

### 암에 걸리는 것은 운명이다.

많은 사람들이 암에 걸리는 것은 일종의 운명으로 생각하고 人命在天이라 여긴다. 그러나 현대의학은 비록 100% 완전한 암예방법은 제시하지 못할지라도 암에 걸릴 확률을 획기적으로 줄일 수 있는 많은 예방책들을 내놓고 있다. 이른바 각종 암의 고위험요인을 줄이는 것이 중요하다. 지금까지 밝혀진 가장 확실한 암예방법으로는 평소 일상생활속에서 이들 위험요인들을 피해나가는 것을 꼽을 수 있다. 가령 위암의 경우 짠 음식과 태운 고기섭취를 줄여야 하며 폐암은 금연하는 것이다. 대장암은 섬유소섭취를 늘리며 유방암과 자궁내막암, 난소암, 전립선암 등은 지방섭취를 줄인다. 자궁경부암과 간암등은 불결한 성접촉을 피하고 간염예방접종으로 이들 암발생의 직접적 원인이 되는 바이러스 감염을 차단해야 하며 피부암은 과도한 햇볕 노출을 피해야 한다. 여기에 정기검진과 진찰 등 조기발견을 위한 노력을 덧붙인다면 암에 걸리는 것은 결코 운명타이 아니며 자신의 노력 여하에 따라서 얼마든지 극복이 가능한 질환의 하나라는 것이다.

### 유방암은 여성질환이므로 산부인과를 찾아야 한다

유방암 전문진료과는 산부인과가 아닌 일반외과이다. 산부인과는 자궁과 난소, 여성불임 등 주로 여성질환을 치료하지만 유방암은 일반외과에서 검진받고 수술받는다. 일반외과는 유방암은 물론 위암, 대장암이나 간담도질환, 치질, 급성충수염 등의 수술치료를 전담한다. 이밖에도 두통이나 간질은 신경과, 불면증이나 노이로제는 정신과에서 주로 진료하며 화상치료나 수지접합술은 성형외과, 식도암 수술치료는 흉부외과에서 담당한다. 그러나 어떤 질환에 어떤 전문과를 찾아야 할 지 가장 확실하게 알 수 있는 방법은 먼저 그 병원 가정의학과를 찾거나 자신의 동네 주치의와 직접 상담하는 것이다.

### 유방이 아프고 단단하면 유방암일 가능성이 많다

많은 여성들이 유방이 단단하고 아프다는 것을 호소로 병원을 찾는 경우를 많이 볼 수 있는데 주로 유방암에 대한 걱정 때문이다. 환자가 주로 호소하는 증상은 유방이 찌릿하다거나 쿵쿵 뛰는 듯도 하고 팽팽하게 붓는다고도 한다. 물론 유방암이 통증을 동반하기도 하지만 많은 경우 위와 같은 증상보다는 이전에 없었던 딱딱한 덩어리가 만져진다는지 찢꼭지가 헐었다거나 피가 섞인 분비물이 나오는 등의 증상인 경우가 많다. 반면 앞서 언급한 증상과 생리전에 양쪽 유방이 부풀면서 아프고 탱탱한 것은 호르몬에 의한 영향일 가능성이 크다. 그러나 최근 우리나라에서도 유방암의 빈도가 차츰 증가하고 있기때문에 모든 여성은 유방의 자가진단법을 배워 매달 자기유방을 살펴보고 필요하다면 의사의 촉진과 40세 이상인 경우는 유방암 조영촬영을 함께 해보는 것이 바람직하다.

(자료제공 : 서울대학교 가정의학과 건강증진센터)