

여성 70% 이상 '유방통' 경험... 유방암 발견은 5% 이하

건강 바로 알기 유방통

권대성
광주기독병원 외과 진료과장

유방통은 모든 연령대의 여성에게서 나타나며, 여성의 70% 이상이 평생동안 적어도 한 차례 경험할 정도로 아주 흔한 증상이다. 못참을 정도로 불편하고 아파서 오는 환자들도 있지만, 명을 막아주는 것 같고 혹시 이것이 유방암과 관련있지 않을까 심지어서 그것이 유방암을 일으키지 않을까 걱정스러워서 찾아 오는 경우가 종종 있다. 다행히 유방통 증상을 호소해 유방암이 발견된 경우는 5% 이하로 낮고, 유방통의 대부분 원인이 정상적인 생리 현상이며 그 증상이 가볍거나 일시적이다. 하지만 원인과 상관 없이 유방통은 다양한 양상과 정도를 띠고 있어서 유방암이 아닐까 하는 걱정을 떨칠 수 없고, 일반적으로 유방 통증의 증상만으로는 추가적인 검사나 치료가 필요한 것인지 구분할 수 없어서 개별 검사를 하게 된다.

◇유방통의 원인=통증의 양상에 따라 호르몬 변동에 의한 주기적 유방통(60%)과 비주기적 유방통(20%), 그리고 유방외적인 통증(10%)으로 나뉜다.

'주기적 유방통'의 원인은 아직까지 뚜렷히 밝혀지지 않았지만, 유방통의 대부분이 월경 전 호르몬 변화에 따른 것으로 생각된다. 난소에서 나오는 여성호르몬의 증가로 인해 유선과 유관이 비대해지고 유방이 체액을 많이 보존하게 되면서 유방이 부풀

주기적·비주기적 모든 연령대 발생
여성 호르몬 변화·유방 자체 질환
대부분 시간 지나면 통증 사라져
명을·분비물 있을때 반드시 검사

어오르는데, 이것이 때때로 유방통을 초래한다. 그래서 월경 약 7-10일 전부터 시작해 월경 직전에 최고조에 달하고, 월경이 시작되면서 줄어드는 경향이 있다. 때론 통증이 한달 내내 지속되기도 한다. 통증의 양상은 주로 양측 유방의 상외측에 찌릿 찌릿하다, 바늘로 찌르는 듯 따끔따끔하다, 빠근하다, 부은 것 같다, 만지면 전체적으로 아프다, 거드랑이와 팔 안쪽까지 뻗어가는 통증이다 등 다양하다. 이러한 주기적 유방통을 호소하는 여성의 대다수는 30대 혹은 40대에 증상을 처음 경험하며 환자의 절반이 폐경과 동시에 증상이 없어진다. 수개월이나 수년 간 있다가 사라지는 경우가 대부분이다.

이에 반해 '비주기적 유방통'은 월경 주기와 상관 없이 간헐적 혹은 지속적 양상으로 나타난다. 한쪽 유방의 특정 사분역에 국한되나 유방 전체에 분포된 양상으로 나타나기도 한다. 간혹 주기적 유방통과 비슷한 임상 양상을 띠는데 폐경기 혹은 폐경 전후에 나타나는 것이 다르다. 알코올, 카페인, 동물성 지방 음식의 과다 섭취, 흡연, 비만, 불면증, 스트레스, 생리불순, 폐경기나 폐경전 호르몬의 불균형, 경구용 피임약 복용 또는 폐경 후 호르몬 요법으로 인한 호르몬 수치 증가, 갑상선질환 등등 다양한 요인이 유방통증을 야기할 수 있지만 주기적

유방통과 마찬가지로 원인은 명확하지 않다.

하지만 비주기적 유방통 중에 통증이 유방의 어느 한 부위에 일정하게 지속적으로 있거나 만져지는 종괴, 열감 등과 같은 증상을 동반하고 있다면 호르몬 변동에 의한 통증이라기 보다는 유방 질환의 가능성에 염두를 두어야 한다.

이처럼 대부분의 유방통은 여성호르몬 변화나 유방 자체 질환에서 발생하지만 유방과는 상관없는 다른 여러 병적인 원인에 의해 나타날 수 있다. 예를 들어 늑연골염, 피부의 대상포진, 견관절염, 경추 질환, 때로는 치아 등에서 기인한 방사통, 심장 질환으로 인한 흉통 등등이 유방통으로 여겨질 수도 있다.

◇검사 및 치료=유방통이 있으면 많은 여성들이 유방암인지 걱정하지만 유방통은 유방암과 거의 관련이 없으며, 시간이 지나면 저절로 통증이 사라지는 경우가 대부분이다. 실제로 초기 유방암은 거의 통증이 없고 유방암 환자 중에 통증을 느꼈다는 비율도 낮기 때문에 유방 통증이 조금 있다가 사라진다면 암이 아닐 경우가 더 많다. 그러나 유방통이 어느 한 부위에 지속되거나 다른 증상들 예를 들어, 만져지는 병변 혹은 유두 분비물이 있는 경우에는 전문 검사를 받을 필요가 있다.

