

# ‘여성암 1위’ 정기검진은 필수



## 유방암

유방암은 여성들에게 많이 발생하는 암으로 특히 주의해야 하는 암 중 하나다. 지난 2016년 갑상선암을 앞지른 후 국내 여성암 1위를 유지하고 있는 유방암은 최근 10년 사이 2배, 15년 사이 3배 이상 발병률이 증가했다. 비록 유방암이 조기 발견을 통한 유방암 1기 치료 시 5년 생존율이 96%에 달할 정도로 조기 진단 시 ‘순한 암’이라고 불리지만 진행된 경우엔 진단 시 뼈나 폐, 뇌 및 간 등으로 원격 전이 재발이 흔하며 국소 재발 가능성도 높아 결코 안심 할 수 없다. 전문가들은 유방암을 예방할 수 있는 방법은 첫째도 검진, 둘째도 검진이라 답한다. 초기 진단이 반드시 필요한 유방암의 자가 진단 방법과 예방법을 동아병원 외과 김형수 원장에게 들어봤다.



동아병원 외과 김형수 원장이 유방암 검진을 위해 내원한 환자를 살펴보고 있다.

### 발육 상태 좋아지며 갈수록 증가 추세 생리·모유 수유·폐경 후 변화 살펴야 과체중 위험...조기 발견시 완치 가능

#### ◇매년 정기검진

유방암의 정기검진이 필요한 또 다른 이유는 영상진단장비의 발달로 인해 조기 발견이 비교적 어렵지 않은 암으로 꼽히기 때문이다. 40대 이상 여성에게는 2년에 1회씩 국가건강검진 유방촬영검사(X-Ray)가 무료로 지원된다.

50~60대 이상에서 주로 발생하는 유방암은 달리 우리나라는 유방암 발병연령이 40~50대 여성에 이어 20~30대에서 전체 환자의 25%를 차지할 정도로 점차 낮아지는 추세를 보이고 있다. 때문에 가족력이 있거나 자궁난소질환이 있는 여성, BRCA 돌연변이 유전자에 있는 여성의 경우 20~30대 때부터 정기적인 유방암 검사가 권장되기도 한다.

특히 20~30대는 건강검진의 기회가 적고, 늦은 결혼 연령과 출산 및 모유 수유의 감소, 임신과 수유를 하는 동안에는 유방의 증상을 구분하기 어렵고, 무연가 만져지거나 혹이 있는 데도 병원을 찾는 것을 미뤄 뒤늦게 유방암으로 진단받는 경우가 종종 있다.

20~30대의 젊은 유방암 환자도 증가하고 있는 만큼, 20대 이상이라면 관심을 갖고 검사를 받아보는 것이 필요하다. 임신을 계획하고 있거나, 모유 수유 후의 검사 및 임신 중이거나 수유중이라도 증상이 있다면 반드시 초음파 검

사를 받아야 한다.

#### ◇호르몬 주기 잘 살펴야

유방암의 유발 요인으로 주로 언급되는 것은 유전적 요인, 호르몬 요인, 식이 요인, 환경적 요인 등이다. 그러나 하나의 원인에 의한 발현보다는 여러 요인이 복합적으로 작용하며, 여성 호르몬인 에스트로겐이 유방암의 발생과 정에서 중요한 역할을 하고 있다. 즉 유방 세포는 여성 호르몬인 에스트로겐의 자극에 의해 증식과 분화를 반복하므로 일생동안 에스트로겐의 총 노출되는 기간이 갈수록 유방암의 위험이 증가한다고 하겠다.

만약 출산과 모유 수유 경험이 없거나 초경이 너무 빠르거나 늦은 경우에도 여성호르몬 노출 기간이 길어져 유방암 위험성이 높아지게 된다. 특히 요즘 20~30대 여성들은 초경이 빠르고 출산을 늦게 하거나 하지 않는 경우가 늘었다. 중장년층 세대보다 여성호르몬 노출 기간이 긴 편이라 주기적으로 검사를 진행하는 것이 현명하다. 이외에도 고지방·고칼로리 음식 섭취나 지나친 음주 등 생활습관도 문제로 지적된

다. 잘못된 생활습관은 유방암과 밀접한 관련이 있으며 과체중 및 비만의 경우에는 건강하게 체중을 감량해야 한다.

유방암은 아직도 정확한 원인을 알 수 없어 개인이 유방암을 예방할 수 있는 방법을 아는 것도 정확하지 않다. 그러나 유방암이 발생하기 쉬운 위험요소들을 피하고 정기적인 검진으로 발병을 조기에 발견하면 치료가 가능하기 때문에 걱정하지 않아도 된다.

#### ◇예방법

우선, 출산 이후 모유 수유가 유방암의 예방에 도움이 되는 것으로 보고되고 있으며, 피임약이나 폐경 후 불필요한 여성호르몬 복용을 피하는 것이 좋다.

또 비만, 흡연, 음주, 과도한 영양섭취는 유방암을 유발할 수 있으므로 건강하게 체중조절을 하는 것이 필요하며, 적절한 신체적 활동은 유방암 발생 위험 요소를 감소시킬 수 있다. 더불어, 평소 자가진단을 통해 유방의 상태를 진단하고 의료진과 상의하여 꾸준한 정기검진을 진행하는 것이 좋다. 가족력

이 있거나 초경이 빨랐던 경우, 여성 호르몬제를 투여하고 있다면 병원에 내원하여 정기적 임상 검사를 시행 받는 것은 필수이다.

