

PSA 수치 알면 전립선암 예방할 수 있다

최근 우리나라의 전립선암 발병 빈도가 급격하게 증가하면서, 전립선암을 예방하고 조기에 치료해야 한다는 인식이 강해지고 있다. PSA는 바로 이 전립선암을 진단하는데 유용하게 사용된다.



남성의 중요한 생식기관 중 하나인 전립선. 전립선은 정액 액체성분의 30%를 만들어 분비하고 정자의 생존과 활성화에 중요한 역할을 하는 것으로 알려져 있다. 전립선액은 정자에 영양을 공급하고 적절한 이온농도와 산성을 유지하게 하며, 아연성분이 있어 세균 감염을 방지하는 역할을 한다. 방광의 바로 아래, 직장 앞에 위치해 있는 전립선은 정상 성인의 경우 약 20g 정도로 크기는 밤알 정도다.

자각 증상이 없는 전립선암

전립선암은 대표적인 중년 남성 암으로 꼽힌다. 비교적 전이 속도가 느리고 자각 증상이 없기 때문에 암이 어느 정도 진행된 후에야 각종 이상 증상이 나타난다.

PSA는 말 그대로 전립선의 상피세포에서만 생산되는 특이한 단백질분해효소로 전립선 이외의 조직에서는 거의 발견되지 않는다. 보통 채혈을 통해 획득한 검체에 면역검사를 실시하여 혈청 PSA 수치를 측정하며, 정상범위는 0~3.8ng/mL이다.



대표적으로 오줌이 배출되는 통로인 요도를 전립선 암세포가 압박하면서 배뇨에 어려움을 겪게 되는데, 소변을 자주 보고, 소변줄기가 가늘어지며, 소변을 본 후에도 소변이 남아있는 듯한 잔뇨감이 들게 된다. 간혹 정액에 피가 섞여 나오거나 혈뇨를 동반하기도 한다. 전립선암이 더욱 진행되면 요관 폐쇄에 의한 수신증 및 신부전 증상, 골전이에 의한 뼈의 통증, 척추 전이로 인한 요통(요통이나 좌골신경통) 등 여러 증상이 맞물려 나타난다.

때문에 40~50세 이상 남성은 주기적으로 전립선암 검사를 받는 것이 권장된다. 특히 전립선암의 중요한 원인 중 하나로 가족력을 꼽으므로, 가족 중 전립선암이 있는 경우에는 관리에 더욱 신경을 써야 한다.

전립선에서만 생산되는 특이세포 PSA

전립선암 진단에 이용되는 유용한 종양표지자로는 전립선특이항원(Prostate Specific Antigen: PSA)이 꼽힌다. PSA는 말 그대로 전립선의 상피세포에서만 생산되는 특이한 단백질분해효소로 전립선 이외의 조직에서는 거의 발견되지 않는다. 보통 채혈을 통해 획득한 검체에 면역검사(immunoassay)를 실시하여 혈청 PSA 수치를 측정하며, 정상범위는 0~3.8ng/mL이다.

그 외에도 선별 검사의 유용성을 높이기 위하여 여러 가지 고안된 검사들이 있는데, PSA 속도(PSA velocity)는 시간에 따른 PSA 증가속도를 계산한 것으로 1년에 0.75ng 이상 증가를 기준으로 한다면 전립선암을 95%의 특이도로 예측할 수 있다. PSA 밀도(PSA density)는 PSA 농도를 초음파로 측정한 전립선 부피로 나눈 것으로 0.15 이상인 경우 양성보다는 악성일 확률이 높다.

PSA는 전립선암의 선별 검사뿐만 아니라 수술 후 재발 판정에도 유용하게 이용할 수 있다. 한편 전립선비대증에서도 PSA가 정상 수치에 비해 올라갈 수 있으므로 직장수지검사 등 다른 검사를 병행해 실시하기도 한다.

Tip!!!

전립선에 좋은 음식!

전립선암을 예방하려면 지방 섭취량을 줄이는 것이 좋다. 일반적으로 식품이 함유하고 있는 발암 억제물질은 항산화물질인 비타민 A, 비타민 C, 비타민 E, 폴리페놀, 라이코펜과 셀레늄을 들 수 있으며, 그 외에도 클로로필(엽록소), 식이섬유소 등이 있다.

- ① 검은콩 검은콩의 파이토에스트로겐 성분은 남성호르몬 중 암을 유발하는 특성을 억제하고 암이 성장하는데 도움을 주는 혈관을 파괴한다.
- ② 호박씨 호박씨의 필수아미노산과 레시틴은 호르몬 분비가 원활하게 이루어지도록 도와 전립선암 예방에 효과가 있다.
- ③ 토마토 토마토의 라이코펜 성분은 강력한 항산화 효능이 있어 전립선암을 예방한다.
- ④ 녹차 녹차의 떫은 맛을 내는 카테킨 성분은 전립선암 세포의 신생혈관의 생성을 차단해서 전립선암을 예방한다.