

대장암

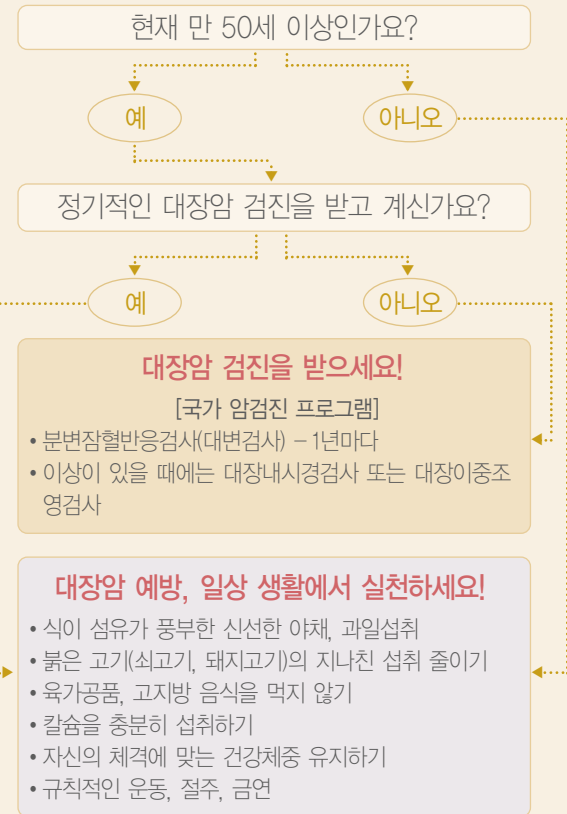
예방과 검진 미리 미리!



대장암 검진은 왜 받아야 하나요?

- 초기에는 대부분 증상이 없으며 증상이 생긴 후에 병원을 찾게 되면 이미 상당히 진행된 경우가 많습니다.
- 검진을 통하여 대장용종 등을 발견하여 제거하면 대장암을 예방할 수 있으며, 대장암을 조기에 발견하여 치료하면 완치율이 높습니다.

50세 이상이신가요? 대장암검진을 받으세요!



+ 암 예방을 위한 국민 암예방 수칙 +

- 담배를 피우지 말고, 남이 피우는 담배 연기도 피하기
- 채소와 과일을 충분히 먹고, 다채로운 식단으로 균형 잡힌 **식사**하기
- 음식을 짜지 않게 먹고, 탄 음식을 먹지 않기
- 술은 하루 두 잔 이내로만 마시기
- 주 5회 이상, 하루 30분 이상, 땀이 날 정도로 걷거나 **운동**하기
- 자신의 체격에 맞는 건강 **체중** 유지하기
- 예방접종 지침에 따라 B형 간염 **예방접종** 받기
- 성 매개 감염병에 걸리지 않도록 안전한 **성생활** 하기
- 발암성 물질에 노출되지 않도록 작업장에서 안전 보건 수칙 지키기
- 암 조기 검진 지침에 따라 **검진**을 빠짐없이 받기

※ 세부내용은 국가암정보센터를 참고하십시오.

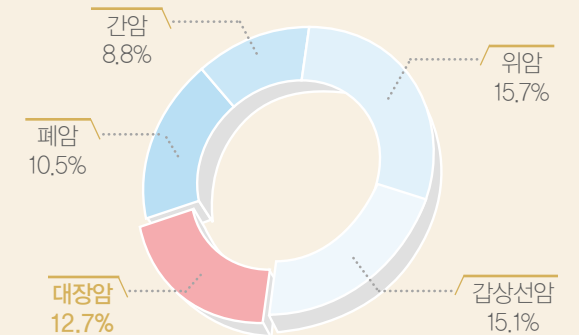


제 작 : 보건복지부, 국립암센터
문의처 : 국가암정보센터 (1577-8899 / www.cancer.go.kr)

대한민국의 암 가운데 발생률 3위

대장암이란 결장과 직장에 생기는 악성종양으로 우리나라 암 발생의 3위를 차지하고 있습니다.

