

과음·비만·운동부족... '젊은 대장암' 발병에 주의해야 할 세 가지

20~49세 젊은 대장암 환자 10만명당 12.9명 전 세계 1위...유전적 원인 발병 확률 5% 정도

암은 젊은 나이라고 해서 암으로부터 자유로운 것은 아니다. 특히 젊은 나이에 도 식습관 및 생활습관에 따라 대장암의 발생률이 높아질 수 있다.

국가 암등록 통계에 따르면 대장암의 발생률이 최근 다소 감소하고, 젊은 대장암 환자도 감소 추세를 보이고 있다.

하지만 우리나라의 20~49세 젊은 대장암 환자 발생률이 인구 10만명 당 12.9명으로 전 세계 1위라는 연구결과도 있어 경각심을 가질 필요가 있다.

동남권원자력의학원 대장항문외과 한언철 과장은 "나이, 성별 불문하고 운동이 부족하고 서구식 식습관과 음주를 즐긴다면 대장암이 발생할 위험이 높아지고, 젊은 나이에도 대장암의 위험에 노출될 수 있다"고 말했다.

대장암이 발병하는 대부분의 원인은 나쁜 식생활, 음주, 흡연, 운동부족 등 대부분 후천적 요인으로 발생한다. 유전적 원인으로 인해 발병할 확률은 5%정도이다.

한 과장은 "지금까지 대장암 발생에 영향을 준다고 알려진 여러 가지 원인 중 첫 번째는 과음을 하거나 잦은 음주를 하는 것"이라면서 "특히 남성에서 대장암

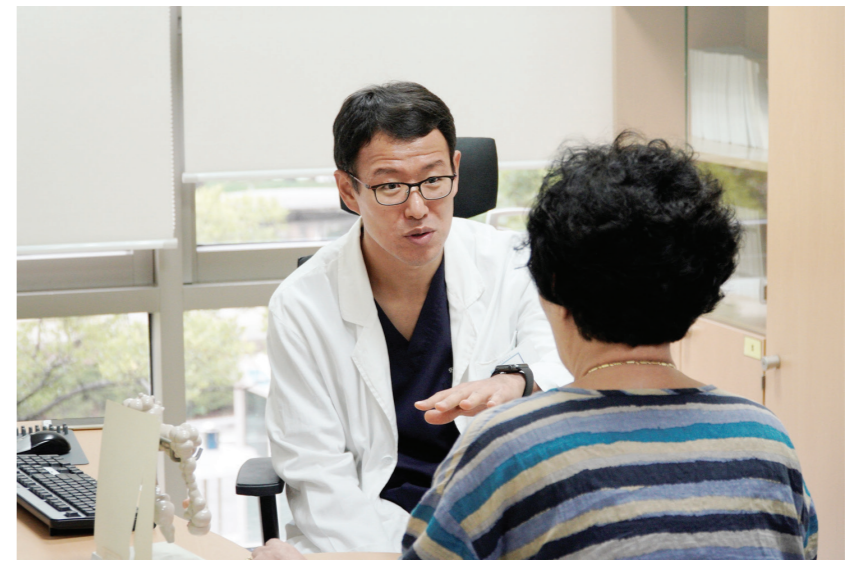
의 발생률이 높아진다"고 설명했다.

이어 "술이 대장암의 위험을 높이는 이유는 에탄올이 몸속에서 분해될 때 아세트알데하이드라는 독성 물질을 생성하기 때문"이라면서 "우리나라의 연구자료에 따르면 매일 과음을 할 경우 대장암 발생률이 4배까지 상승한다는 결과도 있다"고 말한다.

대장암의 원인 두 번째는 비만이다. 한 과장은 "비만일수록 용종 발생률이 높아져 대장암이 발생할 가능성이 커지고 비만과 동반된 당뇨와 같은 대사증후군이 몸속의 만성 염증을 유발할 수 있어 대장암의 위험성을 높인다"고 강조했다.

세 번째 원인은 운동부족이다. 한 과장은 "운동은 대장암을 예방하는데 가장 좋은 방법이다. 그리고 운동은 대장암 수술을 받은 환자의 생존율을 높이고 재발률을 낮춰 준다"는 사실도 잘 알려져 있다"면서 "대장암 예방을 위해 1주일에 3일 이상, 한번 할 때 30분 이상 꾸준히 운동을 하는 것이 도움이 된다"고 말했다.

그러면서 "암은 늦게 진단될수록 치료가 힘들다. 특히 젊은 나이에는 복통이나 소화불량, 통증 등 암의 증상이 있어도, 젊다는 이유로 간과하기 쉽고 병원을 잘 찾지 않는 경향이 있어 암이 늦게 진단되는 경우가 많다"며 "대장암 가족력이 있거나 복통, 배변습관 변화, 소화불량, 복부팽만과 같은 소화기 증상이 지속되거나 항문 출혈, 빈혈과 같은 증상이 있으면 젊더라도 한 번쯤 정밀 검진을 받아보는



동남권원자력의학원 한언철 대장항문외과 주임과장이 진료를 하고 있다. (사진=동남권원자력의학원 제공)

것이 좋다"고 덧붙였다.