유방의 검사는 병력 청취와 이학적 검사, 유방촬영술, 유방초음파 검사 등을 통해서 미세석회화, 낭종이나 종양 등과 같은 유방 질환이 있는지 확인하는 것에 중점을 둔다. 특히 국소적으로 지속되는 비주기적 유방통이 있는 경우 통증을 일으킬만한 원인이 유방암과 관련된 것인지 보기 위해 주의 깊게 유방 진찰과 검사를 진행하게 된다.

실제 유방통이 있어 유방검사를 하게 된 경우, 검사 결과 유방암이 아니라는 것을 확인하게 되면 심



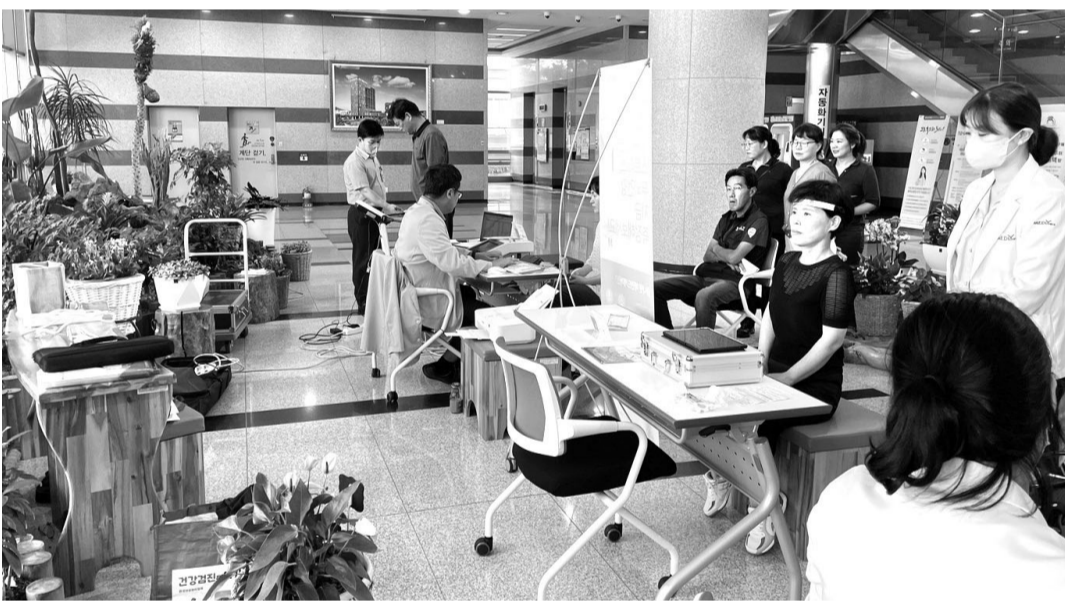
광주기독병원 권대성 외과 진료과장이 월경 전 유방통을 호소하는 직장인을 진료하고 있다.

리적 안정만으로도 85% 이상의 환자가 특별한 치료 없이 호전된다.

그러나 유방통의 5% 정도에서는 생활에 불편을 느낄 정도로 통증이 지속돼 치료가 필요한 경우가 있다. 치료를 위해 다나졸, 브로모크립틴, 타목시펜과 같은 약이 치료제로서 시도되었지만 약의 부작용으로 인해 일반적으로 1차 치료제로는 고려되지 않는다. 그외 진통제, 비스테로이드 소염제, 비타민 E, B6, 이노제 등의 복용과 카페인 섭취 제한 등이 시도됐지만 큰 효과가 있다고는 증명되지 않았다.

◇막연한 두려움 대신 정기적인 검사=유방통을 호소하며 병원을 찾은 환자 들 중 병리학적으로 이상 동반돼 치료를 필요로 하는 환자는 소수이며, 유방통은 암이 원인이 아님을 확인하는 것만으로도 증상이 호전된다. 지속되는 유방 통증이 있다면 유방암일까라는 걱정으로 불안해 하기보다는 유방암이 아님을 확인하는 마음으로 병원에 방문해 유방 검사를 받아 보는 것이 좋다. 하지만 다른 증상을 동반한 비주기적 유방 통증이 있는 경우 미루지 말고 유방암이나 다른 원인이 있는지 반드시 검사를 받아야 한다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

한국건강관리협회 광주전남지부, '건강한 일터' 캠페인



한국건강관리협회 광주전남지부(본부장 박종석)는 최근 정부광주지방합동청사에서 '건강한 일터' 건강캠페인을 실시했다. (사진) 광주전남지부는 이번 캠페인을 통해 혈압, 뇌파 맥파스트레스, 체성분, 혈관노화도 검사를 실시하

