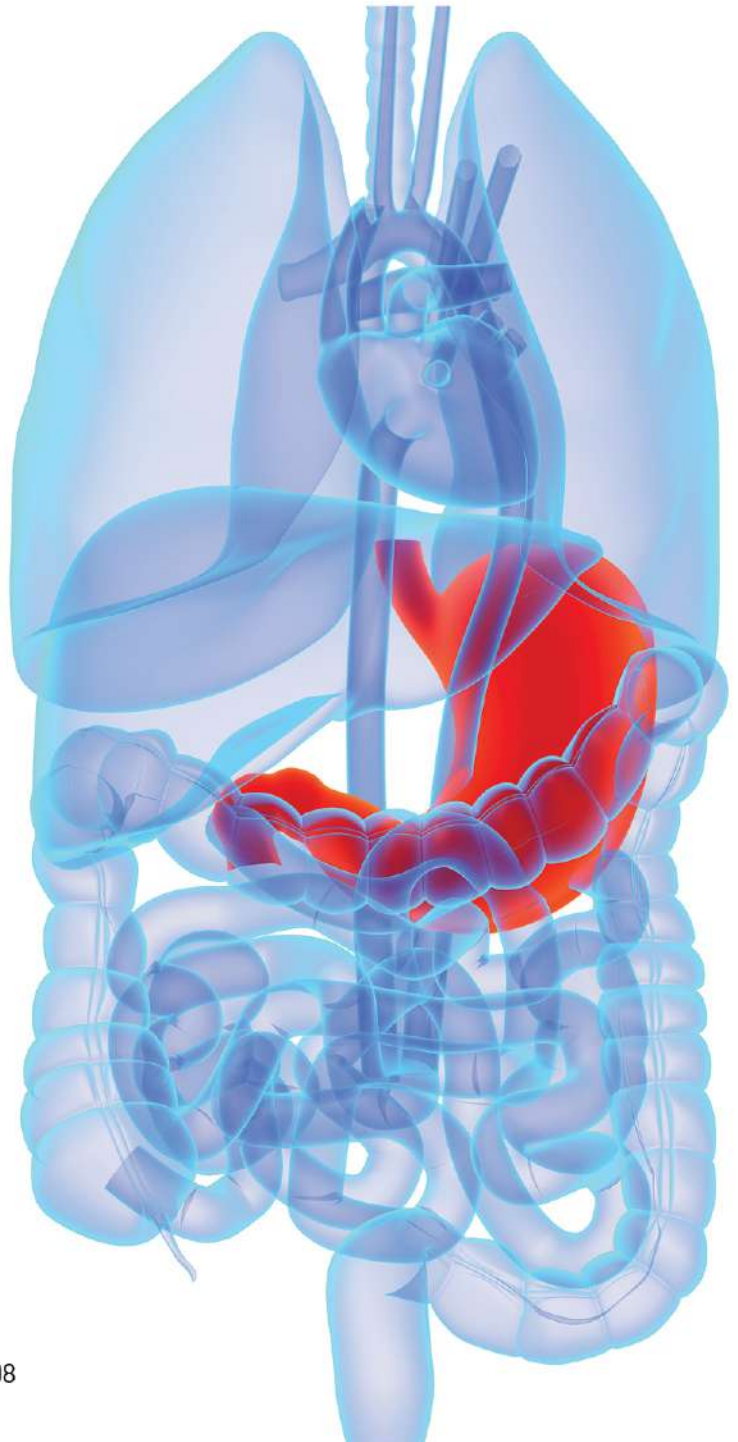
위암의 완전 정복

원광대병원 위장관외과

이정균 교수, 강동백 교수

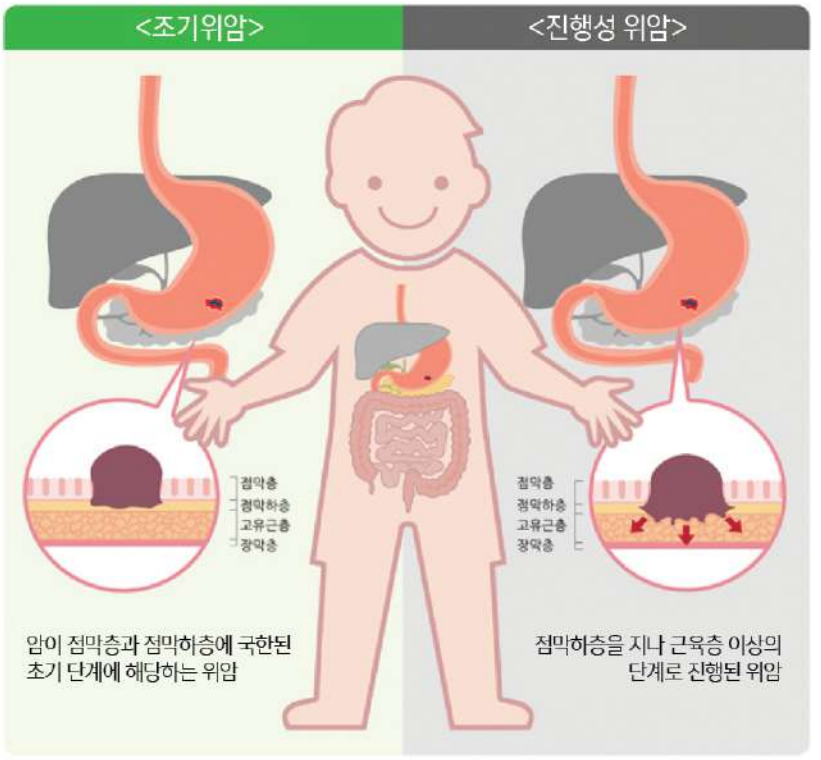
위장관외과는 우리나라 암 중 가장 많은 빈도를 차지하고 있는 위암을 비롯한 위, 소장 등에 발생하는 악성 종양과 여러 양성 질환을 다루고 있습니다. 많은 경험과 최신 의학 지식을 바탕으로 적극적인 치료에 임하고 있으며 복강경 및 로봇 수술을 시행하여 질병의 치료뿐만 아니라 환자들의 삶의 질 향상에 기여하고 있습니다. 특히 로봇 수술기는 호남권 최초로 도입하여 지역 의료의 발전을 선도하고 있습니다.
원광대병원 위장관 외과 이정균 교수, 강동백 교수는 유기적인 협동진료를 통해 위암의 정확한 진단과 최적의 치료를 목표로 전문적이고 체계적인 의료서비스를 제공합니다.
또한 원광대병원은 건강보험심사평가원에서 위절제술, 내시경절제술에 대한 위암 적정성 평가에서 1등급 병원에 선정돼 위암 치료에 있어서 우수한 평가를 받았습니다.
