



암이란 무엇인가? 환자와 가족을 위한 안내서

What is cancer? A guide for patients and families

암이란 무엇인가?

암은 몸 속 어디에서나 시작될 수 있습니다. 세포가 견잡을 수 없이 성장하여 정상 세포를 밀어낼 때 암이 시작됩니다. 이렇게 되면 몸이 제대로 기능하기가 힘들게 됩니다.

많은 사람들의 경우 암은 매우 잘 치료될 수 있습니다. 사실, 그 어느 때보다도 더 많은 사람들이 암 치료 후 충실한 삶을 영위합니다.

이제 우리는 암이 무엇인지 그리고 암을 어떻게 치료하는지를 설명할 것입니다.

암에 관한 용어 목록과 그 용어들의 뜻이 무엇인지는 이 자료의 말미에 있습니다.

암의 기본 사항

암은 단지 한 가지 질병이 아닙니다.

암에는 여러 가지 종류가 있습니다. 암은 단지 한 가지 질병이 아닙니다. 암은 폐, 유방, 결장, 또는 심지어는 혈액에서도 시작할 수 있습니다. 여러 가지 종류의 암은 어떤 점에서는 비슷하지만, 성장하고 퍼지는 방식에서는 다릅니다.

여러 가지 종류의 암은 어떻게 비슷합니까?

우리 몸에 있는 세포는 모두 해야 할 특정한 일이 있습니다. 정상 세포는 질서 정연한 방식으로 분열됩니다. 그 세포는 쇠약해지거나 손상될 때 사멸하고, 새로운 세포가 그 자리를 대체합니다. 세포가 걸잡을 수 없이 성장하기 시작할 때가 암입니다. 암 세포는 계속 성장하고 새로운 세포를 만듭니다. 그 세포는 정상 세포를 밀어냅니다. 이렇게 되면 암이 시작된 몸의 부위에 문제가 생깁니다.

암세포는 몸의 다른 부위로 퍼질 수도 있습니다. 예를 들어, 폐에 있는 암세포는 뼈로 이동하여 그곳에서 자랄 수 있습니다. 암세포가 퍼질 때, 그것을 전이라고 합니다. 폐암이 뼈로 퍼지면, 그것은 아직 폐암이라고 합니다. 의사에게, 뼈에 있는 암세포는 바로 폐에서 퍼진 세포처럼 보입니다. 뼈에서 시작한 암이 아닌 이상 골암이라고는 하지 않습니다.

여러 가지 종류의 암은 어떻게 다릅니까?

어떤 암은 빠르게 성장하고 빠르게 퍼집니다. 다른 암은 더 서서히 성장합니다. 여러 가지 종류의 암은 다른 방식으로 치료에 좋은 반응을 보입니다. 어떤 종류의 암은 수술로 가장 잘 치료되며, 다른 암은 화학요법이라고 하는 약제에 더 좋은 반응을 보입니다. 2가지 이상의 치료법을 사용하여 최상의 결과를 얻는 경우가 흔히 있습니다.

어떤 사람에게 암이 있을 때, 의사는 그 암이 어떤 종류의 암인지를 알아내고자 할 것입니다. 암이 있는 사람은 자신에게 있는 암의 종류에 효과가 있는 치료법이 필요합니다.

종양이란 무엇인가?

대다수 암들은 종양 또는 증식물이라고 하는 덩어리를 형성합니다. 그러나 모든 덩어리가 전부 암은 아닙니다. 의사는 덩어리의 한 조각을 떼어 내어 그것이 암인지를 알아내기 위해 그것을 살펴봅니다. 암이 아닌 덩어리는 양성이라고 합니다. 암인 덩어리는 악성이라고 합니다.

백혈병(혈액암)과 같이, 종양을 형성하지 않는 어떤 암도 있습니다. 그 암은 혈액 세포 또는 몸의 다른 세포에서 성장합니다.

“자신에게 암이 있다는 말을 들을 때 자신을 엄습하는 두려움이 있습니다. 암 진단을 받았다는 사실 말고 다른 것에 대하여 생각하는 것은 처음에는 매우 힘듭니다. 자신이 매일 아침 제일 먼저 생각하는 것이 암 진단을 받았다는 사실입니다. 저는 암이 있는 사람들이 암은 호전된다는 것을 알고 있기를 바랍니다. 자신의 암에 대해 얘기하는 것은 당신이 느끼고 있는 모든 새로운 감정들에 대처하는 데 도움이 됩니다. 기억하십시오, 화내는 것은 정상입니다.”

