

건강체크

중년 남성의 적 전립선 암 정복

백세 시대를 바라보는 21세기 대한민국에서 '전립선'이라는 용어가 더 이상 생소하지만은 않다.

남성들에게만 있는 장기인 '전립선(prostate)'은 '앞'을 의미하는 'pro'와 '서다'는 의미의 'state'가 결합하여 이루어진 단어로, 그 뒤에 '샘'을 의미하는 'gland'가 붙어서 방광의 아래에 밀착된 부생식선을 일컫는다.

■ 전립선암, 남성 암 중 절대 비중

인간의 모든 정상 세포들은 각자의 수명을 다하면 사멸하지만, 일부 세포들은 죽지 않고 증식을 거듭하면서 종괴를 형성하기도 한다.

그중 세포 증식이 매우 빠르고 다른 장기로 퍼져 나가며 생명을 위협하는 종양을 악성 종양 혹은 암이라 고부른다.

전립선 역시 이러한 암 세포의 발생으로부터 자유로운 장기는 아니며, 전립선 조직에 생기는 암은 '전

립선암'이라고 한다.

남아프리카 공화국 최초의 흑인 대통령이자 세계 인권운동의 상징인 넬슨 만델라, 중국의 국가 주석 텉샤오핑, 프랑스의 전 대통령 미테랑, 일본의 천황 아키히토까지 수많은 각국의 유명인사들이 전립선암으로 투병했을 만큼, 전립선암은 남자라면 누구에게나 찾아올 수 있는 어두운 그림자라 할 수 있다.

우리나라 역시 예외가 아니어서 2019년 우리나라의 국가 암 통계에 따르면 전립선암은 전체 암 중 7번째로 많이 발생하고 있으며, 남성 암 중에서는 무려 4위를 차지할 만큼 절대적으로 많은 비중을 차지하고 있다.

■ 암세포를 완전히 제거할 수 있을까?

안타깝게도 초기의 전립선암은 별다른 증상이 없는 것으로 알려진다.

환자 대부분이 중년 남성에게서

흔히 나타나는 다양한 배뇨 증상, 예를 들어 소변이 자주 마렵다든가 소변 줄기가 최근 가늘어진 것 같다든가 아니면 소변을 본 말미가 개운하지 않다는 등 전립선암과는 동떨어진 불편감을 호소하며 진료실 문을 두드린다.

전립선 증상이 확인되면 40세 이후의 남성들에게는 초기 스크리닝 검사로 전립선 특이 항원 검사, 직장수지 검사 및 전립선 초음파 검사를 시행하게 된다.

이러한 검사 소견을 종합하여 전립선암이 의심되는 경우에는 가는 침울을 이용하여 전립선내 여러 군데의 조직을 채취하고 이를 병리학적으로 분석하여 나쁜 암세포가 발견되는지 찾는다.

물론 아무 문제가 없으면 가장 좋겠지만 만일 조직검사에서 전립선암 세포가 확인된다면 어떻게 될까?

암세포가 몸 안에 있다고 해서 그것이 곧 내 수명시계의 끝을 의미하는 것은 결코 아니다. 암세포가 생명에

지장을 일으키는 장기로 퍼지지만 않았다면, 충분히 완전하게 제거할 수 있기 때문이다.

■ 기술의 발전이 이룩한 고도의 수술법

전립선암이 진단된 경우 그다음으로 해야 하는 과정은 암세포가 다른 장기로 퍼졌는지 여부를 파악하는 일이다.

전이가 확인되어 전이성 전립선암으로 진단된 경우라면 호르몬 치료 등 암물치료를 우선적으로 시행한다.

그러나 대개 암세포가 전립선 내에 국한된 국소성 전립선암으로, 과거에는 전립선의 위치가 우리 몸속 중 깊은 곳에 있고 출혈이 심하여 완전한 제거가 어려웠다.

또한 수술 이후 합병증인 발기부전이나 요실금 증상이 극심하여 90년대까지는 방사선 치료를 선호했다.

이후 90년대 중반부터 전립선 주

변의 신경다발을 보존하는 술식이 세계적으로 활발하게 보급되면서 개복으로 전립선을 균자적으로 제거하는 수술법이 표준치료법으로 각광 받기 시작했다.