일반외과 전문의로 1986년 원광대에 부임한 이정균 교수는 일반외과 과장, 진료처장 등 병원 주요 보직을 역임했으며, 위암 및 대장암 수술의 국내 권위자로서 대한위암학회 이사, 한국정맥경장영양학회 이사 등 활발한 대외 학술활동도 하고 있습니다. 이어 강동백 교수는 2017년 대한위암학회 국제학술대회에서 최우수 연구상 수상, 세계 인명사전 '마르퀴즈 후즈후' 등재, 대한위암학회 홍보위원회 간사, 대한내시경복강경외과학회 기획위원, 대한위식도역류질환수술연구회 운영위원, 대한외과대사영양학회 섭외의원으로 활발한 활동을 하고 있습니다.

한국인이 잘 걸리는 암,
위암



예방부터 치료까지 A to Z

위암은 대장암과 함께 한국인에게 가장 발병률이 높은 암종으로 알려졌다. 세계암연구재단의 발표에 따르면 한국은 2012년 전 세계 위암 발병 통계에서 1위를 기록했다. 그 원인은 잘못된 식습관에서 찾을 수 있다. 이는 젓갈류나 김치, 찌개 등 소금이 많이 들어간 음식, 맵고 짠 자극적인 음식, 튀긴 음식, 불에 구워 먹는 요리를 즐기는 문화 때문인데 음식이 위암 발생에 모든 원인을 차지하는 것은 아니지만 이러한 식습관은 위암을 불러오기 쉽다. 갑상선 암 제외, 국내 암 발생률 1위, 암 사망자 수 3위를 기록하고 있는 위암은 발견 시기에 따라 예후가 크게 달라져 조기 발견이 무엇보다 중요하다.



