최근 우리나라 암의 현황과 관리대책

"조기진단"이 예방에 가장 중요

김 병 수
〈연세의대 교수〉

우리나라는 21세기를 앞두고 개발도상국으로부터 선진국으로 진입하는 청사진을 가지고 있고 여러가지 발전과정의지표를 보아도 가능한 것으로 믿고 있다. 현재의 세계의 선진국들은 나라 자체가 자원을 많이 가지고 있었거나, 또는 식민지에서 많은 수탈을 할 수 있어서 일찌기 공업화가 가능했던 나라들이다.

우리나라는 나라의 부존자원도 없고 공업화의 과정도 역사가 깊지 않아서 여러가지 여건상 선진국 도약에 문제가 많이 있다. 그러나 모든 사람들이 우리가 선진국진입이 가능하다고 믿는 이유는 여러가지가 있겠지만 그 중에 우리나라 국민의 우수성을 제일 먼저 생각하는 것이다.

21세기는 정보산업시대, 첨단기술산업이나 생명공학 등의 발전에 의해서 나라의 기술수준이 결정됨으로 우수한 인력자원은 곧 국가의 자원이고 세계화 과정에서 무한 경쟁에 이겨낼 수 있는 방법이 될 것이다.

해방이후 특히 6·25 전쟁중에도 그 어려운 여건아래에서도 국민교육에 힘을 기울였고 또 학부모들의 교육열에 의해서 현재와 같은 수준의 인적 자원을 구성할 수 있었고 무한경쟁 시대에 대응할 수 있게 된 것이다.

우리의 국민의 건강을 잘 지켜주는 것은 우리나라의 가장 강한 경쟁력을 유지하는 것이 되겠고 국가적 손실을 예방해 주는 방법인 것이다. 건강을 지켜주는 것은 병이 발생한 다음에 의학적인 치료를 해 주는 것 보다는 우리인체가 가지고 있는 모든 기능을 정상으로 유지되도록 예방의학적인 측면에서 국민을 계몽하여 각자가 자기 건강은 지키도록 해 주는 것이 제일 효과적이고 경제적이다.

21세기가 되면 국민건강을 위협하는 가장 중요한 질환이 암이 될 전망이다. 우리나라는 후진국에서 개발도상국 이제는 선진국 문턱에 있기 때문에 암에 발병경향도 이러한 단계적인 경향을 따라가고 있다.

암 발생률은 연세대학교 예방의학교실과 암센터에서 과거 10년간 경기도 강화군에서 조사한 바에 의하면 인구 10만명중 150명이 발병하여 전국적으로 약 6만명이 암에 이환되는 것을 알 수 있다. 이 숫자는 보사부에서 시행하는 수련병원에 내원하는 암 환자의 등록사업에 나타난 것과도 일치하는 것을 알 수 있다.

암 발생률은 선진국에 비해 아직은 높지 않으나 흡연에 의해 폐암발생과 육식이나 방부제 외 식품첨가로 인한 대장암의 증가에 의해서 전체적으로 암이 증가하고 있기 때문에 국민 계몽을 통한 예방대책이 없으면 21세기는 선진국의 발생률을 따라 갈 것이다.

남자가 여자보다 거의 2배나 암 발생률이 높은 것은 남자들이 암에 걸리게 되는 생활을 하기 때문이며 특히 폐암과 간암 등이 남자가 많이 발병하기 때문이다.

세계보건기구에서 발표한 암 발생원인중에서 식생활이 35%, 흡연 30%, 간염 등 만성염증이 10%, 직업병 4% 등 주로 우리가 주의를 기울이면 피해 갈 수 있는 생활에 관계된 것들이다.

우리나라는 남녀 공히 위암이 제일 많이 발병해서 암 사망의 50%가 위암이 차지하고 있다. 이는 크게 2가지 이유인데 우리나라의 식단이 짜고 태운음식이 주로 되어있기 때문에 특히 짠 음식은 만성적으로 위벽을 자극해서 위암을 발병시키며 여기다 더해서 고기 등을 태워먹으면 발암물질로 역할을 한다.

식생활 개선을 통하여 이를 피하고 예방으로는 식사 때마다 채소와 과일을 복용하고 간식도 과일을 먹으면 위암이 예방되는 것이다.

위암은 조기진단하면 90%에서 완치가 가능한데 아직도 정기적인 위암검진이 이루어지지 않아서 늦게 치료받기 때문에 위암 사망률이 높은 것이다. 국가적인 차원의 대책이 필요하다.

담배·식생활·감염증등이 발암인자 자극원인

우리나라의 현재에 크게 증가하고 있는 암이 폐암으로 폐암의 90%도 흡연으로 발병하기 때문에 이에 대한 계몽이 절실하다. 금연을 위한 사회단체의 노력과국가적인 차원의 투자가 필요하다.

현재대로 중학교 학생부터 흡연하기 시작하고 성인남의 75%, 또 여성흡연 인구의 증가추세가 계속되면 21세기는 폐암왕국이 되어 완치가 되지 않은 암인 폐암이 큰 문제로 될 것이다.

우리나라에서 남자의 중요한 사망원인이 간암으로 이 암의 대부분이 B형 만성 간염에서 발생하기 때문에 간염퇴치에 크게 신경써야 한다. B형간염 예방주사의 전국적인 보급이 긴요하며 또 기왕에 B형간염 보균상태인 국민들에 대한 계몽과 간암발병의 조기진단을 위한 초음파 검사의 정기적인 추천 등이 꼭 실시되어야 한다.