동아병원 외과 김형수 원장은 “유방암은 만 40세 이상의 여성이라면 국가암 검진의 항목으로 2년 주기로 검진 가능하다”며 “또한 위험 요인을 가지고 있거나 임신 및 출산을 준비 중인 20~30대 젊은 여성들에게도 유방암이 나타나고 있어 젊은 층도 정기적으로 검진을 받는 것을 추천한다”고 조언했다.

이어 “자가 검진을 꾸준히 하더라도 유방암 초기에는 대부분 아무런 증상이 없기 때문에 유방 촬영 검사와 유방 초음파를 통한 의료진의 정밀한 검사를 대체하기 어렵다”며 “30세 이상의 유방암 위험 요인을 갖는 여성이라면 1년 간격으로 전문의 진찰을 해야 하며, 위험 요인을 갖지 않은 40세 이상의 여성이라도 1~2년 간격으로 정기검진을 받는 것이 좋다”고 밝혔다.

/정리=김종찬 기자



도움말 김형수 원장 <동아병원 외과>



전남대병원은 최근 북구 푸른하늘보호작업장을 방문해 성금100만원을 전달했다. /전남대병원 제공

## 전남대병원 사회복지시설에 성금 기탁

전남대병원은 최근 사회복지시설 두 곳을 방문, 성금을 전달했다고 27일 밝혔다.

전남대병원은 지난 22일 이삼용 병원장을 대신해 전진숙 총무과장과 박근숙 특수간호과장이 서구 장애인 복지시설인 ‘희망의 집’과 북구에 위치한 ‘푸른하늘 보호작업장’을 각각 방문해 성금 100만 원씩을 전달했다.

전 과장은 “작은 정성이지만 어려운 이

웃들에게 희망과 용기를 불어넣는데 힘이 되길 바란다”며 “앞으로도 사회적 소외 계층을 위한 의료지원 등 공공의료활동에 적극 참여해 나갈 계획이다”고 밝혔다.

한편, 전남대병원은 이웃사랑 나눔과 사회복지 증진에 기여하기 위해 지난 2011년부터 매년 설과 추석 명절에 두 차례씩 사회복지시설을 방문해 온정을 전해 오고 있다.

/김종찬 기자

## ‘산을 찍는 작가들’ 화순전남대병원 초대전

### 내달 28일까지 원내 2층 로비

산을 좋아하는 국내 사진작가들의 초대전이 화순전남대병원에서 열린다. 화순전남대병원은 1월부터 다음 달 28일까지 두 달 간 병원 2층 로비에서 ‘산 사진 클럽’ (The Mountain Photo Club) 작가 초대전 ‘을 한다’고 27일 밝혔다.

산 사진 클럽은 2017년 결성된 사진작가들의 모임으로, 자연의 아름다움을 공유하고 사진 예술을 대중화하고자 광주공향과 무안국제공항 등에서 전시회를 해왔다. 작가들은 태곳적 신비를 간직한 자연의

풍광을 담기 위해 높은 산에 올라 찰나의 순간을 포착하려고 기다리는 수고를 마다하지 않고 작품을 탄생시켰다.

강면구 산 사진 클럽 회장과 국순천·김준석·박인호·박종순·박준형·오수웅·윤영녀·조영선·장인호·전기철·최수정·최영태 작가 등 13명이 작품을 선보였다.

화순전남대병원 관계자는 “환자와 가족들에게 정서적 안정감을 선사하고 지역을 알리고자 무등산, 화순 등을 주제로 한 수준 높은 예술 작품 전시 활동을 지속해서 하고 있다”고 말했다.

/연합뉴스

## 조선대병원 피부과 김민성 교수

### 피부암 ‘모즈미세도식수술’ 1,100례

조선대병원은 27일 피부과 김민성 교수가 피부암 절제술인 ‘모즈미세도식수술’ (Mohs Micrographic Surgery) 1,100례를 달성했다고 밝혔다.

김 교수가 시행하고 있는 ‘모즈미세도식수술’은 피부암을 조금씩 제거해 제거된 조직절편에서 암세포가 있는지 현미경으로 확인 후, 암의 잔존부위에 따라 지도를 그리듯 종양세포가 모두 제거될 때까지 반복하는 특수한 수술기법이다.

특히 모즈미세도식수술은 암조직을 떼어내고 병리와 전문의가 판독해 완전 제거 여부를 확인한 뒤 암세포가 남아 있을 경우 암 부위만 다시 절제하고, 빠른 일상

복귀와 3% 미만의 재발률 때문에 환자 만족도가 높은 수술로 알려져 있다.

김 교수는 “기존의 광범위한 외과적 절제술보다 재발을 줄일 수 있으며, 절제 부위가 작아 기능적·미용적으로도 정상조직을 최대한 보존할 수 있는 장점이 있다”며 “여러 임상 성과와 활발한 협진을 통해 피부암 환자들에게 최상의 의료서비스를 제공할 수 있도록 노력하겠다”고 밝혔다.

/김종찬 기자



도움말 김민성 교수 <조선대병원 피부과>

**중흥**

# 나주호를 누리는 명품 골프클럽

나주호의 쾌적한 VIEW, 여유와 휴식을 함께 누리는 36홀 명품골프클럽 - 골드레이크 컨트리클럽

www.goldlake.co.kr

## 골드레이크 컨트리클럽

GOLDLAKE COUNTRY CLUB

수려한 산세와 나주호수를 그대로 살린 골드레이크 컨트리클럽의 프리미엄 서비스와 다양한 혜택을 경험하십시오

예약 문의 **골드레이크 컨트리클럽 061-339-3000**