

최근 들어 병원을 찾는 유방암 환자가 늘어나면서 이 질환에 대한 관심이 증가하고 있으며 이는 아마도 식생활의 서구화,출산 및 수유방법의 변화와 관련이 있으리라 사료된다.

유방암의 발생빈도는 미국의 경우 여성암중 7~9%로서 자궁암,위암 다음으로 제 3위의 발생 빈도를 보인다.

그동안 유방암에 대한 여러가지 치료방법의 개선 및 발전으로 유암진단과 치료에 많은 발전이 있었으나 모든 유방암 환자에게 만족할만한 방법이 아직 없음을 환자는 물론 이를 치료하는 의사 모두에게 안타까운 일이다.

미국등 선진국에서는 유암 환자의 80% 이상이 자기 스스로 암종을 발견하는 것으로 보고되고 있어서 자기진단과 국민에 대한 집단검진(mass screening)방법의 임상응용은 유방암을 조기진단하여 이로 인한 사망률을 감소시키는 데 있어서 가장 중요한 방법이라고 생각된다.

유방암의 초기상에 만져질때까지는 부위와 유방의 크기에 따라 차이가 있지만 경험이 많은 의사에게도 최소한 1.0~2.0cm 이상의 직경이 있어야 하므로 이는 이미 암세포가 많은 세포분열을 거쳐 원격전이 가능성을 완전히 배제할 수 없게 된다.

임상적으로 제 1기 유방암환자의 10년간 생존율이 80%인데 비하여 제 2기 환자의 경우 25%인것은 조기진단의 중요성을 다시 확인시켜주는 것이라 하겠다.

현재 사용되고 있는 유방암진단 방법으로는 이학적 검사 이외에 유방촬영술이 있으며 유방촬영술에는 X-선 유방촬영술과 xeroradiogram 및 초음파를 이용한 초음파유방촬영술과 온도의 차이를 이용한 Thermogram 등이 있다.

구미 선진국에서는 1960년 초

유방암의 진단

특히 유방암은 근래 우리나라에서도 식생활의 개선과 가정생활 패턴의 변화등으로 점차 발생빈도가 높아지는 것으로 사료되며 위암, 자궁암등 다른암과 같이 집단검진과 자기검진 방법에 대한 보다 적극적인 대중 계몽등의 방법으로 조기발견에 국민과 함께 의료인은 의료인대로 노력해야 할것으로 믿는다.

집단검진을 위한 경우에는 X-선에 의한 유방촬영이 주가 되며 유방에 종유 또는 유두 분비등 증상이 있는 경우에는 이학적 검사를 같이 시행하는 방법이 널리 사용되고 있다.

가톨릭 의대 강남 성모병원에서는 1988년부터 유방암 자기진단 교실을 개설하여 매월 운영하고 있으며 더불어 강남지역 30~65세 사이의 여성을 등록시켜 정기적인 검진을 시행함으로써 소색자, 슬라이드, 비디오 테잎 등을 통하여 유방암에 대한 지식을 전달하고 이를 통하여 만일에 유방의 변화나 유방종괴가 생겼을 경우 즉시 본인에 의해 발견되어 그들의 의사에게 의논할 수 있도록 하고 있다.

구미각국에서 시행하고 있는 집단검진에서 유방암의 조기진단을 위한 과정을 크게 4가지로 나눌 수 있는데, 첫째 기초 검진법, 둘째 기초 검진법상 비정상 분석, 셋째 외과적 생검, 넷째 치료 등이다.

김 인 철

(가톨릭의대 교수)

유방의 視診과 觸診으로 나눌 수 있으며 촉진은 누워서 촉진과 샤워나 목욕시의 촉진, 액와부의 촉진이다.

▲제 1단계(유방의 視診): 거울앞에 서서 양쪽 유방을 주의 깊게 관찰한다.

- 유방의 시진시 유의하여 보아야 할 소견

1. 양측 유방크기 및 모양의 대칭성
2. 유두의 함몰여부
3. 유두의 분비물 여부
4. 유두가 هل거나 습진같은 증상이 있는가?
5. 피부의 부종 및 함몰여부

▲제 2단계(누워서 觸診): 두가지 방법이 있다.
· 첫째 방법: 유방을 임의로 4등분하여 각 부위를 촉진하며 이때 손이 유방피부에서 잘 미끄러지게 하기 위하여 화장분을 사용하면 편리하다.