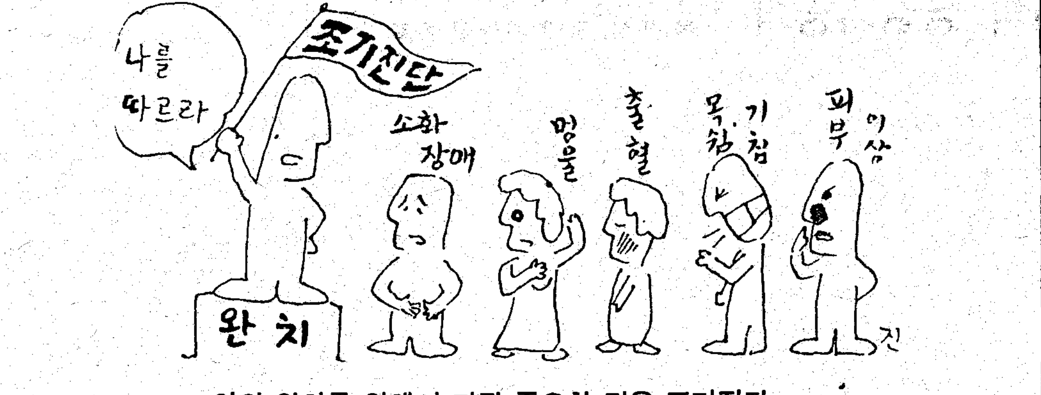
요사이 증가되고 있는 C형간염이 문제인데 이는 예방주사는 없기 때문에 평소 수혈이나 일반 위생 등 예방적인 차원의 계몽이 필요하다.

최근에 특이한 현상은 우리나라에 대장암의 급속한 증가추세이다. 과거 10년간 우리 식생활이 선진적 양태로 따라가서 육류섭취와 인스턴트 음식(fast food)이 널리 보급되어 그 안에 있는 발암물질로 대장암이 급속히 증가한다. 이제는 선진국이 시행하는 고기 덜먹기 계몽과 섬유질, 채소 등은 많이 먹기 운동을 열심히 시행해야 할 것이다.

부인들에 많은 자궁경부암은 현재로 감소추세이며 개인위생의 청결로 현재 도시에서는 감소되고 있는데 아직도 농촌은 많이 발병한다. 정기적인 검사로 자궁암 전단계에서 세포검사로 미리 변형세포를 제거해서 예방하는 것이 중요하겠고 이것도 보건소를 통한 국가적인 노력이 필요하다.

결론으로 우리나라도 암이 국민건강에 제일 중요한 질환이 되었고 국가적인 차원의 대책이 긴요하다. 그러나 우리나라는 국가의 대책에 의존하는 것 보다는 개인적차원에서 각자 평시 생활환경의 개선, 식생활의 바른 이해, 조기진단에 대한 인식을 통해서 암에 걸리지 않도록 노력하고 또 암에 이환되면 조기진단이 되어 전문병원에서 처음부터 치료하는 국민적 계몽이 필요하다.

건강도 그렇고 특히 암은 평상시 젊어서부터 본인이 조심하고 건강관리를 통해서만 예방되는 것이다.



암의 완치를 위해서 가장 중요한 것은 조기진단

회 원 가 입 안 내

최근 경제성장에 따른 산업화, 도시화 식생활의 변화와 더불어 급격하게 증가하고 있는 成人病(암, 당뇨병, 고혈압, 심장병, 뇌혈관질환, 간경변증, 만성간장염, 비만증)은 사회각계에서 중견으로 활약중인 3~40代에서 주로 발병하여 개인적 불행은 물론 국가적 인력자원 손실을 초래함으로서 바야흐로 사회적인 중대문제로 등장하게 되었습니다.

이에 따라 本會는 成人病의 예방 및 치료기술을 개발 보급하고 지도계몽을 통하여 국민보건향상과 복지사회구현에 이바지하고자 하는 바 관심있는 분들의 적극적인 참여와 협조 있으시기 바랍니다.

■事 業

1. 성인병의 예방 및 치료에 관한 기술개발 보급 및 지도계몽
2. 성인병에 관한 연구조사 및 기술의 평가
3. 성인병에 관한 의약품의 연구개발
4. 성인병진료를 위한 전문의료기관의 설치운영
5. 성인병예방 및 치료에 관한 도서의 출판 및 보급
6. 기타 목적 달성을 위한 부대사업

■會員의 자격

1. **正会員** : 협회의 사업에 찬동하고 이에 참여하는 성인병 관계학자 및 전문가 또는 본협회 발전에 功이 있는者
2. **特別會員** : 협회의 목적과 사업에 찬동하고 협회사업에 자진 참여하는 사업체(自營者포함)의 長 또는 단체의 대표자
3. **一般會員** : 협회의 목적과 사업에 찬동하고 협회사업에 자진참여하는 성인병에 관심을 가진자
4. **法人團體會員** : 협회목적과 사업에 찬동하고 성인병예방사업에 자진참여하는 법인 또는 단체

■入會節次

1. 協會사무처에서 배부하는 소정양식의 입회원서를 제출하여 理事會의 동의를 받아야 함
2. 입회시는 입회비 및 年會費를 동시에 납부하여야 함

※기타 자세한 사항은 협회사무처로 문의하시기 바랍니다.
사무처주소 : 서울서초구 서초동 1600-3(대림빌딩 6층)
전화 번호 : 588-1461, 1462

사단법인 **한 국 성 인 병 예 방 협 회**