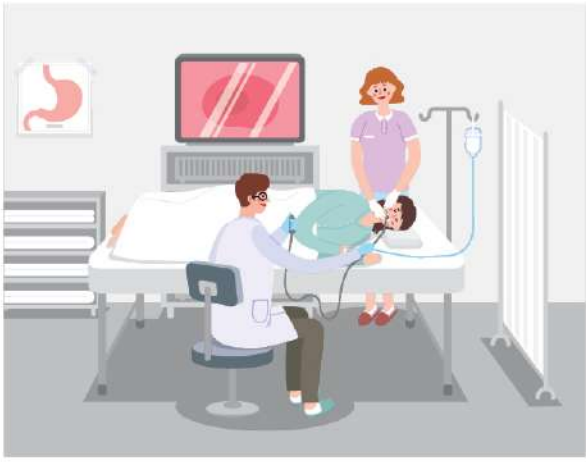
(출처:국가암정보센터)

위암의 증상

위암은 뚜렷한 증상 없이 찾아오는 암 질환으로 잘 알려져 있다. 현대인들은 바쁘다는 이유로 검진을 받는 것에 소홀해지기 십상인데, 검진을 소홀히 한 경우 위암 증상이 나타나 병원을 찾았을 땐 이미 암이 상당히 진행된 경우가 많다. 더구나 위암은 다른 장기로 전이가 잘 되기 때문에 늦게 발견할수록 생존율이 낮아지는 대표적인 암 중 하나이다.

위암은 증상이 없는 경우가 많은데, 소화가 되지 않거나 속이 쓰리고 더부룩한 느낌, 이유 없이 체중이 줄거나 쉽게 피곤하고 대변이 검게 나오는 등의 증상이 나타났다면 위암이 상당히 진행된 경우가 대부분이다. 뚜렷한 초기증상이 없는 환자들이 많고, 암 증상이 단순히 일반적으로 나타날 수 있는 증상을 보여 환자들이 쉽게 무시하고 지나치는 경우가 많다.

조기 발견, 조기 치료가 중요한 위암



대한소화기내시경학회 조사결과에 따르면 5명 중 1명은 내시경검사를 받아본 적이 없으며 특히 정기건강검진 필수 대상인 40~50대에서 8명 중 1명은 내시경 검사 경험이 없는 것으로 발표됐다. 암검진권고안에서는 40세 이상~74세 미만인 남녀는 2년 간격으로 위내시경검사를 하도록 권장하고 있다. 특히 만성 위축성 위염, 장상피화생 등의 병변이 있는 경우에는 위내시경검사를 주기적으로 받아야 한다. 또한 알 수 없는 소화불량이나 위장 출혈, 구토, 체중감소 등 이상증세가 나타나면 주기와 관계없이 위내시경 검사가 필요하다.

위내시경은 내시경을 식도로 삽입하여 위, 십이지장까지 관찰하는 검사로, 위암의 경우 조기 발견 시 80~90% 이상의 높은 생존율을 보인다. 주기적인 건강검진을 통해 조기에 발견하는 경우 수술을 하지 않고도 비교적 간단히 내시경 절제술로 치료할 수 있다.

또한 짠 음식, 부패한 음식, 질산염이 많이 포함된 음식, 불에 탄 음식은 어릴 때부터 삼가고, 신선한 채소와 과일을 포함한 균형 잡힌 식사를 하는 것이 좋다. 담배의 경우 위암 발생과 뚜렷한 인과관계가 있는 것으로 보고되었으며, 일반적으로 흡연자가 위암에 걸릴 확률은 비흡연자에 비해 3~4배나 된다고 알려졌으므로 반드시 금연을 해야 한다.

수술 정확도 높이고, 부작용 줄이는 로봇수술

위암이 진행된 경우나 내시경 절제술이 불가능한 경우 반드시 수술이 필요하다. 최근에는 수술 후 발생하는 합병증과 후유증을 최소화하고, 일상으로의 복귀를 앞당기기 위해 복강경, 로봇 수술 등 절개를 최소화하는 최소 침습 수술을 시행하고 있다. 복강경 수술은 복부에 0.5~1㎝의 작은 구멍을 1개 또는 3~4개 정도 뚫고 카메라와 수술기구 등을 넣어 의료진이 화면을 보면서 수술하는 방법이다. 로봇 수술은 복강경 수술과 비슷하게 진행되지만 로봇을 활용하여 더욱 정교한 수술이 가능하다는 장점이 있다. 로봇 팔에 장착된 다양한 수술 도구들은 사람의 손목과 같이 관절이 꺾일 수 있는 구조로 만들어져 다른 수술 방법으로는 접근하기 힘든 부위도 정상적인 조직을 보존하며 접근할 수 있다. 또 로봇 팔을 세밀하게 조정할 수 있어 정교한 수술도 가능하다.

