



# 대장암 검진



대장암 (bowel cancer 또는 colorectal cancer라고도 함)은 퀸즐랜드 남성과 여성에게서 가장 흔하게 진단되는 암 중 하나입니다.

남성의 약 5%, 여성의 약 3%가 75세 이전에 대장암에 걸립니다. 대장암은 50세 이상에서 더 흔하지만, 모든 연령대에서 발생할 수 있습니다. 대장암이란 대장 (결장 또는 직장)의 한 부분에 발생하는 암을 말합니다. 결장직장암(Colorectal cancer)이라고도 합니다. 시작 위치에 따라, 결장암이라고도 합니다.

## 원인 및 위험 요인

대장암의 정확한 원인은 알려져 있지 않습니다. 그러나 연구에 따르면 특정 위험 요인을 가진 사람은 대장암에 걸릴 가능성이 더 높다고 합니다. 고위험군에 속하는 경우, 의료 전문가 또는 일반의와 여러 방안들을 논의하세요.

### 위험 요인

- **50세 이상** - 대장 암에 걸리는 대부분의 사람들은 50세 이상이며, 나이가 들수록 위험이 증가합니다
- **용종** - 이전에 장에 용종이 있었던 병력
- **장 질환** - 크론병이나 궤양성 대장염과 같은 염증성 장 질환을 앓고 있는 사람은 위험이 크게 증가합니다
- **생활 습관 요인** - 과체중, 붉은 육류 또는 살라미나 햄과 같은 가공육이 많은 식단, 음주 및 흡연
- **가족력이 높은 경우** - 소수의 대장암은 유전적인 요인에 의해 발생합니다. 가까운 가족 (부모나 형제자매 등) 중 한 명 이상이 대장암에 걸린 적이 있다면, 위험도가 높아질 수 있습니다
- **다른 질병의 병력** - 이전에 대장암, 난소암 또는 자궁내막(자궁) 암 진단을 받은 적이 있으면, 대장암 발병 위험이 높아질 수 있습니다
- **희귀 유전 질환** - 소수의 대장암은 유전적 유전자 (가족성 선종성 용종증(FAP) 및 린치 증후군)와 관련이 있습니다. 이러한 결합 유전자는 소수의 대장암 (약 5~6%)을 유발합니다
- **인슐린 수치 증가** 또는 제2형 당뇨병.

## 조기 발견 및 증상

대장암은 초기에는 증상이 없을 수 있습니다. 조기 진단 가능성을 높이려면 선별 검사가 중요합니다. 그러나 많은 대장암 환자가 증상을 경험합니다.

### 여기에는 다음이 포함될 수 있습니다.

- 대변(똥) 또는 화장지에 피가 묻어 있음
- 설사, 변비 또는 배변량이 작아지거나 배변 횟수가 잦아지는 등 배변 습관의 변화
- 배변의 모양이나 농도의 변화 (예: 변이 가늘어지거나 변에 점액이 섞여 있음)
- 배변 시 복부(위)의 충만감 또는 팽만감 또는 종종 배변 중 느끼는 직장의 이상한 감각
- 장이 완전히 비워지지 않은 느낌
- 원인을 알 수 없는 체중 감소
- 쇠약 또는 피로
- 직장 또는 항문 통증
- 직장이나 항문에 덩어리가 만져지는 경우
- 복부의 통증 혹은 팽창
- 피로와 쇠약감을 유발할 수 있는 적혈구 수의 감소 (빈혈)
- 드물게, 장이 막히는 경우.

장 기능에 변화를 일으킬 수 있는 요인은 여러 가지가 있으며 이것이 대장암을 의미하지는 않습니다. 그러나 출혈은 정상이 아니므로, 의사의 진찰을 받아야 합니다.



## 대장암 검진

### 분변 잠혈 검사(FOBT) 키트

퀵랜드 암 협회는 50세 이상의 모든 사람이 2년마다 분변 잠혈 검사(FOBT)를 통해 대장암 검진을 받을 것을 권장합니다. FOBT는 대장암의 조기 징후를 발견하는 가장 효과적인 인구 선별 검사 도구입니다.

분변 잠혈 검사는 배변에 숨겨진 혈액을 검출하는 데 사용됩니다. 국가 대장암 검진 프로그램(NBCSP)은 해당 자격을 갖춘 사람들에게 빠르고 쉬운 대장암 검진 키트를 우편으로 발송합니다. 키트에는 FOBT 선별 키트가 포함되어 있습니다. 검사는 집에서 할 수 있습니다.

50세에서 74세 사이의 모든 해당 호주인 (증상 없음)은 2년마다 대장암 검진을 받도록 권장됩니다. 국가 대장암 검진 프로그램(NBCSP)은 조기 발견을 통해 대장암으로 인한 사망을 줄이는 것을 목표로 합니다.

국가 검진 프로그램에 해당하지 않는 경우에도, 검사를 받을 수 있습니다. 일반의(GP)에게 연락하여 검사 옵션에 대해 논의하세요. 담당 GP는 분변 잠혈 검사(FOBT)를 요청할 수 있으며, 이는 메디케어 혜택을 받을 수 있습니다. 대부분의 병리학 검사에서는 이 검사를 일괄 청구합니다.

### 키트 구입을 위한 다른 옵션:

- 일부 약국에는 처방전 없이 구입할 수 있는 FOBT 키트가 있습니다
- 일부 병리 서비스 또는 의료 기관에서는 키트 구매를 위한 온라인 옵션을 제공합니다.

키트를 구입하기 전에 FOBT 키트 사용에 대해 의사와 상담하세요.

## 대장암 위험 줄이기

다음과 같은 몇 가지 사항은 대장암 발병 위험을 감소시킵니다.

- 신체 활동하기
- 건강한 체중 유지
- 살라미나 햄과 같은 가공육 섭취 줄이기
- 붉은 육류 섭취 줄이기
- 술 적게 마시기
- 금연
- 통곡물, 식이섬유 및 유제품 섭취.

대장암 발병 위험을 낮추는 것으로 알려진 아스피린의 복용 여부에 대해 의사와 상담하세요.