

유방에 대한 인식

유방암은 유방관이나 소엽을 감싸고 있는 세포가 비정상적으로 성장하는 것을 말합니다. 이러한 비정상적인 세포는 성장하여 신체의 다른 부위로 퍼질 가능성이 있습니다.



증상 - 유방에 대해 인식하기

모든 연령대의 여성이 유방에 대해 잘 인식하고 있어야 합니다. 이는 유방의 일반적인 모양과 느낌에 익숙해져서 비정상적인 변화를 알아차릴 가능성이 높아진다는 것을 의미합니다.

유방은 지속적으로 변화합니다. 유방의 성장, 발달 및 변화의 주요 단계는 사춘기, 임신, 모유 수유 및 폐경기 중에 일어납니다. 나이가 들고 체중이 변하면 유방의 모양, 크기, 촉감에도 영향을 미칠 수 있습니다.

유방이 울퉁불퉁한 경우가 많으며, 이는 일부 여성에게 정상일 수 있습니다. 생리 직전에 유방이 더 부드럽고 울퉁불퉁하게 느껴질 수 있습니다.

젊은 여성의 유방은 지방 조직보다 선 조직이 더 많기 때문에 일반적으로 치밀하고 섬유질이 많습니다. 나이가 들어감에 따라, 유방은 선 조직이 줄어들고 지방이 증가하여 더 부드러워지고 덜 울퉁불퉁해집니다.

다음과 같은 비정상적인 변화가 발견되면 즉시 의사와 상담하십시오.

- 유방 또는 겨드랑이의 덩어리, 울퉁불퉁함 또는 두꺼워짐
- 주름이 잡히고, 움푹 파지거나 발진과 같은 유방 피부의 변화
- 지속적이거나 비정상적인 유방 통증
- 유두의 분비물, 유두 발진 또는 유두 모양 변화
- 유방의 모양 또는 크기의 변화
- 유방의 다른 부위와 다르게 느껴지는 부위.

건강 검진의 일환으로 의사에게 유방 검사를 요청할 수도 있습니다.

남성도 자신에게 어떤 것이 정상인지 잘 알고 있어야 합니다.

다음과 같은 비정상적인 변화가 있으면 의사와 상담하십시오.

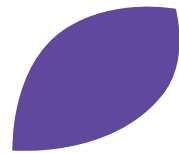
- 유두에 가까운 유방에 통증이 없는 덩어리가 만져지는 경우 (가장 흔한 증상)
- 유두 분비물
- 유두 또는 가슴의 모양이나 생김새의 변화
- 유방의 부종이나 움푹 파인 것과 같은 유방의 모양이나 생김새의 변화
- 겨드랑이 아래 림프절 (림프선)이 아프거나 부어 있는 경우.

유방암 검진

유방암 검진 (유방 촬영술 또는 유방 조영술)은 암이 너무 작아서 알아차리기 어렵거나 증상이 없을 때 초기 단계에서 암을 발견할 수 있습니다.

50~74세 여성에게는 2년마다 유방 촬영술 검진이 권장되지만, 40~49세 또는 75세 이상 여성은 의사와 상의하여 검진 권장 여부를 확인해야 합니다. 정기적인 유방 촬영술을 받으면 특히 50~69세 여성의 경우 조기 발견을 통해 말기 유방암 발병 위험을 줄일 수 있습니다. 검진을 시작하기에 가장 좋은 시기는 언제인지 의사와 상의하세요.

BreastScreen Australia는 40세 이상의 여성에게 무료로 제공되는 국가 유방 촬영술 검진 프로그램입니다. 해당 자격을 갖춘 여성은 전국에 있는 500개 검진소 중 한 곳에서 2년마다 검진을 받아야 합니다. 이 프로그램을 통한 유방 검진은 자신의 유방에 어떤 변화도 보거나 느낀 적이 없는 여성을 대상으로 합니다. 가까운 BreastScreen Australia 서비스를 예약하려면, 13 20 50으로 전화하십시오. 유방에 어떤 변화를 발견했다면, 의사와 상담해야 합니다. 자신에게 더 적합한 다른 검사가 있을 수 있습니다.



위험 요인

유방암의 원인은 아직까지 확실히 밝혀지지 않았습니다. 한 가지 원인만 있을 가능성은 거의 없으며 암의 성장을 촉발하는 몇 가지 요인이 함께 작용할 수 있습니다. 유방암 발병 가능성을 높일 수 있는 몇 가지 요인이 있긴 하지만, 모든 사람이 유방암에 걸릴 위험이 있습니다.

비흑색종 피부암을 제외하고, 유방암은 호주 여성에게 가장 흔하게 발생하는 암입니다. 모든 연령대에서 발생할 수 있지만, 40세 이상의 여성에게 더 흔합니다.

여성에게는 다음과 같은 여러 가지 위험 요인이 있습니다.

- 개인적 요인
 - > 고령; 유방 촬영술에서 보이는 치밀한 유방 조직
- 생활 습관 요인
 - > 과체중 또는 폐경 후 체중 증가, 매일 음주
 - > 신체 활동 부족
- 의학적 요인
 - > 에스트로겐과 프로게스테론이 모두 포함된 폐경 호르몬 요법(MHT) 사용
 - > 장기간 피임약 복용
 - > 임신 중 디에틸stil보스트랄(DES)을 복용하는 경우
 - > 호지킨 림프종으로 흉부에 방사선 치료를 받는 경우
 - > 비정형 유관 증식증(Atypical Ductal Hyperplasia, ADH) 또는 비정형성이 없는 증식성 유방 질환이 있는 경우
 - > 이전에 소엽상피내암(LCIS) 또는 관상피내암(DCIS) 진단을 받은 경우
- 생식 요인
 - > 12세 미만에 첫 생리 시작
 - > 첫 자녀 출산 시 연령이 30세를 넘은 경우
 - > 출산 경험이 없음
 - > 모유 수유 경험이 없음
 - > 55세 이후 폐경
- 가족력 요인
 - > 특히 젊은 나이에 진단된 경우, 같은 쪽의 1촌 친척 (예: 어머니, 자매)에서 유방암 및/또는 특정 유형의 난소암 가족력이 있는 경우.

드물기는 하지만, 남성도 유방암 진단을 받을 수 있습니다. 전체 유방암의 약 1%가 남성에게서 진단됩니다.

남성의 위험 요인은 다음과 같습니다.

- 개인적 요인
 - > 고령
- 의학적 요인
 - > 클라인펠터 증후군이라는 희귀 유전 증후군. 이 증후군을 가진 남성은 일반적인 성염색체 2개(XY)가 아닌 3개의 성염색체(XXY)를 가지고 있습니다
- 가족력 요인
 - > BRCA2 유방암을 앓은 1촌 친척 (남성 또는 여성)이 여러 명 있는 가족력
 - > 40세 미만 유방암 진단을 받은 친척이 있는 경우
 - > 난소암 또는 대장암을 앓은 친척이 여러 명 있는 경우
- BRCA1 또는 BRCA2 유전자의 돌연변이 유전을 물려받은 경우.

트랜스젠더 및 성별이 다양한 사람들도 유방암에 걸릴 수 있습니다. 여성 호르몬을 높이고 남성 호르몬을 낮추는 약을 복용하는 트랜스젠더 여성은 유방암 발병 위험이 높아질 수 있습니다. 유방 절제술을 받은 트랜스젠더 남성도 여전히 유방암에 걸릴 위험이 있습니다. 이는 수술 후 소량의 유방 조직이 남아있을 수 있기 때문인 것으로 추정됩니다.