

# “암”

편 집 부



문명이 발달함에 따라 암의 발생은 계속 증가하고 있으며, 따라서 “암”에 의한 사망률도 높아질 전망이다. 이러한 면에서 암의 원인, 진단, 치료 및 예방에 관한 상식을 증상별로 알아본다. (편집자주)

보사부자료제공

## 1. 암의 개요

사람은 누구나 건강하게 오래 살고 싶어한다. 연세가 대단히 많은 분이라고 해도 여생에 대한 애착은 누구보다 클 것임을 부인할 수 없다. 인간과 질병이라는 측면에서 볼 때 일반적인 세균성질환이나 결핵 등이 차츰 성공적으로 퇴치되어 감에 따라 전반적으로 평균수명이 증가되고 있는 것이 세계적인 추세이다. 질병의 양상도 큰변화가 있어 이제는 성인병이 사망의 주요원인이 되고 있는데 우리나라는 제1의 사망원인이 뇌졸중이고 제2가 암이다. 이웃나라 일본은 과거에는 제1의 사망원인이 뇌졸중이었는데 1982년을 기해서 암이 뇌졸중을 추월하여 제1의 사망원인이 되고 있다. 서양 대부분의 나라에서도 심장병 다음으로 암이 주된 사망원인이 되고 있다.

아직 우리나라는 암발생률이 미국이나 일본보다 낮아서 다행이나 암이 증가하는 추세임이 확실하기 때문에 우리도에 대한 대책이 절실하게 요구되고 있다.

우리나라 암발생률은 강화군의 전주 민을 표본으로 해서 연세암센터에서 조사한 바에 의하면, 인구 10만명당 매년 125명꼴로 나타나 이로 미루어 매년 전국적으로 약 5만명 정도의 암환자 발생을 추정할 수 있다.

암발생 양상도 미국 등 서양과는 다르고 일본과 유사한 경향이 있으며 남녀공히 위암이 제일 많이 발생하고 있다.

과거에는 폐암의 발생률이 낮았는데, 차차 증가하여 남자의 경우, 2번째로 많이 발생하는 부위가 되었다. 서양에서는 남자에겐 폐암, 여자에겐 유방암이 많고

또 남녀공히 대장암이 많다는 점이 우리와 대조적인데, 이런 암발생 역학의 차이는 암퇴치에 충분한 정보를 제공하게 된다.

그러면 과연 암을 원인으로 퇴치하는 방법은 없을까? 많은 연구를 통해서 증명되고 있는 것은 우리 몸안에 암이 발생할 수 있는 모든 세포는 구조적으로 처음부터 암을 유발할 수 있는 발암인자(oncogene)를 갖고 있다는 점이다. 이 발암인자가 처음에는 우리 인체세포의 증식 및 분화에 중요한 작용을 하다가 일정한 단계에 이르면 억제인자(repressor gene)에 의해서 차단되어 그 작용을 정리하게 된다. 그러다 주위환경요인이나 Virus등에 의해 발암인자가 자극을 받아 다시 작용을 시작하면 세포가 증식을 시작해서 암이 발생하게 되는 것이다. 그러므로 암을 근본적으로 완전히 퇴치하는 것은 불가능하며 단지 발암인자를 작동시키는 기전을 찾아내어 이를 피해야만 암발생을 최소한으로 감소시킬 수 있다.

세계보건기구(WHO)가 상세히 조사해본 바에 의하면 암이 발생하도록 작용하는 즉 발암인자를 자극하는 것 중에 제일 중요한 원인으로 음식을 지적할 수 있으며 약 35%의 암원인이 식생활에 연유되어 있다는 결과가 나와있다. 우리가 일상에서 섭취하는 음식이 암발생의 큰 원인이 되는데 그중에도 제일 문제되는 것이 짠음식으로 과다한 소금이 든 음식은 항상 암을 유발하기 쉽다. 또 태우거나 높은 온도로 조리한 음식은 항상 암을 유발할 수 있다.

한 예로 햄버거 고기를 300C에서 15



분이상 구울때 고기속에 발암물질이 생겨나는 것을 보아도 쉽게 증명이 된다. 그리고 대부분의 발효음식이 또한 문제가 된다. 이에 반해 신선한 야채나 과일, 우유 등이 암을 예방해 주는 효과가 있다. 우리나라에 위암이 대단히 많은 이유가 잘못된 식습관에 연유되어 있음을 누구나 짐작할 수 있을 것이다.

요사이 특히 서양에서는 동물성지방질이 많이 함유된 식품에 대해서 주의를 환기시키고 있는데, 동물성지방질을 많이 섭취하면 대장암, 유방암 등이 발생하기 쉽다. 미국에 이런 암이 많은 이유도 그네들의 식생활에 기인하며 이에 반해 잡곡밥, 채소 등의 섭취는 대장암발생을 감소시킨다. 음식물 다음으로 중요한 암발생원인은 흡연으로 전체 암의 30%정도가 이것으로 인해서 발생한다. 미국은 남자에서 제일 많은 암이 폐암이고 여성흡연인구의 증가로 이제는 여성에 있어서도 유방암을 앞질러 폐암이 제1의 암으로 등장하고 있다. 흡연은 폐암 뿐 아니라 구강암, 식도암, 후두암, 췌장암 등 전신적으로 암발생률을 증가시킨다. 흡연만 하지않으면 폐암 등을 비롯한 여타의 암들이 예방된다는 생각을 할때 금

연이 얼마나 중요한 것인가는 아무리 강조해도 지나치지 않다. 최근 미국에서도 금연운동이 성공적으로 진행되어 일반인의 흡연율이 35%로 감소되었고 특히 의사들은 담배를 피지않게 되어 금연에 실패하는율은 10%정도에 불과하다고 한다. 이로써 의사에게서는 폐암과 심장병이 급속히 감소하는 사실이 증명되었다.

