자들에게 자주 듣는 말이 있다. “저희 엄마가 유방암에 걸렸는데, 유방암은 유전되나요?” 또는 “우리 집안은 유방암에 걸린 사람이 없는데 왜 제가 유방암에 걸렸을까요?”라는 말이다.

◇가족력보다 생활습관이 더 중요=많은 사람들이 유방암은 가족력과 밀접한 관계가 있다는 것을 알고 있다. 맞는 말이다. 유방암은 대장암, 갑상선암과 더불어 가족성이 강한 대표적인 암으로 어머니나 자매가 유방암에 걸렸다면 본인의 발생위험도는 1.5~3배로 상승한다. 또한 BRAC 유전자의 돌연변이로 인한 유전성 유방암은 평생 유방암에 걸릴 확률이 높게는 80%까지 보고되어 있다.

하지만 유방암은 생활습관으로 대부분 극복할 수 있다. 유전으로 유방암이 발생

유방암 예방 10가지 생활법

- ① 정상체중을 유지하도록 노력한다.
- ② 다양한 식품을 골고루 섭취한다.
- ③ 매끼 두부, 생선, 콩제품, 달걀, 살코기 등 단백질을 섭취한다.
- ④ 삼겹살, 갈비, 양지, 버터, 크림 등 동물성지방을 멀리한다.
- ⑤ 잡곡, 야채, 제철과일을 매일 먹는다.
- ⑥ 콩비지, 두유, 순두부, 두부, 청국장 등 콩제품을 자주 먹는다.
- ⑦ 저지방우유를 매일 한잔씩 마신다.
- ⑧ 술은 3잔 이하로만 마신다.
- ⑨ 가공식품, 인스턴트 식품, 화학조미료를 멀리한다.
- ⑩ 일주일에 3번 이상 매일 30분 이상 운동한다.

〈자료:한국유방암학회〉

할 확률은 약 7%이다. 즉, 유방암의 90% 이상은 모두 환경적인 원인으로 발생한다. 다시 말하면 유전적 요인 보다 가족 간에 공유하는 잘못된 생활습관이 더 큰 영향을 미친다는 말이다. 반대로 좋은 생활습관을 가지면 유전적 요인은 무시할 수 있다.

소식(小食), 꾸준한 운동 외에도 긍정적인 사고방식, 충분한 수면, 웃음 등이 유방암 치료와 예방에 도움이 된다. 또한 우리나라 유방암의 특성은 2000년 유방암학회 연구에 따르면 유방암 환자 중

가족력이 있는 경우는 4.8%에 불과하다는 것이다. 그러므로 가족 중 유방암이 있다고 지나치게 걱정할 필요가 없으며, 반대로 유방암 가족력이 없다는 이유로 안심하고 검진조차 받지 않은 것도 위험한 생각이다.

한국은 40대에 유방암 환자의 60% 이상이 발생되며, 30대 이하에도 16%가 발생하는 걸 감안하면 30대 때부터 정기적 검사를 하는 것이 바람직하다. 유방암의 3대 증상은 유방종괴, 유방통증, 유두분비지만 유방암 진단은 이러한 증상만으로 확신할 수는 없고 유방 자기검진, 유방촬영술, 유방초음파 검사 등을 통해 확인해야 한다.

그러므로 자가검진 방법을 익히고 주기적인 검사를 통하여 조기에 발견하는 것이 유방암의 위험을 낮추고 치료 성적을 높이는 동시에 확실한 예방법이라 할 수 있다. 유방암은 어느 암보다도 치료 성적이 잘 개발되어 있고 치료 성적이 좋다.

◇알쏭달쏭 헛갈리는 유방암 Q & A

Q. 국가암검진 때 유방조영술을 했는데 치밀유방이라 판독돼 유방초음파를 권유받았다. 치밀유방이 무엇인가?

A. 한국 여성의 20%가 치밀 유방이다. 치밀유방(고밀도 유방)이란 가슴 안에 있는 지방보다 유선 조직이 더 많아 유방 촬영시 하얗게 보이는 것을 말한다. 이런 유방은 암 덩어리가 자라나더라도 유선조직

이 가려져 사진에 나타나지 않을 수 있다. 치밀유방은 서양보다 동양 여성에 많이 나타나고, 여성호르몬제를 오래 복용하면 흔히 나타나는 현상이다. 이런 경우 초음파 검사를 시행해야 한다.

Q. 유방조영술 결과에 유방석회화로 판독됐다. 석회화는 어떤 의미가 있는가?

A. 유방 촬영시 칼슘 성분의 미세한 석회질이 보이는 경우가 있다. 석회화 현상이 있다고 모두 유방암인 것은 아니지만 암을 의심케 하는 소견 중 하나다. 석회질 크기가 1~2개로 뚜렷하고 크게 보인다면 문제될 것이 없지만 가루가 미세하게 뿌려진 모습이라면 암세포가 생겨나고, 죽는 과정에서 보이는 것이므로 정밀검사를 해야 한다. 즉, 유방촬영 때 석회화가 보이면 조직검사로 암 여부를 확인한다. 그러나 암으로 진단되더라도 대부분 초기 암이므로 완치가 가능하다.

