

**대장직장암 검사를 받으십시오.
TAKE THE TEST.**

**새로운 대장직장암 검진 클리닉이 문을 열었습니다.
(New colon cancer screening clinic opens)**

질문: 뉴스에서 듣기로는 캘거리에 대장직장암 검진 센터가 문을 열었다고 들었습니다. 제 남편과 저는 둘 다 57 세이고 저희 가족 중에는 암이 걸린 사람이 아무도 없습니다. 저희도 대장직장암 진단을 받아야 합니까?

응답: 예, 당신과 당신의 남편은 그래도 대장 검사를 받으셔야 합니다. 최근에 University of Calgary(캘거리 대학교)이 Calgary Health Region(캘거리 헬스 리전)과 협력하여 Forzani & MacPhail Colon Cancer Screening Centre(포오제니 앤 맥페에일 대장암 검진 센터)를 열었습니다. 이 센터는 대장경검사(colonoscopy)를 포함한 암 검진 서비스를 더 용이하게 받을 수 있도록 해줄 것입니다. 대장암이란 대장과 직장을 포함한 큰창자에서 시작하는 암들을 일컫는 말입니다. 알버타에서 암으로 사망하는 사람들 중 대장암이 두번째로 많이 사망하는 원인입니다. 올해만해도 알버타에서 약 1670 명의 사람들이 대장암으로 진단될 것으로 보이며 그 중 약 610 명이 대장암으로 사망할 것입니다. 대장암 검진을 통해 대장암으로 사망하는 사람들의 숫자를 줄일 수 있다는 증거가 있습니다. 50 세와 74 세 사이의 모든 분들은 대장암을 진단하기 위한 테스트를 정기적으로 받으셔야 합니다.

질문: 왜 대장암을 위한 검진이 그렇게 중요합니까?

응답: 대장암은 종양(tumor)이 상당히 커질때까지 징후를 보이지 않습니다. 아래쪽 복부에는 종양이 자라는데 필요한 공간이 많이 있습니다. 대장암을 갖은 사람들은 종양이 직장에서 나오는 출혈을 야기하거나 또는 다른 증상들이 생길 때까지는 대장암을 가지고 있다는 것을 모를 수 있습니다. 때때로 종양이 장을 막는 경우가 발생했을 시기에 비로서 첫번째 증상이 나타내는가 하면 몸의 다른 부분으로 전이되었을 때 첫번째 증상을 보입니다. 이 시기에 이르면 대장암은 보통 더 이상 치료할 수가 없습니다. 검진을 미리하는 것이 치료가 가장 효과적일 수 있는 유일한 방법입니다. 대장암 검진이 당신의 생명을 구할 수 있습니다.

질문: 대장이 하는 일은 무엇입니까?

응답: 대장(colon)과 직장(rectum)은 소화계(digestive system)의 한 부분입니다. 소화계에서 하는 일은 위와 작은 창자에서 음식을 분해해서 음식물이 가지고 있는 영양분을 몸이 흡수할 수 있도록 합니다. 음식물이 대장에 도착할 때쯤이면 음식물에서 나온 찌꺼기만이 남습니다. 이 찌꺼기는 대변을 보기 전까지는 변으로 대장 안에 보관됩니다.

질문: 어떻게 대장암이 시작됩니까?

응답: 대장암은 대장과 직장의 내벽에서 생성됩니다. 비정상 세포들이 대장의 벽에 생성되기 시작합니다. 그 세포들이 암으로 전환될 수 있는 용종(polyp)이라 불리는 생성물을 형성하게 됩니다. 만약에 용종을 제거한다면, 대장암은 예방될 수 있습니다. 존재하는 용종이 대장암으로 발전하려면 몇 년이 걸릴 수 있습니다.

질문: 제 남편과 저는 건강합니다. 저희가 정말로 대장암에 걸릴 위험이 있습니까?

응답: 누구든지 대장암에 걸릴 위험이 있습니다. 그리고 대장암이 발생하는 이유에는 여러가지 원인이 있습니다. 민족, 인종 그리고 연령그룹에 관계없이 남성이든 여성이든 모두 대장암에 걸릴 수 있습니다. 더욱이 몇몇 요인들이 확률을 더 높이는 것으로 보입니다. 이 질병에 걸린 사람들의 약 90 퍼센트가

50 세 이상입니다. 가족(부모, 형제자매 그리고 자녀들) 중에 대장암에 걸린 사람들이 있는 사람들은 이 질병에 걸릴 가능성이 더 높습니다. 용종이 있었던 사람들 또는 염증성 장질환(궤양성 대장염(ulcerative colitis) 또는 크론병(Crohn's disease))이 있었던 사람들은 대장암에 걸릴 위험이 더 높습니다.