암발생빈도를 높이는 세번째 요인은 기생충이나 바이러스 등의 감염증이 문제 되는데 암발생원인의 10%정도를 차지하고 있다. 우리나라에 많은 예가 B형 간염이 만성화되어 간암을 일으키는 것을 꼽을 수 있다. 대만에서 조사한 바에 의하면 B형간염 바이러스를 갖고 있는 사람에서 간암발생률이 250배 높은 것을 알 수 있으며 간암환자의 98%가 B형 간염 바이러스를 갖고 있는 것이 증명되었다. 이런 사실로서 B형 간염 퇴치를 위해 예방주사를 맞는 것이 얼마나 중요한가는 재삼 강조할 필요조차 없을 것이다.

이밖에 환경공해문제가 심각하나 이것은 개인적인 노력밖의 문제이므로 국가적인 대책이 시급하다. 정부당국은 물론 우리들도 생활환경이 오염되는 것을 방지하기 위해 최선을 다해야 할 것이다.

**인류의 적인 암.**  
**그것의 퇴치는 온세계**  
**의료인들이**  
**풀어야 할 숙제로**  
**이를위해**  
**이미 집중적인 노력이**  
**기울어지고 있어**  
**미래의 전망을**  
**밝게 하고 있다.**

총체적으로 볼 때 암은 자기만 조심하면 75%정도에서 예방이 가능하다. 식생활 개선, 금연, 간염퇴치로도 암에 걸릴 확률을 크게 낮출 수 있다는 점을 늘 마음에 새겨두도록 하자.

무릇 모든 병에서 그렇듯이 「예방」이 가장 좋은 퇴치방법이긴 하나 우리 주변에는 암발생이 계속되고 있는 것이 현실이다. 예방에 대한 노력에 비견될 만큼 암치료방법에 있어서도 세계적으로 많은 연구가 진행되었다.

암치료에서 완치까지의 과정중에서 제일 중요한 것은 조기진단이다.

암은 일찍 발견해서 아직 국소적인 범위에 있을 때 수술을 행하면 완치가 된다. 조기진단을 위해서는 일반국민들에게 암에 대한 계몽을 많이하여 암을 의심케하는 증상이 있으면 일찌감치 병원을 찾아올 수 있도록 하는 것이 중요하다. 즉 소화장기가 있을 때 한번쯤 위검사나 X-선 촬영을 해 봐야겠다는 생각을 갖는 것이 건강을 지키는 바른 태도이다. 몸의 어느 부위든지 멍울이 만져지거나 이상 출혈이 있으면 암을 의심해 봐야 한다. 또 목이 쉬거나 계속되는 기침은 폐암의 증상일 수 있으며 피부나

구강 등의 점막이 헐어서 아물지 않을 때에도 방치해 두지 말고 진단을 받아보라고 권하고 싶다.

우리 몸에 발생하는 암은 250가지나 되며 같은 종류의 암이라도 각 경우에 따라 치료방침이 달라지기 때문에 일단 암이 의심되거나 진단되면 전문의료진이 있는 병원에서 처음부터 치료를 시작하는 것이 매우 중요하다. 암환자의 경우 대부분 첫수술이 제일 중요하며 가능하면 근치수술이 완치에 기초가 된다.

미국의 경우 40%의 환자에서 근치술만으로 완치가 가능하다는 결과가 나와 있다. 25%의 경우는 근치수술후에도 재발가능성이 높은 암이거나 병기(病期)이므로 수술 후에도 암센터 등 전문의료진에게서 항암제 치료나 방사선치료를 받는 것이 필요하다. 일례로 유방암 2기는 근치수술 후에도 항암제를 투여함으로써 완치율을 배가시킬 수 있다. 나머지 35%의 환자는 처음 진단시에 이미 암이 전신에 퍼져 있어서 수술이나 방사선 치료가 불가능하지만 이중 20%의 경우는 최근의 발전하는 항암제 투약으로 완치시킬 수 있거나 장기생존이 가능하다.

인류의 적인 암, 그것의 퇴치는 온세계 의료인들이 풀어야 할 숙제로 이를 위해 이미 집중적인 노력이 기울어지고 있어 미래의 전망을 밝게 하고 있다. 암이 몰고오는 불행과 고통의 질곡에서 벗어나기 위해서는 암 예방을 위한 계몽과 식생활개선, 금연 등 전사회적인 공동노력이 있어야 하며 의료진을 위한 충분한 뒷받침과 아울러 암이 없는 내일을 위한 전 국민의 호응과 협조가 요청된다고 할 수 있겠다. †