

암(癌), 아는 것이 힘

▣ 저 타르 필터나 순한 담배를 피우면 폐암 발생의 위험성을 줄일 수 있다?

최근에 흡연자도 많이 줄고 있는 추세이고, 담배도 저 타르, 저 니코틴 제품이 주류를 이루고 있다. 최근 웰빙 열풍에 건강과 운동에 관심이 많아져 애연가들도 1mg으로 불리는 저 타르 제품을 선호하고 있다. 하지만 담배가 저 타르나 순하다고 해서 포함된 수십 종의 발암물질의 악영향이 덜하지 않기 때문에 폐암 발생의 위험이 적다는 생각은 잘못된 상식이다. 뿐만 아니라 저 타르 담배나 순한 담배를 피우는 사람은 더 많은 담배연기를 폐 깊숙이 들이마신다는 보고도 있다. 또한 저 타르 담배나 순한 담배는 폐암의 형태 중 선암은 오히려 확대시키고 편평 상피 세포만 줄어드는 경향이 있다는 보고도 있어, 담배로 인한 폐암의 발생을 줄이는 데 전혀 도움이 되지 않는다. 폐암을 예방하기 위해서는 저 타르나 순한 담배를 찾을 것이 아니라 근본적으로 금연을 단행하는 것이 최우선이다.

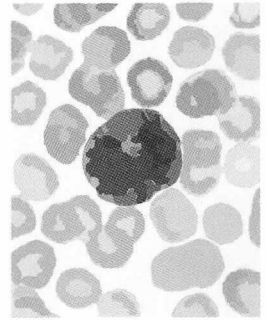
▣ 남자가 여자보다 폐암에 걸릴 확률이 높다?

이런 오해는 현재까지 폐암환자의 비율이 여자에 비해 남자가 월등히 높았기 때문에 비롯된 것이라 볼 수 있다. 그러나 여성 폐암환자는 계속 늘어나고 있는 추세이며, 여성 비흡연자의 폐암 비율도 증가하고 있다. 미국의 경우 폐암환자의 반은 여자이며 점점 더 환자가 늘어가는 추세이다. 1974년부터 1994년 사이에 폐암으로 죽은 사람의 수가 여자의 경우 147% 증가한데 반해, 남자는 같은 기간 동안 20%만이 증가했다. 또한 최근 연구에 의하면 같은 흡연자라고 하더라도 여자가 남자에 비해 폐암에 걸릴 확률이 1.2배에서 1.7배 가량 더 높다는 연구결과도 보고되고 있다.

▣ 남자는 유방암에 안 걸린다?

남성에게도 유선조직이 있기 때문에 유방암이 발생할 수 있다. 다만 남자 유방암의 발병률이 여성 유방암의 발병률에 비해 1%도 되지 않기 때문에 일반적으로 남자는 유방암에 걸리지 않는다고 생각하는 것이다. 이러한 잘못된 오해로 인해 남성의 평균 진단 연령이 여성보다 10년 정도 늦고 대체로 치료성과도 그만큼 좋지 못하다. 남성 유방암의 치료방법은 여성과 유사한데, 한 가지 흥미로운 사실은 남성 유방암은 여성보다 호르몬 수용체의 발현이 더 빈번하게 나타난다는 것이다. 따라서 남성 유방암 치료에도 호르몬치료 요법이 좋은 것으로 보고되고 있다.

미국의 오리곤 주립대학 연구팀에 따르면 맥주가 남성의 전립선암을 예방하는데 탁월한 효과가 있는 것으로 밝혀졌다. 애주가들에게는 듣던 중 반가운 소식이 아닐 수 없다. 하지만 매일 17잔을 마셔야 효과가 있다니 암 예방을 위해 마셨다가는 알코올 중독자가 될 수도 있으니 그리 좋은 방법은 아닌 것 같다. 대부분의 사람이 잘 알고 있듯이 우리나라 사람의 사망원인 중 1위는 암이다. 통계청에 밝힌 2004년 사망원인통계 연보를 보면 암으로 사망한 사람은 64,731명으로 전체 사망자 중 26.3%를 차지하고 있는 실정이다. 암 치료를 위한 신약이 개발 중에 있지만 아직 암을 완벽히 치료할 수 있는 치료제는 없다. 이번 호에서는 암에 대한 잘못된 상식들을 집어보자.



▣ 위암수술을 받으면 고기를 먹을 수 없다?


오히려 수술 후 빠른 회복과 체중을 늘리기 위해서는 반드시 육류를 섭취해야 한다. 특히 항암제 투여로 체력이 저하되어 있는 상태이므로 고단백, 고칼로리의 음식을 섭취해야 한다. 간혹 입맛이 쓰게 느껴져 고기를 거부하는 환자가 있는데, 그렇다고 고기를 멀리하면 안 되고 고기를 과일이나 마늘, 양파, 카레 등과 같이 조리해서 먹음으로써 육류섭취를 해 주어야 한다. 한편, 개고기를 먹으면 회복이 빠르다는 오해를 하는 사람이 있는데 개고기는 육질이 부드럽고 기름이 적지만 쇠고기나 돼지고기, 닭고기 등 다른 고기들에 비해 단백질 함량이 비슷하므로 특별히 개고기가 회복을 빨리 가져다주지는 않는다. 따라서 평소 개고기를 즐기지는 않는 사람이 개고기가 회복을 빠르게 한다는 오해를 믿고 억지로 먹는 것은 바람직하지 않다.

▣ 항암치료나 호르몬치료, 방사선치료를 받는 중에는 성생활이 불가능하다?

치료와 성생활은 무관하다. 환자의 전반적인 상태에 특별한 이상이 없는 경우, 유방암의 치료들이 성욕감퇴나 성기능 자체에 부정적인 영향을 주지 않을뿐더러, 상대방에게 암을 옮기거나 나쁜 영향을 주는 일은 더 더욱 없다. 다만 환자의 신체적 혹은 심리적 스트레스로 인해 성적인 관심이 감소할 수 있으며, 상대방에 대한 걱정이나 두려움이 성관계를 기피하게 하는데 영향을 끼칠 수 있다. 때문에 본인 스스로 심리적인 부정적 편견을 갖지 말고 적극적인 성생활을 통해 자신감을 되찾는 것이 삶의 질을 높이는데 매우 중요하다.

▣ PET를 찍으면 다른 암 검진을 받을 필요 없다?

PET는 암 조직에서 정상 조직에 비해 활발한 대사 작용이 일어난다는 점을 착안하여 개발된 새로운 진단법이다. PET를 이용할 경우 일반적인 CT 등에서 찾기 어려운 5mm 이하의 작은 종양이나 전암성 병변을 찾는 데 도움이 될 수 있다. 또한 암 치료 중 치료 반응을 확인하는데도 도움이 된다.

하지만 PET가 모든 암을 100% 정확하게 진단하는 것은 아니기 때문에 다른 암 검진을 받을 필요가 없다는 말은 잘못된 정보이다. 

(자료출처 : "암을 정복한 20인의 이야기", 대한암협회)