뉴스스

국내 첫 효과 입증 '유방암 영상진단법', 세계 표준됐다

"조직검사 어려운 재발·전이 유방암 통증없이 정확히 진단해 최적 치료"

국내 의료진이 연구한 유방암 환자를 대상으로 한 여성호르몬 수용체 영상 진단법이 전 세계 표준검사가 됐다. 여성 호르몬 수용체 양성 유방암은 우리나라 유방암 환자의 70%에 해당된다. 조직검사가 어려웠던 환자들도 15분 내외의 영상검사만으로 진단이 가능해져 보다 편하고 안전하게 여성호르몬 수용체 진단을 받을 수 있게 됐다.

14일 서울아산병원에 따르면 이 병원 유방암센터(핵의학과 문대혁·한상원 교수·중앙내과 김성배 교수·유방외과 이종원 교수팀)가 안전성과 유효성을 첫 입증한 '18F-FES(Fluoroestradiol) 양전자방출단층촬영(PET)' 검사가 세계적 암 치료 기준을 선도하는 미국종합암네트워크(National Comprehensive Cancer Network)의 가이드라인으로 최근 발표됐다.

유방암은 여성호르몬 수용체 여부에 따라 치료법이 달라져 정확한 진단이 중요하다. 유방암이 재발하거나 전이된 경우에도 여성호르몬 수용체 진단 결과에 따라 치료법이 결정되기 때문에 추가적인 조직 검사가 필요하다. 이때 재발한 부위가 여러 곳이거나 전이된 위치에 따라 조직검사가 어렵거나 불가능할 수 있다. 이 경우 18F-FES PET 검사를 표준 진단검사의 하나로 사용하도록 권고한 것이다.

18F-FES PET 검사는 여성호르몬인 에스트로겐 수용체의 생물학적 활성을 측정할 수 있는 18F-FES 약물을 주입한 뒤 PET 검사를 통해 유방암 여성호르몬 수용체를 진단하는 검사다. 조직검사가 어렵거나 불가능한 경우 영상촬영만으로 몸 전체에 전이된 병변을 한 번에 검사할 수 있다. 소요시간은 15분 내외로 아주



김성배 서울아산병원 유방암센터장이 유방암이 재발한 환자를 진료하고 있다. (사진 = 서울아산병원 제공)

짧다. 통증도 없어 환자들이 조직검사에 대한 부담을 덜 수 있게 됐다.

서울아산병원 유방암센터는 18F-FES PET 검사의 개발과 임상 연구를 주도했고 연구 결과는 핵의학 분야 저명 학회인 미국핵의학회와 대한핵의학회가 18F-FES PET 검사의 적정 이용 기준(Appropriate use criteria)을 발표할 때 주요 근거로 채택되기도 했다.

문 교수는 "우리나라에서 연구를 진행해 안전성과 유효성이 입증된 18F-FES PET 검사가 미국종합암네트워크 가이드라인으로 권고돼 매우 기쁘게 생각한다"고 밝혔다.

이어 "조직검사가 어렵거나 불가능했던 재발 혹은 전이된 전 세계의 유방암 환자들이 더욱 안전하고 정확하게 여성호르몬 수용체 여부를 진단받고 가장 적절한 치료를 받을 수 있을 것으로 기대된다"며 "앞으로도 암 환자들의 생존율을 높이고 맞춤 치료를 제공하기 위한 글로벌 연구를 주도해 나가겠다"고 강조했다.

김 교수(유방암센터소장)는 "18F-FES PET 등과 같은 유방암 진단 기술 발전에 더불어 항암제, 항호르몬, 방사선 등 치료법도 점차 발전하면서 유방암 5년 생존율이 95%를 바라보고 있다"며 "특히 여성호르몬 수용체 양성 유방암은 유방암 중에서도 늦은 재발 위험이 상대적으로 높고 수용체가 변하기도 하지만, 환자들이 희망을 놓지 않고 적극적으로 치료에 임하면 좋은 결과를 얻을 수 있을 것"이라고 기대했다.

뉴스스

아토피 피부염 환자, 5년새 5.5% 늘었다 1인당 진료비 18만원...20대 34.1% 최다

만성 염증성 피부질환인 아토피 피부염으로 진료를 받은 환자가 5년 사이 5.5% 증가한 것으로 나타났다.

14일 국민건강보험이 건강보험 진료데이터를 활용해 분석한 자료에 따르면 지난해 아토피 피부염 증상으로 진료를 받은 인원은 총 97만1116명이었다.

이는 5년 전인 2018년 대비 5만629명(5.5%) 증가한 수치다.

성별로 살펴보면 남성은 44만738명, 여성은 53만378명으로 여성이 남성에 비해 9만명 가량 더 많았다. 2018년 대비 각각 0.5%, 10.1% 증가했다. 연령군 증감률 역시 남성은 0.1%, 여성은 2.4%로 여성이 더 높았다.