누워서 검사할 때는 어깨 밑에 베개나 타월을 집어 넣어 유방이 흉벽위에서 균형을 이루도록 한다.
유방내측의 검사시는 검사측의 팔을 머리위로 올리고 외측의 검사시에는 팔을 내리는 것이 멍어리를 잘 만질수 있는 방법이다.

· 두번째 방법: 유방의 바깥쪽에서부터 유두를 향하여 원을 그리며 종양의 유무를 확인한다. 이때 처음에는 가벼운 힘으로 두번째는 조금 센 힘으로 반복하여 검사한다.

▲제 3단계(샤워나 목욕시의 觸診)
- 유방의 촉진시 유의하여 보아야 할 소견

1. 유방내 멍어리의 균기(경도)
2. 돌같이 단단한 경우...유암
3. 비교적 단단하지만 고무공같은 탄력이 느껴질때...섬유선종
4. 말랑말랑한 고무 젓꼭지 같을때...섬유 낭종성 질환

2. 멍어리의 경계
: 유암의 경우는 멍어리와 주위 유방조직과의 경계가 불분명하여 어디까지가 멍어리인지 대개 확실치 않다.
3. 한쪽 유방에만 있는가, 양측성인가?
: 일반적으로 양측성인 경우는 양성일 때가 많다.
4. 하나인가, 다발성인가?
: 대부분의 유암의 하나의 멍어리로 시작하는데 멍어리가 동시에 만져질 경우는 양성일 때가 많다.
5. 이동성인가, 고정되어 움직이지 않는가?
: 유암이 자라 유방조직 하부에 있는 대흉근막에 침습하면 근육과 유착되어 움직이지 않는 멍어리로 만져진다.
6. 통증 또는 압통의 유무
: 일반적으로 암의 경우는 통증을 동반하지 않는다.(유방의 촉진시는 가운데 세손가락 끝의 평평한 면을 사용하여 너무 센 힘을 가하지 않는 것이 좋다)
- ▲제 4단계(겨드랑이 임파절의 촉진)
- 유방주위 임파절의 분포도
: 유방의 임파액은 75%가 겨드랑이(액와부)로 유입되고 나머지 25%가 흉골내 임파절로 가는데 밖에서는 액와부와 상쇄골 임파절만이 촉진될 수 있기 때문에 이 부위의 촉진은 유암의 진행 판단에 매우 중요하다.

촬영술에 의해 발견되었다. 그러나 유방촬영술이나 의사의 진찰만에 의한 사망률의 감소는 40%이대 비해 두가지를 병행시는 60%의 감소를 보이므로 반드시 유방촬영술은 외과의의 진찰과 병행되어야 한다.

조기 유암 발견을 위한 유방촬영술의 적응증 및 촬영빈도는 다음과 같이 추천되고 있다.

증상의 유무에 관계없이 35세 이상의 여성에서는 차후 변화의 기준을 위한 유방촬영이 필요하며 40~49세에서는 1~2년마다, 50세 이후에는 매년 반복 촬영검사가 필요하다.

△유방에 멍어리가 만져지지만 진단이 불확실한 경우 △40세 이후의 여성으로 어머니나 자매 중 유암의 병력이 있을 때 △30대로서 한쪽의 유방암을 앓은 병력이 있을 때

기초검진법상 이상 소견의 분석 외과적사와 방사선과 의사 그리고 세보병리학자가 같이 모여서 분석하여야 하는데 방사선 촬영상 의심이 있는 부위는 확대하여 촬영하는 방법이 사용되고 여러 방향으로 촬영을 하여 다시 확인할 필요가 있으며 낭종과의 구별은 초음파 검사가 도움을 준다.

종류가 촉진될때는 세침천자 세포검사법으로 진단의 도움을 받을 수 있다.

세침천자에 의한 진단의 정확도는 세보병리학자에 따라 차이가 있으나 60~90%로 높다.

근래는 항체를 이용한 면역조직화학적 검사로 진단하기도 한다.

