건강검진

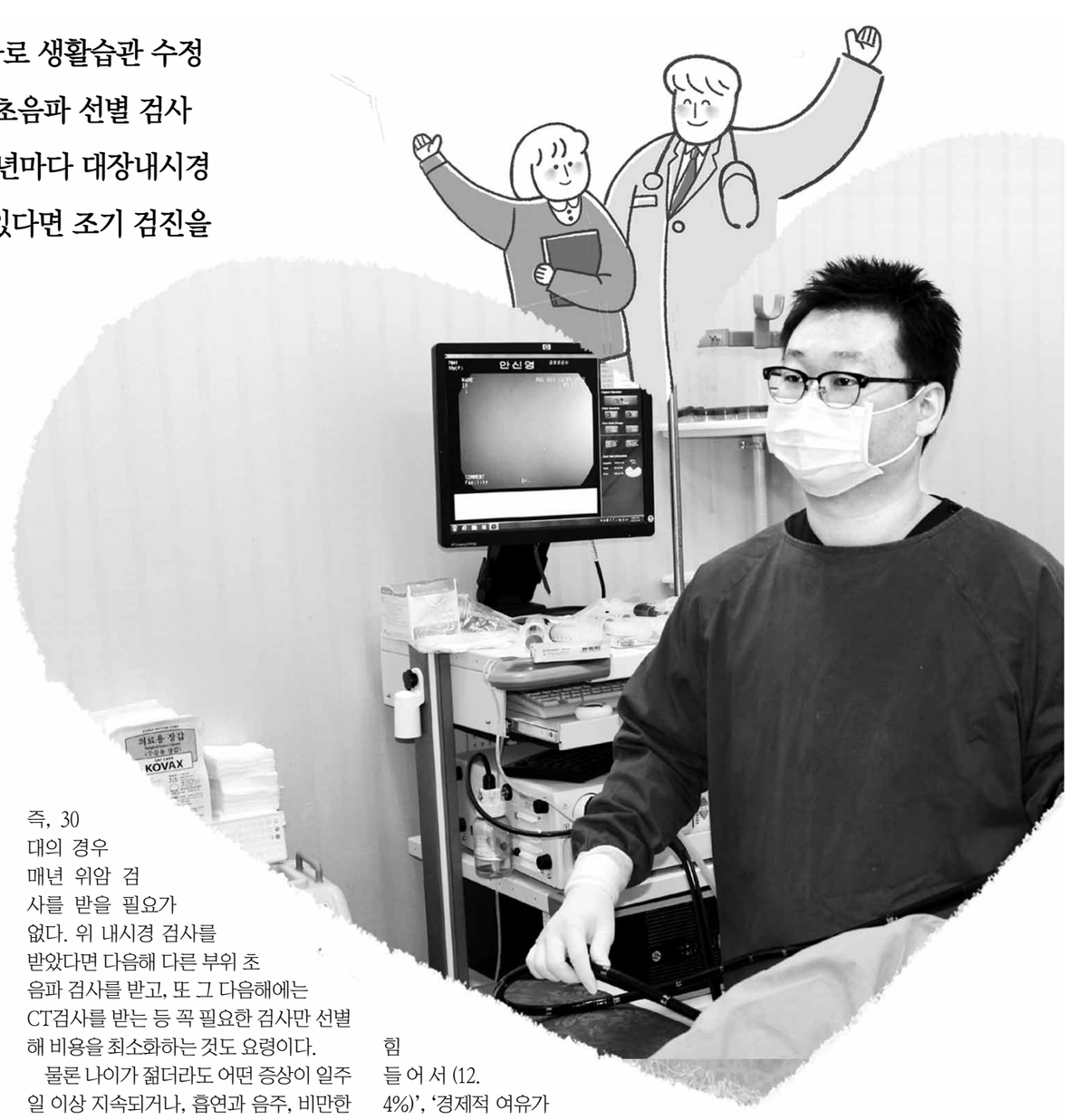
태영21병원 건강검진센터 김지훈 원장

김가현(여·40)씨는 유방에 혹이 만져져서 조직 검사를 위해 병원을 찾았다가 국가 무료검진 대상자여서 위내시경도 함께 받았다. 원래 목적인 유방 조직검사에선 별다른 문제가 없는 양성 종양(물혹)이었는데, 위내시경 검사결과 본인은 전혀 생각지도 못했던 위암이 발견됐다. 다행히 초기 위암 판정을 받고, 위를 3분의 2 정도 잘라내는 수술을 받고 완치판정을 받았다.

위암은 조기에, 즉 암이 퍼지기 전에 발견하면 완치율이 95%이지만 암이 여러 곳에 퍼져서 발견되면 완치율이 20% 이하로 떨어지게 된다. 즉 초기에 발견하느냐, 진행된 이후에 발견되느냐에 따라 완치되느냐 시한부 인생을 사느냐의 중대한 차이가 생기게 된다.

