

## 대장암 COLORECTAL CANCER

### 대장암이란 무엇인가요?(What is colorectal cancer?)

대장암은 결장이나 직장에서 시작됩니다. 결장은 맹장이 소장의 끝부분(회장)과 연결되어 있는 부분으로부터 시작합니다. 결장의 마지막 6 인치 부분은 직장과 같은 조직으로 바뀌어 있습니다.

### 대장암이 얼마나 흔하게 발병하나요? (How common is this colorectal cancer?)

현재 캐나다에서 대장암은 4 번째로 흔하게 발견되는 암이며, 암으로 인한 사망 중 2 번째로 흔한 원인으로 나타나 있습니다. 2010년에는 캐나다 내에서 22,500 건의 대장암 진단이 예상되고 있습니다.

### 대장암 발병과 관련된 위험요인들로 어떤 것들이 있나요?

#### (What are the risk factors for this colorectal cancer?)

대장암을 일으키는 하나의 원인이 따로 있는 것은 아니지만, 여러가지 요인들이 결합하여 발병 위험을 높이는 것으로 보입니다:

- 고령 - 특히 50 세 이상일 경우
- 폴립(용종)이 있는 경우 (결장과 직장 내벽에 자라는 작은 종양들을 말함)
- 가족 내 대장암 병력 여부 - 특히 친척 (부모, 형제, 자식)이 45 세 전 대장암 진단을 받은 경우
- 가족성대장폴립증 (FAP)이나 유전성 비폴립성 결장암 (HNPCC)이 있는 경우
- 염증성 장질환 (궤양성 대장염 또는 크론병)
- 적색육을 다량 섭취하는 식습관 (쇠고기, 돼지고기, 양고기, 염소고기)
- 가공육 (햄, 살라미, 소시지, 핫도그 등)
- 알코올 섭취
- 흡연
- 운동부족
- 비만
- 인종적 배경 - 아슈케나지 (동부 유럽 유대인) 후손일 경우

연구자들은 이외에도 식생활이 어떻게 대장암 발병에 영향을 끼치는가에 대해서도 연구하고 있습니다. 채소와 과일을 많이 먹는 식습관이 대장암 발병 위험을 줄인다고 알려져 있습니다. 식이섬유가 풍부하고 동물성 지방이 적은 식품들 또한 위험을 줄이는 것으로 보이지만 확신을 위해서는 연구가 더 필요합니다. 어떤 이들은 위에 나열된 위험요인들이 전혀 없이도 대장암에 걸리기도 합니다.

### 어째서 조기 대장암 선별 검사가 중요한가요?

#### (Why is early screening important for this colorectal cancer?)

대장암 선별 검사란 증세가 전혀 없을 때라도 정기검진의 일환으로 대장암 검사를 하는 것을 말합니다. 대장암은 조기에 발견하고 치료할 때 가장 좋은 차도를 보입니다. 암이 결장 밖으로 퍼지기 전에 치료하는 것이 가장 효과적입니다.

50 세 이상인 남녀라면 누구나 최소한 2 년에 한 번씩 변검사 (FBOT, 분변잠혈 검사 혹은 FIT, 분변 면역화학적 검사)를 받으실 것을 권합니다. 변검사를 통해 용종들이 암조적으로 발전하기 전에 찾아낼 수 있습니다.

대장암 발병 위험이 평균보다 높다고 판단되는 분들은 가정의와 개별적으로 대장암 감시 계획을 세우시기 바랍니다. 다음을 지니신 분들은 대장암 발병 고위험자에 속합니다:

- 대장암에 걸린 일촌 가족 (부모, 형제, 자식)
- 본인의 대장암 병력
- 궤양성 대장염이나 크론병 등 염증성 장질환
- 가족성대장폴립증 (FAP)이나 유전성 비폴립성 결장암 (HNPCC) 등 유전적인 증후군

- 결장이나 직장에 자란 양성 용종들

### 대장암의 징후와 증상으로는 어떤 것들이 있습니까?

#### (What are the signs and symptoms of colorectal cancer?)

대장암은 아랫배 (위장 근처) 쪽에 종양이 자라고 뺨어나갈 공간이 충분한 까닭으로 초기에는 어떤 징후나 증상이 전혀 나타나지 않을 수도 있습니다. 증상은 대개 종양이 출혈을 일으켜 배변에 장애를 일으킬 때라야 나타나게 됩니다. 가능한 증상들로는 다음이 있습니다:

- 배변 습관의 변화
- 분변 내 혈액 (밝은 빨간색이거나 아주 어두운 붉은색)
- 설사, 변비, 혹은 장이 깨끗이 비워지지 않은 듯한 기분
- 평소보다 가느다란 변
- 대체로 아랫배가 불편한 느낌 (잡은 가스로 인한 고통, 복부팽만, 딱찬 느낌이나 경련통)
- 이유없는 체중 감소
- 매우 피로함
- 구토

위의 증상들은 대장암 이외의 질병으로 인해 생길 수도 있습니다. 확실한 진단을 위해서는 검사가 필요합니다.

### 대장암은 어떻게 진단됩니까?(How does this colorectal cancer be diagnosed?)

대장암 징후 및 증상이 보일 경우, 선별검사 결과가 비정상적일 경우, 혹은 의사가 대장암을 의심할 경우에는 진단검사가 행해집니다. 진단검사의 일부로 다음이 있습니다:

- 개인 의학적 치료력 확인 및 신체검사
- 피검사
- FOBT, 분변잠혈검사 (선별검사에 이미 포함되지 않았을 경우)
- S 상결장경검사
- 대장내시경검사
- 생검

대장암의 진행 정도를 알기 위해 엑스레이 검사나 영상촬영 검사 등이 추가로 행해질 수도 있습니다.

### 치료 방법으로는 어떤 것들이 있나요?(What are some treatment plans?)

대장암 환자 개개인마다 전문의료팀이 각자의 치료 계획을 설립해 드릴 것입니다. 의료팀은 구체적인 암의 특성과 개개인의 필요를 고려해 치료 방안을 제안할 것입니다. 대장암 치료 계획에는 다음 중 한 가지 혹은 그 이상의 방안이 포함될 수 있습니다:

- 수술
- 화학요법
- 방사선요법
- 표적치료법

더 많은 정보를 얻고 싶으시면 가정의를 방문하시거나, 하루 24 시간, 주 7 일 언제든지 공인간호사와 상담할 수 있는 Health Link Alberta(헬스 링크 알버타)로 문의하여 주십시오: 수신자 부담: 1-866-408-LINK(5465).

출처: Canadian Cancer Society 캐나다 암 협회 웹사이트: [www.cancer.ca](http://www.cancer.ca)

Canadian Cancer Encyclopedia 캐나다 암 백과사전 웹사이트: <http://info.cancer.ca>

이전에 출판된 ‘건강한 삶으로의 길’의 기사 시리즈를 읽고 싶으시면

[http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual\\_health\\_services.htm](http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm) 에 방문하셔서 건강정보를 한국어로 읽으실 수 있습니다.