고 만성질환 예방 및 조기발견, 건강관리 필요성에 대해 인식을 제고했다. 박종석 본부장은 "앞으로도 지역주민과 함께하는 다양한 행사를 통해 지속적인 건강정보제공 및 건강증진을 위해 노력하겠다"고 말했다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

전남대병원 유튜브 '류마티스 관절염'

류마티스내과 최성은 교수, 원인·치료법 등 정보 전달

국립대병원 교수가 직접 출연해 건강정보를 생생하게 전달하는 전남대병원 유튜브 '건강메이러'에 류마티스내과 최성은 교수가 출연해 류마티스 관절염에 대한 다양한 정보를 전달했다.

류마티스 관절염은 손과 손목, 발과 발목 등을 비롯한 여러 관절에서 염증이 나타나는 만성 염증성 질환이다.

류마티스 관절염이 발생하는 이유는 밝혀지지 않았지만 유전적 인자와 흡연과 같은 환경적 요인의 상호작용에 의해 자가면역 반응이 시작되고, 호르몬과 같은 내적 인자나 스트레스와 같은 외적 인자에 의해 이 과정이 증폭되는 것으로 알려져 있다.

전남대병원 유튜브에 출연한 최성은 교수는 "류마티스 관절염은 일반적으로 서서히 진행되는 만성 관절염으로 손가락이나 손목, 발 등 관절에 잘 발생하며, 통증·부종 및 아침에 일어

나면 관절이 뻣뻣해지는 증상이 지속된다면 류마티스 관절염 초기 증세로 의심해 볼 수 있다"며 "관절 외 증상으로 체중감소, 피곤, 미열 등의 증상이 같이 동반될 수도 있으며, 약 30%의 류마티스 관절염 환자들은 심한 전신 증상을 동반하면서 갑자기 발병하는 경우도 있다"고 말했다.

일부 류마티스 관절염 환자의 경우 통증의 완화, 관절 변형의 교정, 관절 기능 향상 등을 위해 수술이 필요하다.

최성은 교수는 "류마티스 관절염은 현재까지는 완치가 가능하지는 않지만 초기에 빠른 진단과 적절한 치료가 동반될 경우 징후가 감소하거나 사라진 상태인 관해에 도달할 수 있는 가능성이 더욱 높다"며 "이미 진행된 류마티스 관절염 환자는 낮은 질병 활성도를 유지하는 것이 치료 목표"라고 말했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

조선대병원 김대웅 전공의 대한ITA영상의학회 우수 구연상

조선대병원 영상학과 김대웅(사진) 전공의가 최근 지난 서울성모병원에서 열린 '제15회 대한 ITA 영상의학회 정기학술대회'에서 '우수 구연상'을 수상했다.



대한 ITA 영상의학회는 각종 장기에 발생한 종양의 영상유도하 국소치료에 관한 표준진료지침을 수립하고 고주파열치료 외에 극초단파치료, 냉동치료, 초음파집적치료 등 다양한 에너지를 사용한 국소치료에 대해 학술적 교류와 다양한 방법을 강구하며 의료발전에 기여하고 있는 학회이다.

김대웅 전공의는 영상학과 홍준형 교수의 지도하에 '간 고주파 열치료에서 소나조이드를 이용한 초음파 조영 영상 쿠퍼기의 추가 가치'라는 주제로 발표했다. 초음파 조영제인 소나조이드를 이용해 특정 시기 (쿠퍼기) 영상이 성공적인 초음파 유도 간 고주파 열치료에 도움을 줄 수 있다고 입증해 그 우수성을 인정받았다. /김민석 기자 mskim@

"데크의 세대교체!"

불에 타지 않고 물에 썩지 않는

논슬립 디자인데크



항매산 전망대

안성 죽산한미당

부여사비 창작지구



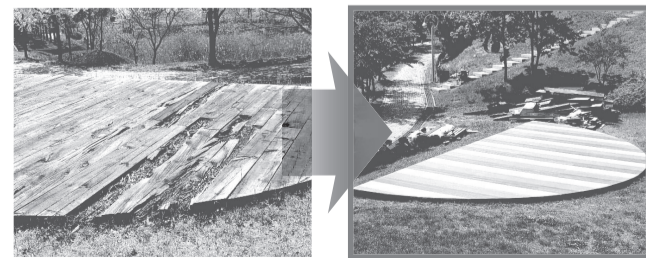
중소벤처기업부
성능인증



품질보증
Q-Mark

기존데크

고강도 디자인데크



습기의 의한 부식, 번거로운 유지관리
기존데크 철거 후 디자인데크 시공
국산 원재료사용으로 경제적이며
재활용이 가능한 친환경 데크!