[2008년 암 발생분율]

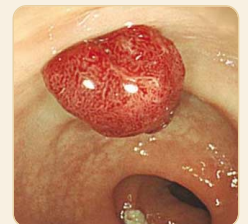


[자료 : 보건복지부 중앙암등록본부, 2010]

대장암의 위험요인 및 관련질환은 무엇인가요?

대장암은 생활요인과 환경요인 및 유전요인 등 여러 요인이 복합적으로 관여하여 발생합니다.

- 붉은 육류 및 육가공품, 고지방 식사 섭취
- 비만
- 가족 중 대장암이 있는 경우
- 관련질환
 - 선종성 대장용종
 - 가족성 대장용종증
 - 만성 염증성 대장질환
- 음주, 흡연



[선종성 대장 용종]

고려사항

- 대장암 고위험군 (대장암 가족력, 유전성 대장암 가족력, 대장용종, 염증성 장질환)은 전문의와 상의 하십시오.
- 혈변, 빈혈, 체중 감소, 복부 종괴, 배변 습관 변화, 진행성 설사 등 증상이 있으면 전문의와 상의 필요.

어떻게 대장암을 예방할 수 있나요?

대장암을 예방하기 위해서는 알려진 위험요인을 최소화하는 노력이 필요합니다.

- 식생활 개선하기
 - 신선한 야채, 과일 섭취하기
 - 붉은 고기(쇠고기, 돼지고기)의 지나친 섭취 줄이기
 - 육가공품, 고지방 음식을 먹지 않기
 - 칼슘을 충분히 섭취하기
- 자신의 체격에 맞는 건강체중 유지하기
- 규칙적인 운동으로 신체활동을 증가시키기
- 절주하기, 금연하기
- 정기적인 검진 받기

대장암은 어떤 증상이 있나요?

대장암은 초기에는 대부분 특별한 증상이 없습니다. 따라서 특별한 증상이 없더라도 정기적인 검진이 중요합니다.

- 직장암
 - 변비 혹은 설사
 - 배변 후 변이 남은 느낌
 - 배변시 통증 또는 혈변
- 우측 대장암
 - 설사, 소화불량
 - 복통, 복부팽만, 덩어리가 만져짐
 - 빈혈에 의한 제반 증상
 - 체중감소, 근력감소
- 좌측 대장암
 - 배변습관 변화
 - 변비, 장폐색
 - 혈변/점액변

국가 암검진 대상자는 누구입니까?

- 의료급여수급권자(1종, 2종)
- 건강보험가입자 중 보험료 부과 기준이 하위 50% 이하인 분
- ※ 건강보험가입자 상위 50%에 해당되실 경우 국민건강보험공단에서 실시하는 특정암검진 프로그램을 통해 본인부담금 10%를 지불하면 받으실 수 있습니다.

언제 받을 수 있습니까?

- 검진 안내문을 받으신 해당연도 내에 검진기관에 가서서 검진을 받으시면 됩니다.

어디서 받을 수 있습니까?

- 국민건강보험공단에서 보내드린 검진 안내문에 안내된 기관을 방문하시면 됩니다.
- 안내문을 받지 못하셨거나, 분실하셨을 경우 국민건강보험공단 홈페이지(www.nhic.or.kr)에서 확인할 수 있습니다.

검진을 받으려면 어떻게 합니까?

- 국민건강보험공단에서 보내드린 국가 암검진 대상자임을 증명하는 대상자 표지와 신분증(건강보험증 또는 의료급여증)을 지참하고 검진기관을 방문하여 검진을 받으시면 됩니다.
- 대상자 표지를 받지 못하셨거나, 분실하셨을 경우 국민건강보험공단 지사 또는 관할 보건소로 문의하시면 됩니다.