Q. 유방에 통증이 있으면 유방암인가?

A. 유방통을 가진 여성과 유방통이 없는 여성을 대상으로 유방 조직 검사를 시행한 연구에서 두 군 간에 특별한 차이는 없었다. 그러나 주기적으로 유방 통증이 있는 환자들이 유방암 위험도가 2배 높다는 보고도 있다. 단지 유방 통증이 있다는 사실만으로는 유방암에 걸릴 위험도가 높지는 않으나, 유방 통증이 있을 때는 유방 검사를 통해 이상 여부를 확인하는 것이 좋다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr



세계 석학들, 심혈관계 시술 열띤 토론 전남대병원 ‘국제심장중재술심포지엄’ 500명 참가

전남대병원은 최근 이틀간 광주광역시 대종컨벤션센터에서 제14차 광주국제심장중재술심포지엄(GICS)을 개최했다.

전남대병원 심장센터가 주관하는 이번 심포지엄은 순환기내과 정명호 교수팀(안영근·김주한) 주도로 열렸으며, 국내외 유명 대학과 연구소의 석학들, 기초 및 임상연구자, 전공의, 간호사 등 의료관계자 500여명이 참석했다.

특히 일본 급성심근경색증 연구팀(사토시 야스다 박사), 일본 준텐도 대학(다이다 교수·차기 일본심장학회 회장), 미국 메이오클리닉(에미런 러먼 박사), 스웨덴 욘살라 대학(크리스토프 배렌호스트 박사), 이스라엘 해다시 대학(다넨버그 박사), 시카고 대학(밀너 교수), 중국 길림의대(류빈 교수) 등 세계 10개국의 전문가 32명이 참석했고, 국내에서 69명의 교수들이 참여했다.

첫날 행사에는 심근경색증, 약물용출 스텐트, 줄기세포, 심혈관계 영상, 대동맥 및 대동맥판막 시술, 심부전에 대한 기구시술에 관한 심포지엄이 활발하게 개최됐다. 둘째 날에는 전남대병원 심장센터에서 8례, 대구 계명의

대 동산의료원과 대전 건양대학병원 1례의 심혈관계 중재시술 등 모두 10례의 중재시술이 광주국제심장중재술센터로 생중계 방송돼, 심혈관계 분야에서 열띤 토론과 교육이 이루어졌다. 아울러 포스터 및 증례 발표도 이뤄져 젊은 심장학자들의 학구열을 고취시켰으며, 전남대병원과 광주의 위상을 높이는 데 기여했다.

전남대병원은 전국에서 가장 많은 심근경색증 환자를 치료하고 있으며, 심혈관중재술 환자 수도 전국에서 가장 많다. 1996년에 국내 최초로 동물심도자실을 설립해 심혈관계 분야 연구를 하고 있으며, 대한내과학회 및 대한심장학회지에 가장 많은 논문을 발표해왔다.

이와 함께 보건복지부로부터 2008년부터 심장질환 특성화연구센터, 2013년부터는 심혈관계 융합연구센터로 지정을 받아 우리나라를 대표하는 심혈관계 연구를 하고 있다. 또 전남대병원 스텐트를 개발하고, 한국심혈관 스텐트 연구소 및 공장을 세워 현재까지 1295 편의 논문, 61건의 특허, 8건의 기술이전, 63편의 저서 등 국내 최고 업적을 보이고 있다. /채희종기자 chae@



광주한의사회, 경로당 건강지킴이 활발

광주한의사회가 의사회·치과의사회 문간호팀이 무릎관절 강화운동법 교육과 함께 지역 경로당을 방문, 어르신들의 건강을 돌봐드리는 ‘경로당 건강지킴이 사업’(사진)이 큰 호응을 얻고 있다. 광주한의사회 박태희 사회참여이사 “많은 의료기관들이 있지만 많은 어르신들이 치료 의지를 상실해 고통 속에 살아가는 경우가 많다”면서 “어르신들의 치료 의지를 되살리는 것이 큰 보람이다”고 말했다. /채희종기자 chae@

숙박 (무인텔 / 콘도)

동업 / 투자 / 인수 하실분!

- 전남 화순군 도곡면 천암리 748번지 도곡은천지구 내 숙박시설
- 대지 2980평 건물 1055평 객실 52개
- 시세 / 감정가 - 60억
- 동업 / 투자 / 매매 - 협의
- 경매로 11억 2500만원 낙찰
- 용 10억원 있음, 법인체 인수 가능
- 현재 가장임차인 / 허위유치권 명도소송 진행중
- 명도 후 50억원 이상 매매 가능
- 소유자 H. 010-3605-5000

경매투자자

▶ 투자 하실 분! 공동 투자 가능 연 20% 수익 보장

▶ 비법 배우실 분! 특수물건만 취급 교육비 등 1200만원

▶ 사무실 같이 쓰실 분!

(주)오천경매 H. 010-3605-5000