항암화학요법 · 방사선 치료 등 환자 맞춤형 치료를 통해 재발률 낮춰

수술 후 재발률을 낮추기 위해 항암화합요법 및 방사선치료 등을 환자의 병기에 따라 시행한다.
항암 화학요법은 대부분 수술 후 보조적인 치료로 시행하여 생존율을 높이기 위해 시행된다. 환자에 암환자 개인별 특성을 고려하여 가장 적합한 치료 방법을 선택하는 맞춤형 치료를 시행하고 있다. 수술 후 재발 가능성이 높은 부위에 방사선치료를 시행해 환자의 생존율을 향상시킬 수 있다.

암을 치료하는 것도 매우 중요하지만, 암 치료에 도움이 되는 영양소가 골고루 들어간 항암 식단 또한 중요하다. 특히 위암은 음식과 많은 관련이 있는 암이기 때문에 체계적인 관리를 통한 사후관리가 필수적이다. 음식은 최대한 싱겁게 먹는 것이 좋으며, 가공식품이나 훈제 음식은 피하고, 매운 음식은 위에 많은 자극을 주기 때문에 많이 섭취하지 않는 것이 좋다. 또한, 신선한 채소와 과일을 먹는 것으로 식습관을 바꿔주는 것이 중요하다.

위암은 예방할 수 있나요?

위암은 예방 가능합니다. 건강한 식생활을 실천하고 금연, 정기적인 검진으로 위암을 예방할 수 있습니다.

1. 짠 음식 및 탄 음식을 먹지 않도록 합니다. 음식을 먹을 때 추가적으로 소금이나 간장을 사용하지 않고, 가공식품 구입 시 가공식품 내 영양표시를 보고 나트륨 함량이 낮은 식품을 선택합니다. 육가공품은 되도록 적게 섭취하며, 육류 섭취 시 구이 보다는 삶거나 끓여서 먹도록 하고, 채소와 과일을 충분히 섭취하도록 합니다. 건강한 식습관과 적당한 운동으로 자신의 체격에 맞는 건강 체중을 유지합니다.

2. 술은 한두잔의 소량음주도 피하는 것이 좋습니다. 하루에 45g이상(약 소주 반병)의 알코올을 마시는 경우, 위암 발생 위험을 증가시키는 것으로 보고되어 있으므로, 소량의 음주를 피하는 것으로 위암을 예방할 수 있습니다.

3. 현재까지 알려진, 실천 가능한 위암 예방법 중 가장 효과적인 방법은 금연입니다. 담배를 피우지 말고, 남이 피우는 담배 연기도 피하도록 합니다.

4. 정기적으로 검진을 받도록 합니다. 국가암검진사업에 의하여 40세 이상이면 누구나 2년마다 한 번씩 무료로 위암 검진을 받으실 수 있습니다. 위암 가족력이 있는 경우는 의사와 상의하여 결정하시기 바랍니다.

(출처:국가암정보센터)

건강한 내 몸을 지키자!

암 예방과 검진

암 검진, 언제 받는 것이 좋을까?

암 종류에 따라 다르지만 상당수 암들이 초기에는 자각증상이 거의 없다. 자각증상을 느껴 병원에 왔을 때는 이미 병이 상당히 진행된 경우가 많아 치료 과정이 어렵거나 치료할 수 없을 정도로 심각한 상황에 이른 후이기도 하다. 따라서 암 검진은 자각증상을 느끼기 전 주기적인 검진을 통해 암을 미리 발견해서 치료하는 것이 가장 좋다.

우리나라의 암 발생 현주소

보건복지부와 중앙암등록본부의 '2015년 암발생률, 암생존율 및 암유병률 현황'에 따르면 우리나라 국민이 평균 기대수명인 82세까지 생존할 경우 암에 걸릴 확률은 35.3%로 3명중 1명은 암에 걸리는 것으로 나타났다. 좀 더 구체적으로는 남자는 5명 가운데 2명, 여자는 3명 가운데 1명에서 암이 발병하는 것으로 추정되었다.