첨단 과학기술의 발달과 의료 술기의 고도화에 힘입어 이제는 사람의 손보다 더 작고 정밀한 로봇을 이용하여 출혈을 최소화하면서 전립선 주변 신경다발의 손상을 최소화할 수 있는 로봇수술이 보편화되고 있다.

이직까지 로봇수술 도구가 우리가 SF 영화에서 보듯 로봇이 다 알아서 수술을 한다거나 자동차의 자율주행기능처럼 의사가 손놓고 편안하게 지켜보는 수준은 아니다.

그러나 로봇을 이용한 전립선 절제술의 발달로 기존 수술법에 비해 수술 중 출혈이 현저히 적고, 좁은 공간임에도 작은 기구들을 불편함 없이 조작할 수 있어 보다 안전한 수술이 가능하다.

또, 수술 이후 발기부전이나 요실

금 등과 관련된 신경다발을 최대한 보존할 수 있게 되었다.

■ 전립선암을 슬기롭게 예방하는 방법

다행히도 금연, 금주를 실천하고, 적절한 운동과 동물성 지방 섭취를 줄이고, 고섬유질 식이를 하면서 토마토나 카레 등을 즐겨 먹는다면 이러한 전립선암의 발생을 억제시킬 수 있다고 알려진다.

아울러 가족력이 있다면 40세 이후에 정기적인 비뇨의학과 검진을 통해 조기에 전립선암을 찾아낼 수 있고, 설명 느닷없이 암을 진단받더라도 100세 장수에는 전혀 문제가 없는 상태로 치료가 가능하니 전혀 불안해할 필요가 없을 것이다.

모든 암이 그렇듯 전립선암 역시 조기에만 발견된다면 두려울 것이 없기 때문이다.

/오진규 가천대학교길병원 비뇨의학과 교수(한국건강관리협회 건강소식 빌체)

■ 본란은 본지 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.

기고

민박시설 화재예방 첫 걸음 안전확인부터

해 알아볼 필요가 있다.

숙박업소는 '화재예방, 소방시설 설치·유지 및 안전관리에 관한 법률'에 따라 소화기와 화재감지기, 휴대용 비상조명등, 유도등, 원장기, 가스누설경보기 등을 반드시 설치해야 한다. 하지만 놓어둔 민박시설은 놓어둔 정비법에 따라 소화기와 화재감지기만의 의무 설치하면 되기 때문에 숙박시설에 비해 안전시설 등이 취약하다.

더 큰 문제는 이런 민박시설 등은 주변 경관이 좋은 곳만을 고려하여 위치하고 있어 때문에 소방관이 책임지는 한 사람으로서 자율안전 관리체계를 확립해 사고의 위험으로부터 차단시키는 노력이 필요하다.

아무리 좋은 화재예방책을 추진하고 각종 소방시설을 설치한다고 해도 개인의 화재안전의식이 없다면 이 모든 게 무용지물이다. 스스로가 화재에 대한 경각심을 높이고 화재안전수칙을 실천한다면 언제, 어디서든 안전사고 없는 행복한 삶이 될 것이다.

서와 민박 관계인의 소통방을 운영하여 민박 관계인의 대처능력을 향상시키는 등 화재안전 강화에 적극 노력하고 있다.

또 현장 지도를 통해 취약요인들을 사전에 차단하고, 관리인(시설 운영자)의 소방안전교육과 훈련을 실시해 화재예방 및 대응능력을 높이려 각종 시책도 추진 중이다.

하지만 이 중 무엇보다 가장 중요한 것은 민박 관계인이 화재발생 시 대처요령에 대한 기본적인 지식을 습득하고 이용객 안전을 책임지는 한 사람으로서 자율안전 관리체계를 확립해 사고의 위험으로부터 차단시키는 노력이 필요하다.

아무리 좋은 화재예방책을 추진하고 각종 소방시설을 설치한다고 해도 개인의 화재안전의식이 없다면 이 모든 게 무용지물이다. 스스로가 화재에 대한 경각심을 높이고 화재안전수칙을 실천한다면 언제, 어디서든 안전사고 없는 행복한 삶이 될 것이다.

독자투고

'우리 집 자킴이' 주택용 소방시설

우리가 실생활에서 화재의 위험에 노출될 가능성이 가장 큰 곳이 주택일 것이다.

