



# 암, 조기 발견하면 치료할 수 있다

새로운 삶을 향한 희망이 있다!

오늘도 한국건강관리협회는 국민들을 암의 위험으로부터

보호하기 위하여 각종 검진을 통한 암의 조기발견에 최선을 다하고 있다.

대장암 조기 발견 사례	· 서울 강서구 기양동에 거주하는 윤○○(남, 50)씨는 서울지부에서 대장암 의심소견을 받고, 연대 세브란스병원에서 치료 중에 있다.
	· 대구시 동구 서호동에 거주하는 김○○(여, 67)씨는 대구지부에서 대장암 확진을 받고, 영남대학 병원에서 수술 예정에 있다.

## [한국건강관리협회의 2005년 주요 암 발견현황]

11월 암의심 소견자 : 477명 / 확진자 : 64명

연간 암의심 소견자 누계 : 4,678명 / 확진자 누계 : 621명

### 대장암

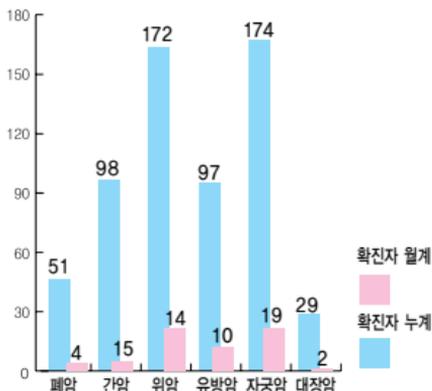
대장은 소장 끝 부분에서 시작하여 항문까지 이르는 장기로 그 길이는 약 150cm 정도이다. 대장은 소화되고 남은 음식을 찌꺼기를 소장으로부터 받아 그 중에서 수분과 전해질은 흡수하고 나머지는 배설에 적당한 변으로 만들어 이를 저장하고 배출하는 역할을 한다.

### 대장암의 발생 원인

● 환경적 요인

**장** 내의 발암물질이 증가되고 대장점막이 발암물질에 오랫동안 노출되는 것이 대장암을 잘 유발할 수 있는 환경적인 조건이다. 발암물질의 증가는 고지방식과 육식, 특히 소고기의 섭취 증가와 직접적으로 관련이 있다. 육류 섭취 증가는 또한 발암물질의 발생을 억제하는 섬유소를 적게 먹게 만들어 결과적으로 장내에서 발암물질이 더욱 많이 만들어지게 한다. 발암물질이 장내에서 많이 만들어져도 곧바로 몸 밖으로 배출되어 버린다면 문제가 없다. 그러나 변비 등으로 발암물질이 장내에 오랫동안 머무른다면 대장점막이 발암물질에 노출될 기회가 더욱 많아져서 대장암이 증가하게 된다.

20□ 건강하십니까?



● 유전적 요인

암의 발생과 관계가 있는 유전자는 암 유전자와 종양 억제유전자이다. 암 유전자는 발암물질 등에 의해서 정상 유전자로부터 변이된 유전자로 대장점막의 상피세포에 암성 변화를 일으킨다. 종양억제유전자는 우리 몸 세포 내에 정상적으로 존재하는 유전자로서 상피세포가 암성 변화를 일으키는 것을 억제하는 역할을 한다. 이런 종양억제유전자에 이상이 생기면 비정상 유전자의 발생이 촉진되어 대장 상피세포의 변화를 유발한다. 이런 유전성 질환은 우성유전을 통해 유전되어, 곧 질병현상으로



나타나기도 하지만 많은 경우는 이들 중앙억제유전자의 환경적인 요인에 대한 감수성이 증가되는 경향성이 유전된다. 이러한 유전성 질환을 가진 경우에는 환경적인 요인으로 인해 더욱 쉽게 암이 발생하게 된다. 현재 모든 대장암의 40% 정도는 이런 유전적 질환과 관계가 있다고 보고되고 있다.

## 대장암의 증상

대장암의 증상은 암이 생긴 위치에 따라 달라진다. 우측 대장에 암이 생기면 증상이 비교적 늦게 나타나고 배에 혹이 만져지고 빈혈과 피로감 등 막연한 증상이 생긴다.