- Delores, 암 생존자

암이 몇 기인가?

의사는 암이 시작했던 곳에서 퍼졌는지 그리고 어디까지 퍼졌는지도 알아야 합니다. 이것은 암의 병기라고 합니다. 당신은 다른 사람들이 자신의 암이 “1기” 또는 “2기”라고 말하는 것을 들어본 적이 있을 수도 있습니다. 암의 병기를 아는 것은 의사가 어떤 유형의 치료가 가장 좋은지를 결정하는 데 도움이 됩니다.

각 종류의 암의 경우, 암의 병기를 알아내기 위해 실시할 수 있는 검사들이 있습니다. 일반적으로, 더 낮은 병기(예, 제1기 또는 2기)는 암이 매우 많이 퍼지지 않았다는 것을 의미합니다. 더 높은 병기(예, 제3기 또는 4기)는 암이 더 많이 퍼졌다는 것을 의미합니다. 제4기가 가장 높은 병기입니다.

의사에게 암의 병기를 설명해달라고 요청하고 그 병기가 당신에게 어떤 의미가 있는지를 물어보십시오.

암은 어떻게 치료합니까?

암에 대한 가장 흔한 치료법은 수술, 화학요법 및 방사선요법입니다.

수술은 암을 제거하기 위해 사용할 수 있습니다. 의사는 암 환부가 있는 몸 부위의 일부 또는 전부를 제거할 수도 있습니다. 유방암의 경우, 유방의 일부(또는 전부)를 제거할 수도 있습니다. 전립선암의 경우, 전립선을 제거할 수도 있습니다. 수술은 모든 종류의 암에 대해 사용하지는 않습니다. 예를 들면, 백혈병과 같은 혈액암은 약제로 가장 잘 치료됩니다.

화학요법은 암세포를 사멸시키기 위해 또는 암세포 성장을 늦추기 위해 약제를 사용하는 것입니다. 어떤 화학요법제는 정맥주사(IV)로 투여할 수 있으며, 다른 화학요법제는 삼켜서

복용하는 알약입니다. 화학요법 약제는 몸의 거의 모든 부위들로 이동하기 때문에, 퍼진 암에 유용합니다.

방사선요법도 암세포를 사멸시키거나 암세포의 성장을 늦추는 데 사용합니다.

방사선요법은 단독으로 또는 수술이나 화학요법과 함께 사용할 수 있습니다. 방사선 치료는 x선 검사를 받는 것과 비슷합니다. 때때로 방사선 치료는 방사선을 조사하기 위해 암 내부에 “선원”을 심음으로써 실시됩니다.

"나에게 도움이 되었던 것은 시간을 내어 한 걸음 물러나 생각하고 큰 그림을 보는 것이었습니다. 나의 질문에 대한 답을 얻는 것은 내가 좋은 결정을 내리는 데 도움이 되었습니다. 나는 내가 원하고 하여야 했던 것을 하였습니다. 나는 나를 편안하게 해주는 것을 하였으며, 편안하기 위해 내가 해야 한다고 다른 사람들이 생각하는 것은 하지 않았습니다."

- Kevin, 암 생존자

어떤 치료법이 내게 가장 좋습니까?

당신의 암 치료법은 당신에게 가장 좋은 것에 따라 결정될 것입니다. 어떤 암은 수술에 더 좋은 반응을 보이고, 다른 암은 화학요법이나 방사선요법에 더 좋은 반응을 보입니다. 당신에게 있는 암의 종류를 아는 것이 어느 치료법이 당신에게 가장 좋은 효과를 보일지 알기 위한 첫 번째 단계입니다.

당신에게 있는 암의 병기도 의사가 당신에게 가장 좋은 치료법에 대한 결정을 내리는 데 또한 도움이 될 것입니다. 제3기 또는 4기 암은 화학요법과 같이, 전신을 치료하는 치료법에 필시 더 좋은 반응을 보일 것입니다.

