

## 질문과 답변 (계속)

### 대장암은 예방할 수 있나요?

대장암 예방을 위해 식단과 라이프 스타일을 개선하는 방법에 대해 주치의와 상의하고, 필요하다면 대장암 예방 진단 날짜를 잡으세요. 암으로 발전 가능한 폴립은 발전 이전에 제거하여 질병을 예방할 수 있습니다.

그 외 다른 예방책들은 다음과 같습니다:

- 암 관련 가족력에 대해 알아보기
- 식이 섬유를 많이 섭취하기
- 운동하기
- 자신의 몸 상태와 징후에 대해 잘 인식하기
- 주기적으로 대장암 진단 받기

### 그렇지만 저는 아무 증상이 없으니 진단을 받을 필요가 없어요.

대부분의 대장암 환자들은 암 판정 이전에 아무런 증상이 없었다고 말합니다. 50세 이상이거나 암 관련 가족력이 있다면 증상이 나타나기까지 기다리지 마십시오. 비외과적인 방법으로 가정에서 저렴하게 할 수 있는 진단법도 있습니다.

현재 전국적으로 10명의 환자 중 6명이 암 말기 판정을 받습니다. 이는 대개 환자들이 사전 진단을 미루어 왔기 때문입니다.

대장암은 남녀가 똑같이 영향을 받습니다.



GET YOUR  
REAR  
IN GEAR

Get Your Rear in Gear 이벤트는 Colon Cancer Coalition. 의 대표적인 모금 이벤트입니다. 50개에 달하는 도시에서 매년 시행되고 있으며, 모금된 금액은 지역 사회의 교육, 진단, 그리고 프로그램의 지원을 위해 사용되고 있습니다.

귀하의 지역에서 시행되는 이벤트를 찾아보시려면

[coloncancercoalition.org/events](http://coloncancercoalition.org/events). 를 방문하십시오.

대장암에 관해 더 많은 정보와 교육자료를 원하시면 다음 웹사이트를 방문하십시오.:

[coloncancercoalition.org](http://coloncancercoalition.org)

다음 SNS에서 좋아요, 공유하기, 팔로우를 클릭해주시면 대장암 홍보에 많은 도움이 됩니다.



## 대장암: 질병 정보 & 증상

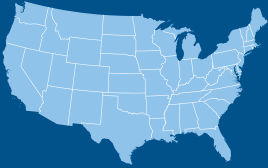


COLON CANCER  
COALITION  
[coloncancercoalition.org](http://coloncancercoalition.org)

COLON CANCER  
COALITION  
[coloncancercoalition.org](http://coloncancercoalition.org)

# 대장암이란?

대장암은 가장 흔하게 볼 수 있는 암 종류중 하나입니다. 대장암으로 진단을 받은 사람들 뿐만 아니라 대장암을 예방하려는 사람들에게도 이 질병에 대한 올바른 이해가 매우 중요합니다.



미국 내에서 암으로 인한 사망 중 두번째로 높은 암 종류입니다.

대부분의 대장암 사례는 50 대 이상의 성인에게서 나타나지만, 점차 젊은 성인에게도 증가적으로 발병하는 추세이며, 이전보다 더욱 진전된 단계에서 발견되는 경우가 많습니다.

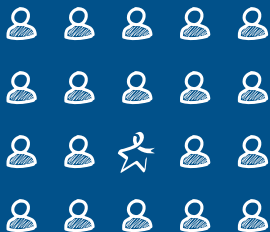
## 대장암 vs. 직장암

대장암은 대장 또는 큰 창자에서 시작합니다. 대장은 우리가 섭취하는 음식으로부터 액체와 영양분을 제거하고, 그 찌꺼기를 직장으로 내보내 우리 몸으로부터 배설할 수 있도록 합니다.

직장암은 대장에서 발견된 암을 말하기도 하지만 변이 항문으로부터 배설되는 소화기의 마지막 부분인 직장까지도 포함합니다.

우리에게 있어 대장암이나 직장암은 같은 질병이라 해도 무방하다고 할 수 있습니다.

20명의 미국인 중 1명은 직장암 판정을 받을 것입니다.



# 질문과 답변

## 대장암은 어떻게 발병이 되나요?

대부분의 경우에는 양성 폴립이나 대장 라이닝의 성장으로부터 시작이 됩니다. 폴립은 주로 아무 증상도 없이 시간이 지나며 차차 암으로 발전이 됩니다. 폴립을 발견하는 가장 좋은 방법은 결장경 검사법입니다. 결장경 검사 중 의사가 폴립을 발견하면 바로 제거하여 연구실로 보내 검사를 합니다.

일부 유전적인 환경에서는 폴립 없이도 암이 진행되는 경우가 있습니다. 가족들의 건강 상태와 암 가족력에 대해 잘 알아보시기 바랍니다.

진단 경험이 없는 50세 이상의 미국인 10명 중 7명은 보험이 있는 것으로 나타났습니다.

## 어떤 사람들이 대장암에 걸리나요?

대장암은 남녀노소 및 전 국가가 똑같이 영향을 받지만, 이 병에 대한 위험요소는 다음과 같습니다.

- 나이: 나이가 들수록 폴립의 위험이 증가 (특히 50세 이후)
- 폴립이나 대장암과 관련된 가족력
- 비만
- 흡연
- 고지방 식단
- 음주

현재 10명중 1명의 환자가 진단 추천 연령인 50세 이전에 대장암 판명을 받습니다.

## 언제 진단을 시작해야 하나요?

대장암과 관련된 가족력이 없고 특별한 위험 요소가 없는 분이라면 50세에 진단을 시작해야 합니다. 폴립이나 대장암과 관련해 가족력이 있는 분은 가족이 대장암 판정을 받았거나 폴립을 발견한 나이보다 10년 전에 진단을 시작해야 합니다.

미국 흑인, 북미 원주민, 그리고 기타 인종 집단은 더 높은 위험률을 가질 수도 있기 때문에 5년에서 10년 전에 대장암 진단을 시작해야 합니다.

각 환자마다 처한 상황이 다릅니다. 귀하의 건강 기록에 대해서 의사와 상담하고 대장암 진단을 언제 시작하면 좋을지 결정하십시오.

10명의 환자 중 9명은 대장암이 초기에 (국부적으로) 발견될 시 5년 이상을 살 수 있습니다. 하지만 말기에 발견될 시에는 10명중 오직 1명만이 5년 기한에 도달할 수 있습니다.

## 증상은 어떻게습니까?

많은 흔한 소화 불량과 비슷한 증상을 보이며, 증상이 있다고 항상 심각한 상황에 처한 것은 아닙니다. 장기간 불편하거나, 계속해서 발생하는 증상이 있거나 여러가지 증상이 한 번에 일어난다면 의사를 방문해 검사를 받아보아야 합니다.

- 설사가 3일 이상 지속되거나 2주 이상 지속되는 변비 등 배변 습관의 변화
- 변의 색깔이나 모양의 변화
- 항문 출혈
- 혈변이나 배변 후 변기에서 피를 보게 되는 경우
- 위장 불편감이나 위경련 (위장 불편감이 지속되거나 계속해서 변의가 느껴질 때)
- 이유없는 피곤감, 무기력감 또는 체중 감량