성별 주요 암 발생 현황

2014년 중앙암등록본부의 주요 암종 발생률 통계에 따르면 남녀 성별에 따라 발병하는 암의 비율이 다르다. 남성의 경우 위, 대장, 폐, 간, 전립선 순이며 여성은 갑상선, 유방, 대장, 위, 폐 순으로 암이 발병한다.

설마 내가 암이겠어?

대부분의 사람들은 자신이 암에 걸릴 것이라고는 생각하지 않는다. 그렇다 보면 검진도 소홀히 하게 되고, 건강을 위한 생활습관 실천을 하지 못하게 된다. 그러나 현재 암을 앓고 있는 환자 수는 약 80만명이며, 새로 암을 진단받는 사람의 수치도 매년 지속적으로 증가하고 있는 상황이다. 세계보건기구에서는 암 발생의 3분의 1은 예방이 가능하고, 3분의 1은 조기진단 및 조기치료로 완치가 가능하며, 나머지 3분의 1의 암 환자도 적절한 치료를 하면 완화가 가능하다고 했다. 이 때문에 자신과 가족의 행복을 위해 국가 암 검진은 선택의 여지가 없이 필수적이라 할 수 있다. 규칙적인 건강검진을 통한 질환의 조기 진단, 조기 치료의 중요성은 개인, 사회, 국가적으로도 매우 중요하다. 암은 발견하는 것보다 예방하는 것이 중요하므로 국가에서 제시하는 7대 암 검진 권고안을 주의깊게 확인하고 검진을 실천해보도록 하자.

암을 예방하는 가장 기본적인 방법

국민 10명 중 3명은 국가에서 시행하는 검진이나 개인 암 검진을 받지 않는 것으로 통계됐다. 국립암센터가 발표한 암 검진 수검행태 조사 결과에서 암 검진 수검률이 67.3%로 조사되었는데, 다시 말하면 우리나라 국민 33%는 암 검진을 제대로 하고 있지 않다는 사실이기도 하다. 평균 기대 수명이 계속해서 늘어나고 있는 현대사회에서 암 발생 요인 중 스트레스와 생활습관, 식이습관이 차지하는 비율이 크기 때문에 현대인의 암 발생률은 더욱 증가할 것으로 보인다. 따라서 암을 예방하고 건강한 자신의 몸을 지키기 위해서는 주기적인 암 검진이 꼭 필요하다.

7대암 검진 권고안

암종	검진대상과 연령	검진주기	일차적으로 권고하는 검진방법	선택적으로 고려할 수 있는 검진방법
위암	40-74세	2년	위내시경	위장조영촬영
간암	40세 이상 B형, C형 간염 바이러스 보유자 연령과 상관없이 간경화증으로 진단받은 자	6개월	간 초음파 + 혈청 알파태아단백검사	
대장암	45-80세	1~2년	분변잠혈검사	대장내시경
유방암	40-69세 여성	2년	유방촬영술	유방초음파검사
자궁경부암	만 20세 이상의 여성*	3년	자궁경부세포검사 (자궁경부세포도말검사 또는 액상세포도말검사)	자궁경부세포검사 + 인유두종바이러스 검사
폐암	30갑년 이상의 흡연력이 있는 (금연 후 15년이 경과한 과거 흡연자는 제외) 55-74세 고위험군	1년	저선량 흉부 CT	
갑상선암	초음파를 이용한 갑상선암 검진은 근거가 불충분하여 일상적인 선별검사로는 권고하지 않음			

* 최근 10년 이내에 자궁경부암 검진에서 연속 3년 이상 음성으로 확인된 경우 75세 이상에서 자궁경부암 선별검사를 권고하지 않음

(출처:국가암정보센터)

국가에서 권고하는 국민 암 예방 수칙 10가지

담배를 피우지 말고, 남이 피우는 담배 연기도 피해야 합니다.
채소와 과일을 충분하게 먹고, 다채로운 식단으로 균형 잡힌 식사를 해야 합니다.
음식을 짜게 먹지 않고, 탄 음식도 먹지 않아야 합니다.
술은 하루 두 잔 이내로만 마셔야 합니다.
자신의 몸에 맞는 건강체중을 유지해야 합니다.
주 5회 이상, 하루 30분 이상, 땀이 날 정도로 걷거나 운동을 해야 합니다.
예방접종지침에 따라 B형 간염 예방접종을 받아야 합니다.
안전한 성생활을 해야 합니다.
발암성 물질에 노출되지 않도록 작업장에서 안전 보건 수칙을 반드시 지켜야 합니다.
암 조기 검진 지침에 따라 검진을 빠짐없이 받아야 합니다.