조기발견·정기적 사후관리 '암 커질 틈이 없다'

20대 혈당·혈압 등 혈액검사로 생활습관 수정
30대 위암 검사 격년…CT·초음파 선별 검사
40대 이후 매년 간초음파·5년마다 대장내시경
가족력·뇌질환·흡연·음주 있다면 조기 검진을



◇건강 검진, 건강과 생명 유지의 기본=우리나라 평균수명이 OECD 국가중 상위권에 들어선 지 오래다. 자신의 건강을 유지하는 기본은 첫째가 기초체력을 튼튼히 하는 것이고 당뇨, 고혈압 등 만성질환이 있다면 약물, 식이요법등으로 잘 관리하는 것 그리고 주기적인 건강검진으로 질병을 조기에 발견하는 것이 건강을 유지하는 기본이다.

우리나라 년 평균 사망자 수 26만여 명 중 28%인 7만여명이 암으로 사망한다. 사망자 10명 중 3명 정도가 암으로 숨지는 등 암은 사망 원인 1위다. 2위인 뇌질환 2만5500여명(9.9%), 3위 심장질환 2만5000여명(9.7%)과 비교할 때 현격하게 많다. 암 역시 나이가 들면서 발생하는 노인성 질환이므로 암발생은 매년 증가하지만 다행스럽게 암 사망률은 점차 감소한다. 즉 암은 이제 극복할 수 있는 질환이 됐다. 난치이긴 하지만 불치는 아니다. 단 이를 위한 전제 조건은 건강검진을 통한 조기발견과 정확한 치료다.

건강검진은 검사자의 편의를 위해서 패키지검사가 많이 있는데 매년 일괄적인 패키지 검진보다는 나이와 가족력 그리고 생활습관에 따라 맞춤형으로 하는 게 건강검진을 효율적으로 받는 지혜다.

◇나이, 가족력, 생활습관 고려한 맞춤형 건강검진=20대는 기본혈액검사로 혈중지질이나 혈당, 혈압 등만을 체크해 잘못된 생활습관을 고치는 것에 초점을 맞춰야 하고 A형, B형간염 예방접종, 여자의 경우 풍진, 자궁경부암 예방접종을 미리 맞아서 건강을 지키는 것이 중요하다.

반면 40대부터는 1~2년마다 직장이나 국가에서 무료로 실시하는 검진을 받으면서 추가로 간초음파는 매년, 대장내시경은 5년 그리고 흡연자는 저선량 폐 CT를 추가시행하면 저렴하게 건강관리를 할 수 있다.

즉, 30대의 경우 매년 위암 검사를 받을 필요가 없다. 위 내시경 검사를 받았다면 다음해 다른 부위 초음파 검사를 받고, 또 그 다음해에는 CT검사를 받는 등 꼭 필요한 검사만 선별해 비용을 최소화하는 것도 요령이다.

물론 나이가 젊더라도 어떤 증상이 일주일 이상 지속되거나, 흡연과 음주, 비만한 경우, 가족중에 암 혹은 뇌혈관질환이 있다면 일반적인 검진권고 연령보다 일찍 시작해야 한다. 특히 대장암, 간암, 위암, 전립선암(남성), 갑상선, 유방암과 난소암(여성)이 부모나 형제중에 있다면 건강검진에 더욱 신경 써야한다.

국립암센터가 성인을 대상으로 조사한 결과 검사를 받지 않은 이유로는 첫째가 '건강하기 때문에(40.3%)', 그리고 '시간여유가 없어서(27.2%)', 또 '검사과정이 힘들어서(12.4%)', '경제적 여유가 없어서(8.0%)' 등이었다. 요즘엔 주말과 휴일에 검진하는 병원이 많고, 체계적인 시설로 한나절에 검사를 마치고 결과까지도 볼 수도 있다. 또한 많은 양의 물약 대신 알약으로 대장검사 준비를 하는 등 검사과정이 매우 편리해 졌다.

'소 잃고 외양간 고치지 말자는 말', '건강은 건강할 때 챙기자는 말', 올해가 가기 전에 되새겨보는 것도 현명한 인생설계일 것이다. /채희종기자 chae@

유방암 검사·혹 제거 한번에

태영21병원 김지훈 원장이 가슴에 혹이 만져지는 환자를 맘모톰으로 검사하고 있다. 맘모톰은 전신마취를 하지 않고, 절개흉터를 거의 남기지 않는 장점이 있으며, 종양 검사와 동시에 혹을 제거할 수 있다.

최범채 시엘병원장(오른쪽에서 네번째)이 중국 지지시 인민병원장을 비롯한 의료시설 견학단과 업무협약을 체결했다.

시엘병원, 지역의료 중국 진출 교두보

헤이룽장城 지시市 첨단의료시설 견학단 팸투어 추진

시험관 아기시술 전문병원인 시엘병원(병원장 최범채)이 중국 헤이룽장성 지시시의 의료 기관 및 의료인을 초청, 광주지역 첨단 의료시설을 소개하고 업무협약을 체결토록 주선했다.