질문: 검진을 받으려면 어떻게 해야합니까?

응답: 주치의와 상의해 주십시오. 주치의가 없으시면, 예약 없이 의사를 볼 수 있는 워크인(walk-in) 클리닉에 가지거나 Health Link Alberta(헬스 링크 알버타)로 전화하셔서 새로운 환자를 받는 의사들의 이름을 문의하실 수 있습니다. 캘거리에서는 대장암 검진을 위하여 대표적인 두가지 검사인 대변 잠혈검사(Fecal Occult Blood Test(FOBT))와 대장경검사(colonoscopy)가 가장 많이 사용됩니다. 대변 잠혈검사는 본인이 스스로 볼 수는 없지만 대변에서 혈액이 나오는지 알아보기 위한 테스트입니다. 대변 잠혈검사는 실험실에서 얻을 수 있는 테스트 카드를 이용해서 집에서 할 수 있습니다. 조그만 크기의 대변 견본을 테스트 카드에 문질러 주시면 됩니다. 이 카드는 잠혈 여부를 확인하기 위하여 실험실로 보내집니다. 이 테스트는 당신의 주치의가 지시할 수 있습니다. 대변 잠혈검사는 매년 받아야 합니다. 대장경검사는 전문의에 의해 행해지는 관찰경(scope) 테스트입니다. 대장경검사를 하는 동안에 가늘고 구부리기 쉬운 관이 의사가 그 부분을 검사할 수 있도록 직장과 대장에 삽입됩니다. 환자의 안정을 위하여 또는 잠이 들게 하는 약을 줄 것입니다. 대변 잠혈검사와 대장경검사는 각각의 장단점이 있습니다. 본인에게 맞는 테스트가 무엇인지는 주치의에게 문의해 주십시오.

질문: 만약 저희 둘 중 한 사람의 결과가 양성으로 나왔다면 어떻게 해야 합니까?

응답: 대변 잠혈검사가 양성으로 나왔다는 것은 대변에서 혈액이 발견되었다는 것을 의미합니다. 이 것이 당신이 암을 가지고 있다는 것을 의미하지는 않습니다. 만약 테스트가 양성으로 나왔다면 원인을 밝히기 위하여 더 많은 테스트가 필요합니다. 대변 잠혈검사 결과가 양성인 것은 암으로 전환되기 전의 용종, 암, 특정 식생활 또는 치질(hemorrhoids) 같은 다른 상태에 의한 것일 수 있습니다. 대변 잠혈검사가 양성으로 나왔을 경우에는 후속치료로 대장경검사가 권장됩니다. 만약 대장경 검사 중에 용종이 발견되었다면 의사가 그것이 암으로 발전되는 것을 예방하기 위하여 제거할 것입니다. 대장직장암이 초기에 발견되었을 경우 치료에 성공할 확률은 90 퍼센트 이상입니다.

질문: 대장암에 걸릴 기회를 줄이기 위하여 저희가 할 수 있는 일은 무엇입니까?

응답: 대장암 검진을 받는 것은 무엇보다도 중요한 일입니다. 지금 현재는 50 세에서 74 세 사이의 알버타인 중 단지 15 퍼센트만이 검진을 받고 있는 상태입니다. 건강한 생활방식을 유지하는 것도 그 다음으로 중요합니다. 건강한 몸무게를 유지하기 위하여 규칙적으로 운동을 하십시오. 술은 적당히 드시고 담배는 피우지 마십시오. 섬유질 섭취를 늘려주시고 정제된 설탕과 동물성 지방의 섭취를 줄여 주십시오. 야채와 채소를 많이 드십시오. 건강하게 잘 살고 계시더라도, 검진을 받는 것은 매우 중요합니다.

저자 Isabel Clark, Health Link Alberta(헬스 링크 알버타)의 Clinical Development Co-ordinator, 애플매거진 2008.

더 많은 정보를 원하신다면, 아래의 웹사이트를 방문해 주십시오:

Forzani & MacPhail Colon Cancer Screening Centre(포오제니 앤 맥페에일 대장암 검진 센터):

www.colonscreeningcentre.com

의료진과 상담을 원하신다면 주치의에게 문의하시거나 또는 Health Link Alberta(헬스 링크 알버타)로 전화하시면 등록된 간호사와 주 7 일 24 시간 상담하실 수 있습니다:

캘거리 시내에서는: 403-943-LINK (5465) 또는 시외에서는: 1-866-408-LINK (5465)