생검
촉진되는 뚜렷한 유방종괴의 경우 세침천자 세포검사법으로 양성 및 악성의 정보를 얻은 후

자가검진 등으로 조기발견을 높여야

유방내 종양, 유두 분비물등 증상보여

부터 집단검진 방법을 시작하여 유방암에 대한 사망률을 24~30% 감소시키는 결과를 보았으며 이웃 일본에서도 집중적인 위암 집단검진과 함께 여성에서 자궁암과 유방암을 초음파기를 사용한 유방촬영방법으로 대량 검진이 벌써부터 실시되고 있다.

우리나라의 경우는 아직 악성 종양에 대한 집단 검진제도가 도입되어 활발하게 전국적으로 일정한 계획을 갖고 실시되지 못하고 있는 실정이며 각 병원에서 나름대로 각 장기에 생긴 암을 조기발견을 하려는 노력이 산발적으로 진행되고 있을 뿐이다.

유암의 임상증상

흔히 통증이 없는 종유 또는 멍어리로 나타나며 대개의 경우 환자 자신에 의해서 발견된다.

유암의 증상으로는 유방내 단단한 종양이외에도 피부나 유두의 함몰, 출혈성 유두 분비물, 피부 부비후나 궤양 또는 위치의 변화에 따른 좌우 유방의 대칭적 소실등을 들 수 있으며 겨드랑이에서 조그마한 혹이 만져질때도 있다.

그러나 유방에서 혹 또는 멍어리가 만져진다고 하여 반드시 암은 아니며 약 80%의 경우에는 양성이다.
자가 검진방법 (4단계)

· 두번째 방법: 유방의 바깥쪽에서부터 유두를 향하여 원을 그리며 종양의 유무를 확인한다. 이때 처음에는 가벼운 힘으로 두번째는 조금 센 힘으로 반복하여 검사한다.

▲제 3단계(샤워나 목욕시의 觸診)
- 유방의 촉진시 유의하여 보아야 할 소견

1. 유방내 멍어리의 균기(경도)
2. 돌같이 단단한 경우...유암
3. 비교적 단단하지만 고무공같은 탄력이 느껴질때...섬유선종
4. 말랑말랑한 고무 젓꼭지 같을때...섬유 낭종성 질환

- 겨드랑이 임파절은 유암이 가장 빈번히 전이되는 부위므로 양측 겨드랑이의 임파절이 커져 있는지를 세밀히 촉진한다. 이때 검사측의 팔을 위 아래로 움직여 겨드랑이 깊숙한 곳의 촉지를 용이하게 하는 것이 좋다.

기초 검진법
증상이 없는 조기유방암의 발견에 유방 X-선 촬영술은 필수적이며, 특히 기술적인 발전으로 적은 방사선 조사로 보다 정확한 정보를 얻게 되었다.

미국의 10년간 280,000명의 여성을 대상으로 한 BCDDP에 의한 보고에 따르면 X-선 검진에 의해서 유방암중 90% 이상이 유방

양성이면서 크기가 작은 경우는 국소 마취하에서 생검 및 외과적 절제술이 필요하다.

촉진되지 않은 유방조영술상 비정상적인 병변은 갈고리세침으로 국소화하여 전신마취하에서 병변을 제거한 후 절제된 유방 조직을 다시 X-선 촬영으로 확인한 후 조직검사한다.

이상과 같이 환자 스스로의 정기적인 자가 진단 실시와 집단 검진을 통하여 발생빈도가 증가하고 있는 유방암의 조기 진단률을 높임으로써 궁극적으로는 유방암 환자의 생존률을 증가시키리라 기대하며 범국가적으로 위암과 같이 특히 여성에서는 자궁암과 함께 유암의 집단 검진 제도의 시행이 꼭 필요하리라 믿는다.

- 식이조절, 체질개선의 필수건강 보조식품 -

건강사회를 추구하는 기업 '동해다시마'

다시마 효소精

다시마 효소精 은 다시마 특유의 영양소가 결집된 특수부분만을 엄선, 채취 효소화하여 정제로 제조하였습니다. 특히 다시마 효소精은 현대인에게 가장 결핍되기 쉬운 45여종의 미네랄과 특수성분인 알긴산 섬유질 및 고알카리도를 모두 갖추고 있어 성인병 식이조절을 위한 필수 자연건강식품입니다.

(주) 동해다시마
서울·강남구 역삼동 628-7 (중원B/D2층)
자료청구처 및 상담실(02)558-2876~8

자료를 보내드립니다. 다시마 30조각 무료 우송해 드립니다.

건강보조식품 보사부허가 제3-14호