당신의 건강과 당신이 선호하는 치료법도 암 치료법에 대한 결정을 내리는 데 일조할 것입니다. 모든 유형의 치료법들이 전부 당신의 치료법에 효과를 보이지는 않을 것이므로, 어떤 옵션들이 당신에게 있는지 물어보십시오. 그리고 치료법은 부작용이 있으므로, 각각의 치료법에서 예상되는 부작용에 대해 물어보십시오.

질문하는 것을 두려워하지 마십시오. 어떤 치료법이 가장 필시 도움이 될 것인지 그리고 그 치료법의 부작용은 어떤 것이 있을 수 있는지를 아는 것은 당신의 권리입니다.

왜 내게 이런 일이 일어났습니까?

암이 있는 사람들은 흔히 이렇게 묻습니다. “내가 무엇을 잘못 했습니까?” 또는 “왜 내게?” 의사는 무엇이 암의 원인인지 확실히 모릅니다. 의사가 원인을 알려줄 수 없을 때, 사람들은 왜 그 암이 생겼는지에 대한 자신의 생각을 떠올릴 수 있습니다.

어떤 사람들은 자신이 과거에 하였거나 하지 않았던 어떤 것에 대해 벌을 받고 있는 것이라고 생각합니다. 대다수 사람들은 자신이 암을 일으키는 무엇을 하였던 것은 아닌지 생각합니다.

당신이 이러한 기분이 든다면, 당신은 혼자가 아닙니다. 이와 같은 생각과 믿음은 암이 있는 사람들에게 흔히 있습니다. 암은 당신의 과거 활동에 대한 벌이 아니라는 것을 알아야 합니다. 자책하지 않도록 하거나 당신이 암을 예방하였을 수도 있는 방법들을 찾는 데 주력하십시오. 암은 당신의 잘못이 아니며, 암의 원인이 무엇인지를 알아낼 수 있는 방법은 거의 없습니다. 그 대신에, 이제 당신 자신을 잘 돌보는 데 주력하십시오.

미국 암 학회는 당신에게 암과 암 치료법에 대하여 더 상세히 알려줄 수 있습니다. 주야를 불문하고, 언제든지 1-800-227-2345번으로 전화하여 문의하십시오.

암에 대하여 당신의 친지들에게 얘기하는 방법

당신의 친지들과도, 암에 대해 얘기하는 것은 힘들 수 있습니다. 당신에게 암이 있다는 것을 알게 되는 것은 슬픔, 분노 및 두려움과 같은 여러 감정을 불러일으킬 수 있습니다. 때때로 당신에게 어떤 감정이 드는지를 알기는 어려운데, 그 감정을 다른 사람에게 말하는 것은 더 말할 것도 없습니다.

당신의 친지도 암에 대해 얘기하는 것이 힘들 수 있습니다. 당신의 친지가 어떤 말을 해야 당신에게 도움이 되거나 당신의 기분을 좋게 만드는지를 아는 것은 쉬운 일이 아닙니다.

여기에 당신 및 당신의 친지가 암에 대처하는 데 도움이 되는 몇 가지 요령이 있습니다.

- 당신이 말할 기분이 드는 즉시 당신의 가족과 친구들에게 당신의 암에 대해 알려 주십시오. 조만간, 그들은 당신에게 암이 있다는 것을 모두 알게 될 것입니다. 그들이 그 사실에 대해 당신으로부터 듣지 않는다면, 그들은 마음에 상처를 입거나 소외감을 느낄 수도 있습니다.