(출처:보건복지부, 국립암센터)

암 환자를 위해 머리를 맞댄 의료진

환자중심 "다학제 통합 암진료"

암 경험자 백만 명 시대

통계청은 기대 수명인 81세까지 생존 시 암발생 확률을 36.6%로 추정하고 있다.
이렇듯 현대인의 암은 흔한 질병 중 하나가 된 암은 특정 진료과에서만 진료할 수 없으며 여러 진료과의 전문가들이 토의·협력하여 가장 효율적인 치료계획을 세우고 접근해야 치료 효과를 극대화시킬 수 있다. 원광대병원에서는 다학제 통합 진료 뿐만 아니라 암환자의 진료, 검사, 수술(로봇수술), 항암치료, 방사선치료 등의 모든 영역에서 암 관련 인프라를 구축하여 환자에게 최적의 치료를 제공하고 있다.

동선까지 배려하다
암 진료 관련 모든 인프라 구축

내원 당일 초진부터 진단, 치료, 재활까지 암 전문의의 꼼꼼한 손길

병원에 분산되어 있는 진료과를 암센터 내의 한 장소로 통합하여 환자가 병원 돌아다녀야 하는 불편을 최소화했다. 더불어 정확한 진단과 치료 결정을 위해 내원 당일 초진부터 진단, 치료, 재활까지 암 전문의가 직접 진료하는 원스톱 진료체계를 구축했다.

또한 환자의 진료 편의성을 위해 유방암, 갑상선암, 간담도암, 췌장암 등의 진단과 조직검사에 필수적인 최신 초음파기기를 암센터 내에 설치하였고, 주사실을 암센터 바로 옆으로 확장 이전해 간단한 항암치료는 입원하지 않고 외래에서 치료 후 당일 귀가할 수 있도록 하여 환자의 최소한의 동선을 배려했다.

환자 상태에 따라 검사, 수술, 항암치료를 위해 입원이 필요한 경우에는 암센터 내 종양전문 코디네이터 간호사가 우선적으로 당일 입원할 수 있도록 도와주는 등 환자와 가족의 입장에서 생각하는 진료를 위해 노력하고 있다.

최적의 치료 계획을 위한 시작
정확한 암 진단 서비스

부작용 최소화, 정확한 진단을 위한 의료장비, 유전자 검사까지

최적의 치료 계획을 위해서는 첫 번째 정확한 암 진단이 중요하다. 원광대병원 암센터는 암 진단을 위한 PET-CT, 초고속 256채널 CT, MRI, SPECT, 최신 방사선 치료기인 IMRT, 디지털유방촬영기, 내시경시술, 다빈치 로봇 수술기, 고주파 열치료기, 꿈의 암 치료기로 불리는 바이탈 빔 등 최첨단 장비를 구비하고 있을 뿐만 아니라 클린 암 수술실 및 조혈모세포이식병실, 방사성요오드치료병실을 갖추어 암 환자 중심의 쾌적하고 편리한 양질의 암 진단 서비스를 받을 수 있게 했다. 또한 암 예방을 위해 각종 암에 대한 유전자 검사를 도입, 타고난 질병 발생 위험도를 개인 유전체 분석 서비스를 통해 예측함으로써 맞춤형 건강관리를 설계하며 조기진단을 위하여 각종시술과 영상의학검사, 병리검사, 진단검사의학검사, 핵의학검사 등을 활용하고 있다.

