

인천 손은 藥손 의료 프로젝트

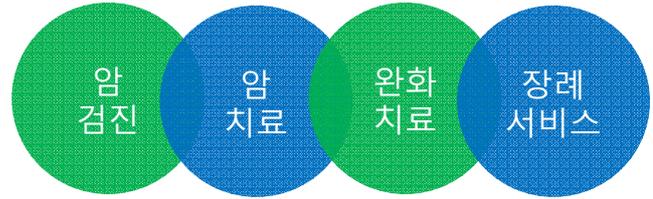
## 행복인천 암 관리 통합지원 사업

(인천광역시 · 인천의료원 주관)

경제적 취약계층 대상

국가 5대암 + 폐암 1인 500만원 한도

**의료비(비급여 포함) 전액 지원**



세부 문의 | 인천의료원 공공의료사업실 ☎ 032-580-6001~2

### 알면서 극복하는 유방암

#### 인천광역시의료원 외과 과장

**강영준**



'지인이 유방암에 걸려서 저도 걱정이 되네요.'  
 '유방암 예방하려면 뭘 해야 하나요.' 등의 여러 질문들을 주변에서 종종 듣게 됩니다. 그렇다면 유방암은 무엇이고 예방법은 뭘까요.  
 유방암은 여성의 유방 내 조직에서 발생하는 암을 말하고, 악성 종양이기에 치료하지 않을 경우 혈류와 림프관을 따라 유방 밖으로 퍼져 생명을 위협할 수 있습니다. 유방암의 발생에는 하나의 원인이 아닌 여러 가지 원인들이 복합적으로 작용할 수 있습니다. 특히 여성 호르몬인 에스트로겐이 발암 과정에 중요한 역할을 하는 것으로 여겨집니다. 유방세포는 에스트로겐의 자극에 의하여 증식-분화하므로 초경이 빠르거나 폐경이 늦을수록 증가합니다. 또한 장기간의 피임약 복용이나 폐경 이후 장기간의 호르몬 대체요법도 발병 위험을 증가시킵니다. 그 외에도 서구화된 식이, 과도한 음주, 비만, 출산을 하지 않거나 늦은 첫 임신 등이 위험 요인으로 알려져 있습니다. 현재까지 유방암 발병원인이 명확하게 규명된 상태는 아니기 때문에 이에 대한 완전한 예방법을 제시하기는 어렵지만, 위와 같은 위험인자를 피하는 생활습

관이 예방하는 효과는 있을 것입니다.  
 두 번째 유방암 극복의 중요한 방법은 조기 발견에 있습니다. 보통 정기적인 검진을 통해 조기에 유방암을 발견하도록 권고하는데, 이는 유방 보존술을 시행할 수 있어 경과가 좋기 때문입니다. 한국유방암학회에서는 35세 이후부터는 2년 간격으로 임상 검진, 40세 이상에서는 1~2년 간격의 유방촬영술 등을 권고하고 있습니다. 유방암의 가장 흔한 증상은 유방에 멍울이 만져지는 것입니다. 하지만 그 정도가 되려면 암이 진행되어 최소 1cm 이상이 되어야 하므로, 증상이 생겨서 병원을 방문하면 이미 진행된 가능성이 높습니다.  
 유방암은 조기에 발견하면 예후가 아주 좋으므로 개인이 조절 가능한 위험 요인을 평소에 관리하고, 나이에 맞는 검진을 받으면 얼마든지 극복할 수 있습니다. 생활습관, 식이, 운동 등의 방법을 총 동원하고 권고하는 검진들을 잘 받으면 유방암뿐만 아닌 전반적인 건강 유지와 만성질환, 다른 암 등도 예방할 수 있기에 실천하시기 바랍니다. 또한 주기적인 자가 진단과 전문의와의 상담도 잊지 마시길 바랍니다.