

다행히 결장 검사로 당신의 생명을 지키실 수 있습니다. 결장 검사는 한결 편해졌을 뿐 아니라 Medicare와 대다수 의료보험 혜택이 적용됩니다. 미국 암 협회의 결장/직장암 조기 발견 지침에 따르면 남녀 공히 50세부터 시작해 다음 5가지 조치 중 하나를 취해야 합니다.

- **해마다 fecal occult blood test (FOBT)를 받고 5년에 한번씩 flexible sigmoidoscopy를 받는 방법.**
- **5년에 한번씩 flexible sigmoidoscopy를 받는 방법.**
- **해마다 FOBT를 받는 방법**
- **10년에 한번씩 colonoscopy를 받는 방법**
- **5년에 한번씩 double-contrast barium enema를 하는 방법**

주의: FOBT 또는 flexible sigmoidoscopy 한 가지만 받는 것보다는 FOBT와 flexible sigmoidoscopy 를 함께 받는 것이 더 좋습니다. 어느 검사든 결과가 양성으로 나오면 이어 colonoscopy를 받아야 합니다. 증상이 심하거나 처음보다 심해진 사람들은 의사와 상의해 다른 검사 스케줄을 잡아야 합니다.

암을 예방하고 건강을 지키는 방법에 대해 더 자세히 알기 원하시면 미국 암 협회 해당 지역 사무실로 전화해 주시기 바랍니다.

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

희망.진보.해답.



**결장  
검사로  
당신의  
생명을  
지키십시오!**



## 결장암에 대해 알아야 할 것들

당신 몸 상태도 좋고 평소 건강 관리도 잘 하실 수 있습니다. 좋습니다! 그래도 결장암에 걸릴 위험은 여전히 남아있습니다. 당신이 50세가 넘었다면 정기적으로 검사를 받으셔야 합니다.

- 결장암은 미국에서 사망자 수가 두 번째로 많은 암입니다. 그러나 기쁜 소식이 있습니다. 결장 검사로 당신의 생명을 지키실 수 있고 결장암을 미연에 예방할 수도 있습니다.
- 검사를 통해 암이 아닌 결장 폴립이나 결장암을 조기에 찾아낼 수 있습니다. 이렇게 조기에 발견된 폴립이나 암은 쉽게 제거 또는 치료될 수 있습니다. 폴립이란 작은 종양인데, 제거하지 않으면 암이 될 수 있습니다.
- 결장암은 50세 이후의 남녀에게 가장 많이 발생합니다.
- 본인이 폴립, 결장/직장암, 장염의 병력이 있거나 또는 가족 중에 결장암이나 폴립의 병력이 있는 사람은 결장암에 걸릴 위험이 높습니다. 당신이 그 경우라면 50세 이전부터 검사를 시작할 뿐 아니라 검사 횟수도 더 늘려야 할 수 있습니다.
- 가족 중에 다른 암(유방암, 난소암, 자궁암)의 병력이 있는 사람도 결장암에 걸릴 위험이 높습니다.
- 흑인과 아시케나지(Ashkenazi) 유대인은 결장암 발병률이 더 높은 것으로 알려져 있습니다.

초기 결장암은 대개 증상이 없습니다. 그러나 시간이 지나면 결장암은 직장의 출혈, 급격한 복통, 체중 감소, 배변 습관의 변화, 그냥 피곤한 느낌 등의 증상을 보일 수 있습니다. 이런 증상이 하나라도 있다면 의사를 만나 결장암이 원인인지 확인하십시오.

결장암에 걸릴 위험을 낮추기 위해  
그밖에 당신이 하실 수 있는 일은  
다음과 같습니다.

- 친척들에게 당신 집안의 암 내력에 대해 물어보십시오.
- 거의 매일 최소한 30분씩 운동하십시오.
- 날마다 5서빙 이상의 야채와 과일을 드십시오.
- 흡연을 삼가고, 술을 마실 경우 양을 적당히 제한하십시오.
- 이상적 체중을 유지하십시오.

의사와 함께 당신에게 적합한 검사 방법을 결정할 때 다음 표를 참고하시기 바랍니다.

검사 방법	장점	단점/한계
<b>Fecal Occult Blood Test</b>  \$25	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 장(腸) 준비가 필요 없음</li> <li>• 샘플링이 집에서 가능함</li> <li>• 저렴한 검사 비용</li> <li>• 임상 실험으로 검증된 효과</li> <li>• 장이 찢기거나 감염될 위험이 없음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 많은 폴립과 일부 암을 놓칠 수 있음</li> <li>• 오류 양성반응 결과가 나올 수 있음</li> <li>• 검사 전 음식 제한이 필요함</li> <li>• 매년 실시해야 함</li> <li>• flexible sigmoidoscopy 를 5년 주기로 병행하면 더 효과가 좋음</li> <li>• 이상이 감지되면 추가 절차가 필요함</li> </ul>
<b>Flexible Sigmoidoscopy</b>  \$150	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 상당히 빠르고 안전함</li> <li>• 장 준비가 최소에 그침</li> <li>• 5년 주기로 실시됨</li> <li>• 별로 불편하지 않음</li> <li>• 전문의가 필요 없음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대개 결장의 1/3만 볼 수 있음</li> <li>• 폴립을 전부 제거할 수 없음</li> <li>• 장이 찢기거나 감염될 약간의 위험이 있음</li> <li>• FOBT를 매년 병행하면 더 효과가 좋음</li> <li>• 이상이 감지되면 추가 절차가 필요함</li> </ul>
<b>Barium Enema</b>  \$400	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대개 결장 전체를 볼 수 있음</li> <li>• 비교적 안전함</li> <li>• 5년 주기로 실시됨</li> <li>• 진정제가 필요 없음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 작은 폴립과 암을 놓칠 수 있음</li> <li>• 장 준비를 완전히 해야 함</li> <li>• 간혹 오류 양성반응 결과가 나올 수 있음</li> <li>• 이상이 감지되면 추가 절차가 필요함</li> </ul>
<b>Colonoscopy</b>  \$1400	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 대개 결장 전체를 볼 수 있음</li> <li>• 폴립을 조직 검사해 제거할 수 있음</li> <li>• 10년 주기로 실시됨</li> <li>• 다른 질병들까지 진단할 수 있음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 작은 폴립을 놓칠 수 있음</li> <li>• 장 준비를 완전히 해야 함</li> <li>• 비용이 많이 들 수 있음</li> <li>• 대개 진정제가 필요함</li> <li>• 하룻동안 일하지 못할 수 있음</li> <li>• 다른 검사 방법들에 비해 장이 찢기거나 감염될 위험이 높음</li> </ul>

주의: 검사 비용은 추정치입니다. 비용과 보험 커버 비율은 각 주와 보험회사마다 다를 수 있습니다.