광주지역 의료의 중국 진출 교두보를 확보했다는 점에서 해외 의료 관광의 활성화에도 크게 기여할 것으로 전망된다.

시엘병원은 최근 이틀간 중국 지시시 쭈리영 구청장과 인민병원 짱후권이 병원장·하얼빈 상업대학 강창식교수 등으로 이뤄진 헤이룽장성 지시시 의료시설 견학단을 초청, 시엘병원의 최첨단 시험관 아기시술과 부인과 복강경 수술법을 소개했다. 이들은 시엘병원의 체계적인 해외환자 진료관리시스템과 선진화된 의료시설을 학습하는 한편 병원의 도면과 인테리어 내용까지 챙겼다.

중국 의료시설 견학단은 조선대병원과 메카성형외과·최선필 피부과에 대해서도 팸투어를 실시한 뒤, 협력 양해각서(MOU)를 체결했다.

특히 시엘병원 최범채 원장과 한국의료컨설팅(대표 최선필 피부과원장)은 하얼빈상업대학 강창식교수와 함께 헤이룽장 성에 'CL Partners' 의료지원센터를 개설하기로 협의했다. 이 센터는 광주에서 진료받기를 원하는 고객들을 상대로 원스톱 서비스를 제공하게 된다.

헤이룽장 성은 우리나라와 근접한 동북 3성중 하나로 인구 3800만 명이 살고 있는 지역이다. 이 지역은 경제발전으로 의료분야도 성장하고 있으나 아직 선진 의료 시스템이 정착되지는 못한 상태다. 특히 불임치료를 받을 수 있는 혜택이 제한돼 있어 시엘병원 최범채 원장은 이곳을 해외진출의 적지로 보고 마케팅을 벌이고 있다.

이와 함께 최범채 원장은 독자적인 최첨단 난임 치료기술로 해외 진출을 추진, 올해 연말까지 몽골과 네팔에 '시엘난임클리닉' (CL Fertility Center)을 개설할 계획이다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

선한병원, 라오스 청년 초청행사

선한병원(대표원장 정성헌)이 최근 라오스 청년 초청행사를 가졌다.

광주시 자원봉사센터 해외봉사팀 초대로 광주에 온 라오스 청년들은 1주일간의 광주방문·체험 프로그램 진행 중, 선한병원의 초대로 병원을 방문했다. 병원측은 이들에게 조촐한 파티를 열어주고, 생활 약품 등을 후원했다.

(사)선한영향력 이사장을 맡고 있는 정성헌 대표원장은 라오스 청년들에게 희망을 주제로 강연하고, 용기를 잃지 말고 노력하기를 당부했다.

정성헌 대표원장은 "한국이 그 옛날 선교사들로부터 의료, 교육의 혜택을 받고 성장의 발판을 마련한 것이 사실"이라면서 "이제는 한국도 여건이 어려운 아시아 약소국을 위해 다양한 도움을 손길을 내밀어야 하는 만큼, 선한병원도 다양한 자원활동을 벌이겠다"고 말했다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

광주일보 지사·지국 안내

ABC협회인증 호남 최대 발행부수

광주시내(062)

북구: 동광 264-2012, 문흥 266-1960, 북광주 525-3761, 신안 222-8171, 양산 571-7658, 오치 266-7601, 용봉 522-7752, 우산 512-8116, 중흥 654-2985

동구: 남광 222-9440, 동명 222-9054, 동부 225-6001, 중앙 222-1896, 충장 222-8171

남구: 남부 652-0175, 백운 651-1833, 봉선 675-5530, 송하 675-6605, 진월 671-7276

서구: 광천 382-5788, 상무 372-2352, 서광주 369-0583, 운천 376-7153, 치평 376-6511, 풍암 603-0311, 화정 369-0583

광산구: 월곡 941-9174, 첨단 973-2900, 하남 959-1500, 광산 944-0444

전남(061)·전북(063)

동부권: 고흥군 842-2121, 곡성군 362-8111, 구례군 782-4696, 광양시 792-8111, 보성군 852-9646, 순천시 746-8111, 여수시 692-0997

중부권: 나주시 335-5501, 강진군 434-6830, 담양군 383-8116, 영암군 471-1717, 장성군 394-0400, 장흥군 863-8822, 화순군 374-4423

서부권: 목포시 276-9200, 무안군 452-8535, 신안군 278-8111, 영광군 351-1004, 완도군 554-6677, 진도군 543-0100, 함평군 324-8111, 해남군 537-6767

전북권: 군산시 467-2500, 정읍시 531-5544, 순창군 652-1920, 남원시 626-1601, 고창군 010-2815-2267, 부안군 582-8118

독자와 함께 걸어온 길 64년
광주일보
광고문의 227-9600
신문구독 220-0551
예향구독 220-0550