연령별로는 9세 이하 환자가 27만1613명으로 전체 28.0%를 차지했다. 뒤이어 20대 16.7%(16만1771명), 10대 15.5%(15만837명) 순이었다.

인구 10만명당 진료인원은 1889명으로 2018년 1802 대비 4.8% 증가했다.

아토피 피부염 환자 수가 늘면서 건강보험 진료비도 늘었다. 2018년 823억원에서 지난해 1765억원으로 5년 사이 114.4%(942억원) 증가했다.

연령대별 건강보험 진료비는 20대가 34.1%(602억원)으로 가장 많았고 30대가 18.9%(333억원), 40대가 11.8%(208억원)순이었다. 남성과 여성 모두 20대가 가장 높았다. 지난해 환자 1인당 진료비는 18만1770원으로 2018년의 8만9441원에서 2배 가량(103.2%) 증가했다.

성별로 살펴보면 남성은 2018년 10만968원에서 2022년 24만5557원으로 143.2%, 여성은 2018년 7만8943원에서 2022년 12만8764원으로 63.1% 늘어났다.

아토피 피부염은 심한 가려움증을 동반하는 만성성 피부 질환으로 아직 정확한 원인이 밝혀지지 않는 상태다.

이진욱 국민건강보험 일산병원 피부과 교수는 "아토피 피부염은 영유아기에 시작돼 자연 경과를 보이는 만성 염증성 피부 질환으로 소아에서 가장 높은 유병률을 보이고 나이가 들면서 점차 감소하는 경향을 보인다"며 "미국의 경우 소아에서 10~20%, 성인에서 3~7%로 보고됐다"고 설명했다.

이어 "보습이 가장 중요하고 피부 증상을 악화시킬 수 있는 자극원, 알레르겐 등을 피하는 것이 필요하다"며 "아토피 피부염 환자는 정상 피부에 비해 민감한 피부를 가지고 있고 다양한 자극원에 의해 악화될 수 있으므로 비누와 세제, 화학약품, 모직과 나일론 종류, 비정상적인 기온이나 습도에 대한 노출 등을 피해야 한다"고 조언했다. 또 "면제품 속옷을 입고 세탁 후 세제가 남지 않도록 물로 여러 번 행구며, 평소 실내 온도와 습도를 쾌적하게 유지하는 것도 중요하다"며 "샤워는 따뜻한 물로 샤워를 하는 목적으로 미지근한 물에 하는 것이 좋고 샤워 후 3분 이내 보습제를 바르는 것이 좋다"고 덧붙였다.

뉴스스

호남신문 i-honam.com	대표전화 (062) 229-6000 광주서구 운천로213스카이엔드 309호
발행인·편집인 김순열 편집국장장무대리 서선욱	
동부취재본부 전남 순천시 유동3길 26 서주빌딩 101호 (061) 905-2011	
기사제보 (062) 222-2580 광고작동 (062) 228-2580 팩스 (062) 222-5547	
등록번호 광주가 00021 (인간) / 1946년 4월 창간 / 구독료 월 10,000원 1부 500원 인 쇄 mpn	
본지는 신문 윤리경영 및 그 실천 요강을 준수합니다.	

호남신문 후원 및 회원제 시행합니다

결코 쉽지 않은 길이지만 저희가 개척하겠습니다.
지금보다 건전해질 수만 있다면 어렵지만 마다하지 않겠습니다.
외부로부터의 어떠한 압력이나 간섭에서도 자유를 위해서라면 당장의 손익에 급급해 하지 않겠습니다.

호남신문의 후원 및 회원제를 시행합니다.
액수의 많고 적음을 떠나 회원 여러분의 피와 땀이 배인 후원금을 소중히 접수하겠습니다.
후원금으로 광고의 일부를 대체해 광고주의 유무형 압력 등 편집권 침해로부터 탈피해 자유로운 제작이 이뤄질 수 있도록 할 것입니다.
호남신문은 후원 및 회원제의 시행으로 왜곡되지 않은 정론을 펼치는데 지역언론의 선봉장 역할을 자임합니다.

전국 일간지 최초로 복지면을 할애해 사회적 약자와 취약계층의 권익향상에 힘쓰고 있는 호남신문은 후원회원제를 통해 보다 더 굳건하게 뿌리를 내릴 수 있도록 노력하겠습니다.
당장 눈에 띄는 획기적인 성과를 기대하겠습니까마는 한 걸음 한 걸음 내딛다보면 작은 내가 모여서 강을 이루듯 우리가 지향하는 목표점에 다다를 수 있지 않을까 합니다.
호남신문은 후원 회원들의 자발적 후원으로 운영되는 시스템을 차차 정착시켜 나갈 것입니다.
호남신문의 작지만 큰 변화의 몸부림에 시도민 여러분의 적극적인 동참을 기대합니다.