- 그들에게 얘기할 때, 어떤 종류의 암이 있고 그 암을 어떻게 치료할 것인지를 설명해 주십시오. 그 암은 당신으로부터 누구에게도 전염될 수 없다는 것을 그들에게 알려 주십시오.
- 친구들과 가족이 당신을 돕게 해 주고, 당신에게 어떤 도움이 필요한지 그들에게 알려 주십시오. 의사의 진료실 또는 병원까지 당신을 태워주는 것이 필요하다면, 그들에게 알려 주십시오. 집 주변에서 도움이 필요하다면, 그것도 그들에게 알려 주십시오. 무엇이 필요한지 잘 모를 때도 있을 수 있습니다. 그래도 괜찮습니다. 그냥 잘 모른다고 그들에게 알려 주십시오. 하지만 도움이 필요할 경우에는 그들에게 알려 주십시오.
- 당신과 가장 가까운 사람들에게 당신의 기분이 어떠한지 말해 주십시오. 이것은 쉽지 않을 수 있습니다. 하지만 그것은 당신에게 지원이 가장 필요할 때 필요한 지원을 받을 수 있는 매우 중요한 방법일 수 있습니다. 당신의 감정에 대해 얘기하기가 힘든 경우에는, 당신에게 도움을 줄 수 있는 지원 그룹 또는 정신 건강 상담 전문가를 찾을 수도 있습니다.
- 기분이 좋지 않을 때 당신에게 “기운을 띄워 주는” 말을 해주는 친구나 가족이 있는 경우, 그들에게 그냥 들어만 주고, 당신에게 무엇을 해야 할지 말하지 말라고 부탁하는 것은 괜찮습니다. 때때로 당신은 조언을 되받는 일이 없이 진행 상태에 대해 얘기할 필요가 있습니다.
- 어떤 사람들이 당신의 감정에 대해 얘기하는 것을 듣지 않겠다고 하더라도, 속상해 하지 마십시오. 들어줄 수도 있는 다른 사람들에게 얘기하도록 하십시오.
- 당신은 암이 생기기 전에 당신이 하고 있었던 일들을 할 수 없을 수도 있습니다. 그게 사실이면, 당신의 가족과 친구들에게 알려 주십시오.
- 당신에게 암이 생기기 전에 당신의 가족과 친구들이 하였던 일들을 그들이 계속하는 것이 가장 좋습니다. 그들은 그렇게 하는 것에 대해 죄책감을 갖지 않아야 합니다.
- 당신이 슬프거나 우울한 기분이 들면, 담당 의사, 간호사 또는 종교 지도자에게 얘기하십시오. 미국 암 학회에 1-800-227-2345번으로 전화하실 수도 있습니다.

“제가 암에 걸렸습니다’라고 터놓고 처음 말하는 것이 가장 어렵습니다. 그 말을 더 많이 할 수록, 그 말을 하는 것이 더 쉬워집니다. 내가 나의 유방암에 대해 더 많이 얘기했을 수록, 나는 내가 겪고 있었던 일을 더 쉽게 받아들였습니다. 내가 내 암에

대해 얘기해 주고 있었던 사람들을 오히려 내가 기운을 띄웠어야 했던 경우도 때때로 있었던 것이 아이러니했습니다."

- Helen, 암 생존자

당신이 들을 수 있는 암 용어

담당 의료팀이 사용하는 것을 들을 수 있는 용어들이 있습니다.

양성: 암이 아닌 종양

생검: 암세포가 존재하는지를 확인하기 위해 조직의 조각을 떼어내는 것

암: 세포가 걸잡을 수 없이 성장하는 100가지 이상의 질병 또는 그 안에 암이 있는 종양을 설명하는 데 사용하는 용어

화학요법: 병을 치료하기 위해 약제를 사용하는 것 그 용어는 암을 치료하는 데 사용하는 약제를 나타내는 경우가 가장 흔합니다. 때때로 그것은 그냥 "chemo(화학요법)"이라고 합니다.

악성: 종양에 암이 있는 것

전이/전이된: 암세포가 림프계 또는 혈류를 통해 몸에서 먼 부위까지 퍼진 것

종양전문의: 암이 있는 사람들을 치료하는 의사

방사선요법: 암을 치료하는 데, x-선과 같은, 고에너지 광선을 사용하는 것

완화: 암의 징후 또는 증상이 전부 또는 일부 사라진 것

병기: 암이 퍼졌는지 그리고 퍼졌으며, 어디까지 퍼졌는지 나타내는 용어

나는 나의 암에 대해 어떻게 더 상세히 알아볼 수 있습니까?

암에 대한 질문이 있거나 관심 분야에 대한 자료를 찾는 데 도움이 필요하다면, 주야를 불문하고, 언제든지, 1-800-227-2345번으로 전화하여 미국 암 학회에 문의하십시오. 더 상세히 알아보려면, 당 학회의 웹사이트 www.cancer.org를 방문할 수도 있습니다.

Language: Korean

Last Medical Review: 12/8/2015

Last Revised: 12/8/2015

2015 Copyright American Cancer Society

For additional assistance please contact your American Cancer Society
1-800-227-2345 or www.cancer.org