주택은 음식을 조리하기 위해 화기를 사용하고 난방기를 사용하는 곳으로 화재 발생 위험이 늘 상존하는 곳이다.

그렇다면 주택화재에 대한 기초예방은 없을까?

가장 효과적인 방법은 주택용 소방시설을 설치하는 것이다.

주택에 설치하는 기초 소방시설은 소화기와 주택화재 경보기를 말하며, 설치 기준은 소화기는 세대별, 층별 1개 이상 비치하고 주택화재경보기는 침실, 거실, 주방 등 구획된 실마다 첨장에 설치하면 된다.

만약 심야시간에 주택에서 불이 나면 누가 나를 깨워줄까? 바로 주택화재경보기가 나를 깨워주는 역할을 한다. 주택화재경보기는 화재 발생 시 연기를 감지해 경보음을 울린다.

은 비용이 들지 않지만 효과는 대단히 크다.

주택화재경보기와 소화기는 인터넷이나 대형마트, 인근 소방기구 판매점에서 쉽게 구입할 수 있다. 가격은 1~2만원으로 저렴하다.

주택 거주자는 소방서에 별도 신고 없이 구매해 설치하면 된다.

코로나-19로 우리 모두가 힘든 시기를 겪고 있으며 집안에서 생활하는 시간이 많아졌다. 이 기회에 주택용 소방시설을 설치해 가정의 안전과 행복을 보장받길 바란다.

/이도원(해남소방서 예방안전과)

기사제보, 독자투고 흰영합니다

전화(062)363-8800 팩스(062)362-0078

2000년 11월 25일 창간(일간)

등록번호 광주 가-8(2000년 11월 10일)

호남매일

www.homae.co.kr

발행·편집인 고재방 주필 서길원 편집국장 최춘의

대표전화 (062)363-8800

광주광역시 북구 무등로 166(신안동 264-1번지)

사장실 (062) 363-0027

편집국장 (062) 363-8800

광고국 (062) 363-0005

정·경부 (062) 362-6116

편집국(FAX) (062) 362-0078

사회부 (062) 362-6226

서울취재본부 (02) 783-8117

문체부 (062) 362-6116

인쇄처남도프린트 (062) 943-0140

지역사회부 (062) 362-6226

구독료 연달 : 10,000원 / 1부 500원

본지는 신문윤리강령 및 그 실천요건을 준수한다

새희망 새언론 새천년



NEW AGE NEWSPAPER - THE HONAMMAEIL
호남매일

- 호남인과 함께하는 신문
- 정도를 걸어가는 신문
- 공익을 생각하는 신문

▶ 구독신청 및 배달사고 : (062)363-8800

▶ 주소 : 광주광역시 북구 무등로 166(신안 264-1)

▶ 기사제보 · 독자의견 • TEL : (062) 363-8800

• FAX : (062) 362-0078

▶ 광고문의 • TEL (062) 363-0005

▶ 서울지사(취재본부) : 010-8803-1472

▶ 인터넷 참여 : <http://www.homae.co.kr>

▶ E-mail : honamnews@hanmail.net

honammaeil@naver.com

지국안내

상무……381-5310
서부……651-0004
충장……223-4123
무등……224-4188
동부……234-4235
학동……225-0651
광천……374-2120
화정……374-3713
금호……376-7153
생촌……371-9584
송암……362-4102
농성……362-4102
진월……671-7276
봉선……675-5530
중앙……521-5640
중홍……433-1503
양산……574-3745
운암……521-4270

오치……261-9461
문홍……261-9462
일곡……573-3200
동운……525-8994
두암……266-1920
첨단……971-1920
신장……955-0451
월곡……941-9174
송정리……010-5524-3638

지사안내

목포……010-8718-1234
순천……010-9656-1383
광양……010-9656-1383
나주……010-3644-7272
담양……010-3602-3550
곡성……010-3647-6161
구례……010-8597-0053
화순……010-2430-5055
영광……010-9860-5489
완도……010-5066-4708
장흥……010-5665-8354
담양……010-4217-9480
고성……010-3775-2369
보성……010-3626-4776
여수……010-8587-2288
함평……010-4132-8080
영암……010-4604-3742
강진……010-3775-2369
고흥……010-7175-3500
장성……010-3610-7824
무안……010-9271-8517
여수……010-8525-4567
진도……010-3471-6542
해남……010-3471-6542
광산……010-7613-4320