환자 중심 치료를 지향하다
차별화 된 특수병실

조혈모세포이식 병실, 방사성요오드 치료병실

백혈병, 골수형성이상증후군, 재생불량성빈혈, 다발성골수종, 악성림프종 환자 등의 치료를 위해 고용량 항암치료 및 조혈모세포이식술을 시행할 때 일시적인 면역저하로 인한 감염증이 발생할 수 있다. 조혈모세포이식병실(무균실)은 이때 공기로부터의 감염을 예방하기 위해 일반 외부 공기의 유입을 차단하고 미세먼지까지 제거된 무균 청정 공기만을 병실에 지속적으로 순환되게 하는 특수 병실로 원광대병원에 갖추어져 있으며, 조혈모세포이식 전문간호사 및 전문의가 가족과 같은 마음으로 진료를 제공하고 있다. 한편 방사성요오드치료병실에서는 수술 후 완전히 제거되지 않은 잔여 갑상선조직과 현미경적 전이암세포를 섭취된 방사성요오드의 방사선으로 사멸시켜 재발의 위험을 줄여 환자의 생존율을 개선시키기 위한 최선의 진료를 제공하고 있다.

환자를 위한 세심한 배려
실질적 도움이 되는 교육 서비스

암 환자를 위한 다양한 프로그램 활성화

원광대병원 암센터에서는 암 환우 및 보호자를 위한 건강강좌, 영양교육, 재활프로그램, 웃음치료, 노래자랑, 메이크업 강좌, 암환자 스트레스 관리 등 환자들과 함께하는 다양한 프로그램이 개설되어 있다. 주기적으로 환자를 위한 건강강좌를 개설하여 환자에게 유익한 정보제공 뿐 아니라 다양한 궁금증을 듣고 해결해 주는 시간을 갖고 있으며, 매주 영양교육과 재활교육을 제공한다. 또한 환자의 건강한 정신이 건강한 신체를 유지하는 활력 에너지가 되어 힐링 치료의 극대화를 이끌어 내고자 웃음치료교실을 매주 열어 좋은 호응을 얻고 있다. 단순히 질병의 치료를 넘어서 마음의 치유까지 앞장서는 원광대병원 암센터이다. 질병의 치료, 환자의 생존을 넘어 암 발병 이전의 건강한 상태로 회복할 수 있도록 하는 것이 암센터 모든 의료진의 바람이다.

양·한방 통합진료 프로토콜, 교육프로그램 환자를 위한 다양한 프로그램 개발 노력

부작용 최소화
정확한 진단을 위한 의료장비, 유전자 검사까지

'암센터에서의 통합, 융합진료', '대장암 항암치료에서 발생되는 부작용에 대한 양·한방 협진치료' 등 양·한방 협진 관계 발전을 위한 세미나 개최 뿐만 아니라 한방무료상담, 암 환자의 심신안정을 위한 명상·요가 교실, 정신상담진료 등 다양한 프로그램 개발을 위해 노력을 아끼지 않고 있다.
진단과 치료는 물론 더 나아가 재활 및 사후관리 등 암 환자를 위한 다양한 활동이 전개되고 있다. 암 환자를 위한 다양한 프로그램을 개발하여 진행함으로써 암 환자의 면역증진, 잔존암의 치료, 재발방지, 항암치료 등으로 인한 휴우증 개선에 크게 도움이 될 것이다.

최첨단 방사선 암 치료기 '바이탈 빔' 가동

개인별 맞춤형 치료
4차원적 환자 위치 조절 시스템
방사선 치료의 부작용 최소화
통합 안전관리 시스템

원광대병원에서 가동 중인 바이탈 빔은 높은 정밀성과 강력한 방사선 출력으로 종양 부위만 정확하고 빠르게 치료하는 첨단 암 치료 장비이다. 장기의 움직임을 실시간 추적, 방사선 조사 오차 범위를 1mm 이내로 줄여서 주위 정상 세포에 대한 영향을 최소화하고 깊이와 위치의 제약 없이 효율적인 방사선 치료를 가능하게 하며 치료 효과를 높일 수 있다. 최고의 방사선 치료 효과를 위해 치료 중에 실시간으로 치료 효과와 치료 과정을 직접 확인할 수 있는 '영상유도시스템'과 환자 안전관리를 위한 '통합안전관리시스템'을 갖췄다. 또한 '치료 중 종양 위치 추적 시스템' 및 '4차원적 환자 위치 조절 시스템'을 통해 폐, 간 등 치료 중 호흡 및 환자 움직임으로 인해 발생할 수 있는 치료 부작용 역시 최소화했으며 치료의 정확성도 더욱 높였다.