

남자들이 가장 많이 걸리는
암은 전립선암, 폐암, 결장/
직장암, 피부암입니다.
이 암들을 예방하는 법과
조기에 발견하는 법을 잘
알아두면 당신의 생명을
건질 수 있습니다.

피부암

실상

피부암 발병이 해마다 1백만 건을 넘고 있지만
피부암은 대부분 쉽게 치료하여 완치됩니다.
피부암의 한 종류인 흑색종(melanoma)은
조기에 치료하지 않으면 목숨을 잃을 수 있으며,
발병 건수는 남녀 공히 급속도로 증가하고
있습니다.

피부암에 걸리기 쉬운 사람

얼굴빛이 희고 특히 머리칼이 붉은 사람들은
피부색이 짙은 사람들에 비해 피부암에 걸릴
위험이 높습니다. 그러나 햇볕에 노출돼 있는
시간이 많으면 누구나 피부암에 걸릴 수 있습니다.
가까운 가족들 중에 흑색종에 걸렸던 사람이
있으면 본인도 흑색종 피부암에 걸릴 위험이
높습니다. 18세 이전에 햇볕에 심하게 탔던
적이 있는 사람들도 마찬가지입니다. 아이들을
햇볕에 노출시키지 않는 것이 특히 중요합니다.

최선의 방책: 예방과 조기 발견

특히 한낮 시간에 피부를 장시간 햇볕에 노출시키지
않으면 대부분의 피부암을 예방할 수 있습니다.
챙이 달린 모자, 긴 팔 셔츠 등 햇볕을 가리는
복장을 착용하십시오. 피부가 노출된
부분에는 전부 햇볕에 타지 않는 로션을

바르십시오. 아이들이 있는 분들은 아이들이
햇볕에 노출되지 않게 하시고 특히 햇볕에
타지 않게 해주십시오. 자신의 피부를 늘
잘 살펴보시고 정기검진 때 피부 검사도
받으십시오.

암을 이기는 최선의 방책

조기 발견 즉 암이 퍼지기 전에 일찍 알아내면
치료 확률이 가장 높습니다. 해마다 암으로
목숨을 잃는 남자들이 너무 많습니다.
남자들이 많이 걸리는 암들을 알아두고
그 암들을 예방하는 법과 조기에 발견하는
법을 잘 알아두면 당신의 생명을 건질 수
있습니다. 암에 대해 더 자세히 알기 원하시면
저희 협회의 24시간 무료 전화로 전화해
주시거나 저희 웹사이트를 방문해 주시기
바랍니다.

남자들이 잘 걸리는 암

1-800-ACS-2345
www.cancer.org

희망.진보.해답.



전립선 암

실상

해마다 약 195,000명의 남자가 전립선 암 진단을 받고 그중 약 32,000명이 목숨을 잃습니다. 전립선 암은 조기에 발견하면 효과적 치료가 가능하지만 초기 전립선 암은 아무 증상이 없습니다.

전립선 암에 걸리기 쉬운 사람

전립선 암 사례의 대부분은 50세 이상의 남자에게 발생하며, 특히 65세 이상의 남자가 그중 70% 이상을 차지합니다. 이유는 아직 밝혀지지 않았지만 흑인이 백인보다 전립선 암에 걸릴 확률이 현저히 높으며, 사망률도 두 배가 넘습니다. 가까운 친척 중에 전립선 암에 걸린 사람(들)이 있는 경우 본인도 전립선 암에 걸릴 위험이 높아집니다.

최선의 방책: 조기 발견

전립선 암은 전립선 특수 항원(prostate-specific antigen, PSA) 혈액검사 및 디지털 직장 검사(DRE)를 통해 대개 조기에 발견될 수 있습니다. 미국 암 협회가 전립선 암의 조기 발견을 위해 권해드리는 지침은 다음과 같습니다.

당신의 의사는 당신에게 50세부터 시작해 해마다 전립선 특수 항원(PSA) 혈액검사와 디지털 직장 검사(DRE)를 실시해야 합니다. 의사는 검사의 유익과 한계에 대해 당신과 대화함으로 당신이 충분한 지식을 바탕으로 검사를 결정할 수 있게 해야 합니다. 당신이 전립선 암에 걸릴 위험이 높은 경우(흑인이거나 또는 아버지나 형제가 젊은 나이에 전립선 암에 걸린 경우)라면 45세부터 이 두 검사를 시작해야 합니다.

폐암

실상

다른 어떤 암보다 폐암으로 목숨을 잃는 사람이 가장 많습니다. 해마다 90,000명 이상의 남자가 폐암에 걸려 대략 90,000명이 목숨을 잃습니다. 폐암의 최대 비극은, 거의 완전히 예방이 가능함에도 불구하고 해마다 수많은 사람들이 폐암으로 생명을 잃고 있다는 사실입니다.

폐암에 걸리기 쉬운 사람

흡연자들은 폐암에 걸릴 위험이 가장 높습니다. 심장병, 뇌졸중, 폐기종 등 담배와 관련된 수많은 다른 질병에 걸릴 위험도 흡연자들이 가장 높습니다. 모든 폐암의 87%가 흡연이 원인입니다. 기타 위험 요인으로는 라돈과 석면에 노출하는 것 등이 있습니다. 특히 흡연자들이 그런 물질에 노출될 경우 위험이 더 큽니다.

최선의 방책: 예방

폐암은 예방이 가능한 몇 안 되는 암 중 하나입니다. 폐암의 거의 전부가 흡연이 원인이기 때문입니다. 당신이 흡연자라면 의사의 도움으로 담배를 끊으십시오. 당신이 담배를 피지 않는 사람이라면 앞으로도 시작하지 마십시오. 당신의 친구들이나 사랑하는 이들이 담배를 피운다면 금연하도록 도우십시오.

많고 섬유질이 적은 식생활도 결장/직장암의 위험을 높일 수 있습니다. 폴립 제거가 결장/직장암을 예방해주는 것으로 나타나고 있는 만큼 정기 검진을 통해 이 암의 위험을 낮출 수 있습니다.

최선의 방책: 예방과 조기 발견

대부분의 결장/직장암은 폴립으로 시작됩니다. 폴립이 후에 암으로 커집니다. 폴립을 조기 발견하면 암으로 커지기 전에 제거할 수 있습니다. 그런 의미에서 결장/직장암은 예방이 가능한 병입니다. 지방질을 낮추고 과일과 야채를 충분히 섭취하는 식생활도 결장/직장암의 위험을 낮춰줄 수 있습니다.

결장/직장암에 대해 당신의 의사와 대화하십시오. 조기 발견으로 생명을 구하실 수 있습니다.

결장/직장암

실상

결장/직장암은 소화관 아래쪽에 생기는 병입니다. 올해 약 67,000명의 남자가 결장/직장암 진단을 받고 그중 약 28,000명이 목숨을 잃을 것입니다. 이 암은 조기 발견되면 치료율이 높습니다.

결장/직장암에 걸리기 쉬운 사람

대부분의 결장/직장암과 폴립은 50세 이상의 사람들에게 발견됩니다. 본인이 결장/직장암, 결장이나 직장의 폴립, 장염 등의 병력이 있거나 또는 가족 중에 이런 병력이 있는 사람은 일반인들보다 결장/직장암에 걸릴 위험이 다소 높습니다. 흡연, 운동 부족, 비만, 지방질이