반면에 좌측 대장에 암이 생기면 우측 대장에서보다 더 빨리 장이 좁아져서 배에 가스가 차고 아프기도 하며, 변이 가늘거나 잘 안 나오고 항문으로 검은 피가 보일 때도 있다.

항문 바로 안쪽인 직장에 암이 생기면 변이 자주 마렵지만 잘 안 나오거나 가늘게 나오고 검은 피가 나오는 등 보다 뚜렷한 증상이 나타난다. 좌측 대장암에서 생기는 증상은 과민성 장증후군과 비슷한 증상을 보일 수 있다.

## 대장암의 진단

간단한 피검사나 초음파 검사 등으로 대장암 진단을 받을 수 있는지 질문하는 분들이 있는데 이는 불가능하다. 물론 이보다 더욱 간단한 수치 검사로 직장암을 발견하는 경우도 종종 있다. 외과 의사의 손이 의뢰 장비가 되는 셈이다.

그렇지만 손가락이 닿지 않는 위쪽에 생긴 대장암의 진단을 위해서는 대장 조영술이나 대장 내시경 검사를 받아야 한다. 이 검사들이 사실은 암 뿐만이 아니고 대장에 생긴 병을 발견하기 위한 가장 기본적으로 때론 유일한 검사이다. 대장암이 확인된 경우에는 암의 진행 정도와 전이 여부를 확인하기 위해서 컴퓨터 단층촬영(CT) 등 다른 여러 검사들이 필요하다.

## 대장암의 치료

대장암은 필히 수술로 절제해야 한다. 그리고 경우에 따라 수술 전·후에 항암 요법이나 방사선 치료를 곁까지도

한다. 그렇지만 수술 후의 좋은 결과는 어떤 치료법을 선택하느냐 하는 것보다 얼마나 빨리 발견했느냐에 달려 있다.

따라서 조기 발견이 가장 중요하다. 대장암의 조기 발견을 위해서는 정기적인 검사를 받는 것이 가장 좋다. 그렇지만 혈액 검사나 변 검사 등 일반 건강 검진에서 하고 있는 것만으로 안심하는 것은 위험하다. 이런 검사만으로는 발견이 안 되는 경우가 더 많기 때문이다. 대장암을 조기에 발견하기 위해서 꼭 해야 할 검사는 두 가지이다. 하나는 직장에 손을 넣어 보는 수치 검사와 대장 안을 카메라를 통해 들여다보는 대장 내시경 검사이다.

미국에서는 이런 검사를 40세 이상의 성인은 4년마다 한 번씩 받을 것을 권하고 있다. 우리도 이에 못지 않게 관심을 가져야 한다. 가족 중에 암 특히 대장암 환자가 있는 분들은 더 일찍 그리고 더 자주 검사를 해야 한다.

대장 용종이 있어서 절제한 경우도 더 신경을 써야 한다. 여성에서 담낭절제를 받았거나 변비가 오면 경우에도 주의해야 한다. 최근에 갑자기 변비가 생겨 변이 잘 안 나오거나 가늘어 졌다면 검사를 받는 것이 좋다. 항문에서 꼭, 특히 검은 피가 나오는 분들도 지체하지 않는 것이 좋다.

## 대장암의 예방

평소에 야채를 많이 먹는 등 섬유소를 많이 섭취해야 한다. 섬유소는 자체로 발암물질의 생성을 억제하며, 또한 변비를 예방해 대장점막이 발암물질과 접촉할 수 있는 기회를 줄여 준다. 반대로 지방질이 많은 육류, 특히 쇠고기 섭취는 줄이는 것이 좋다. 설탕 등 순수한 당류를 많이 먹는 것도 좋지 않다.

무엇보다도 가장 바람직한 것은 정기적인 대장내시경 검사를 하여 '대장 용종'이라는 작은 혹을 미리 발견하여 제거하는 것이다. 대장암의 대부분은 대장 용종의 단계를 거친다고 알려져 있기 때문이다.

이러한 대장 용종은 우리나라 사람에게서도 매우 흔하게 발견된다. 정기적인 대장검사를 통해 용종을 제거한 사람들에게서 대장암 발생이 감소했다는 것은 널리 알려진 사실이다. 아스피린을 일주일에 두 번 정도 장기간 복용한 사람들에게서 대장암의 발생이 줄었다는 흥미로운 보고도 있다. 