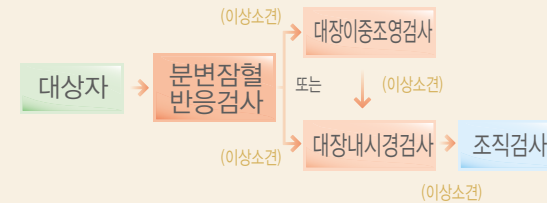
검진 결과는 어디서 확인합니까?

- 검진을 받으신 후 15일 이내에 검진기관에서 결과 통보서를 발송해 드립니다.

국가 암검진 프로그램으로 위암, 간암, 유방암, 자궁경부암에 대해서도 암 검진을 받으실 수 있습니다.

대장암 국가 암검진 프로그램

- 검진대상 : 만 50세 이상 남녀
- 검진주기 : 1년 간격
- 검진방법 : 분변잠혈반응검사
이상 소견 있을 시 대장내시경검사 또는 대장이중조영검사
- 검진절차



분변잠혈반응검사

대변에 섞여있는 소량의 혈액을 검출하는 검사 방법으로, 대변 중 헤모글로빈 양을 측정하는 검사입니다. 정확도는 다소 낮지만 대장암의 선별을 위한 1차 검사로 널리 이용되는 유용한 검사입니다. 검사 일주일 전부터 아스피린이나 소염제의 복용, 과도한 음주는 피해야 합니다.

대장내시경검사

대장 내부를 직접 관찰하고 조직검사를 시행할 수 있어서 대장암을 발견할 수 있는 가장 정확하고 우수한 방법입니다. 다만, 검사 전 날 대장을 깨끗이 하는 과정과 내시경 삽입 등으로 인해 불편하실 수 있습니다.

대장이중조영검사

공기로 대장을 팽창시키면서 조영제를 투여하고 엑스레이 촬영으로 대장 내부를 간접적으로 관찰하여 암의 위치와 크기를 파악하는 검사입니다. 검사 전날 대장을 깨끗이 하는 과정과 조영제와 공기 삽입등으로 인해 약간 불편하실 수 있습니다.

분변잠혈반응검사를 위해 대변을 어떻게 준비 할까요?

분변잠혈반응검사는 대변검사의 한 종류로 대변에 피가 섞여 있는지를 확인하는 검사입니다. 정확한 검사가 되기 위해서, 신선한 대변에서 3곳 이상을 깊이 찔러서 충분한 양의 분변을 취합니다. 대변이 건조되거나, 소변, 물 등에 오염되면 검사가 안될 수 있습니다. 대변을 준비한 당일에 검사기관에 제출하도록 합니다. 만약 지체되는 경우, 냉장고 또는 서늘한 곳에 보관하여 2일 이내로 제출합니다.

분변잠혈반응검사(대변검사)에서 의심되는 소견이 보인다고 합니다. 대장암인가요?

우리 몸 어디선가 출혈이 있었다는 증거가 됩니다. 출혈의 원인은 다양할 수 있습니다. 상부위장관 출혈인 경우는 위나 십이지장의 염증이 있는 경우가 많으며, 대장, 항문쪽이라면 내치질에서 출혈되는 경우가 많습니다. 항문 질환에서 출혈이 된다는 확신은 항문에서 피가 나는 것을 의사가 직접 보는 경우에 가능합니다. 항문에서 피가 나는 것이 아니라면 그 상부로 검사를 확대해야 합니다. 가장 확실한 검사는 대장내시경 검사이며, 검은 대변인 경우는 위십이지장 내시경 검사도 추가하는 것을 고려해 봐야 합니다.

대장내시경검사서 용종 진단을 받았습니다. 어떻게 해야 하나요?

대장용종은 매우 흔합니다. 용종을 진단받으신 후에는 대장암 예방 및 조기 치료를 위해서 용종절제로 제거가 필요합니다. 용종절제 후 조직검사결과에 따라 대장암으로 발전할 수 있는 선종성용종이라면, 정기적인 검사를 위해 전문의와 상의하십시오.

◆ 자세한 사항은 국가암정보센터(1577-8899)로 문의하시기 바랍니다.