American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

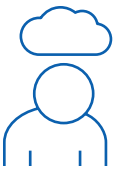
암 통증 에 대해 할 수 있는 일

통증은 몸에서 무언가 잘못되었다고 당신에게 알려 주는 방식입니다. 통증이 언제 있는지 그리고 통증이 어떤 느낌인지는 오직 당신만 압니다. 암이 있다고 해서 통증이 있다는 것을 항상 의미하지는 않습니다. 그리고 통증이 있더라도, 암이 아닌 요인들이 통증을 야기할 수 있습니다. 모든 통증은 치료할 수 있고 치료해야 합니다. 담당 암 진료팀에 겪고 있는 통증에 대해 즉시 알려 주십시오. 통증은 처음 시작될 때 치료하기에 더 쉽습니다.

암 환자에게 통증의 원인은 무엇입니까?

암과 관련된 통증의 가장 흔한 원인은 다음과 같습니다:

- 종양 (자라면서 정상적인 신체 부위를 누름)
- 척수 압박
- 골통
- 암 수술
- 환상통 (더 이상 통증이 없는 신체 부위에서 느끼는 통증)
- 화학요법 및 방사선 치료의 부작용
- 말초 신경병증
- 각종 시술 및 검사



암 통증은 어떤 느낌입니까?

통증은 시기에 따라 다르게 느껴질 수 있습니다. 통증은 몸의 한 부위에서 또는 여러 부위에서 느껴질 수 있습니다.

사람들은 통증을 다음과 같이 표현합니다:

- 찌르는 듯한 느낌
- 둔중한 느낌
- 화끈거리거나, 욱신거리거나, 저린 느낌
- 근육이 조이거나 뻣뻣한 느낌

암으로 인한 통증은 생활의 모든 부분에 영향을 미칠 수 있습니다.

- 해야 할 일들을 할 수 없게 될 수도 있습니다.
- 잠을 자기가 그리고 먹기가 힘들 수 있습니다.
- 대부분의 시간 동안 피곤하거나 “기분이 처지는” 느낌이 들 수 있습니다.
- 짜증을 내고, 좌절감이 들고, 슬프고, 화도 낼 수 있습니다.

암 통증은 어떻게 치료합니까?

통증을 완화하는 데 도움이 될 수 있는 약, 그 약을 복용하는 방법 및 약 없는 치료법이 많이 있습니다.

암 통증을 억제하는 가장 좋은 방법은 통증이 아예 시작되지 않게 하고 통증이 악화되지 않게 하는 것입니다. 당신에게 가장 잘 맞는 암 통증 치료법을 찾기 위해 담당 암 진료팀과 협력하십시오.

담당 암 진료팀이 처방한 대로 암 진통제를 복용하면 통증을 억제하는 데 도움이 될 수 있습니다. 다음은 진통제에 대해 담당 암 진료팀에게 문의하고 싶을 수 있는 몇 가지 질문들입니다.

- 약을 얼마나 많이 복용해야 합니까? 약을 얼마나 자주 복용할 수 있습니까?
- 약이 듣지 않는 경우, 더 복용할 수 있습니까? 그렇다면, 얼마나 많이 더 복용할 수 있습니까?
- 더 복용하기 전에 전화하여 문의해야 합니까?
- 복용하는 것을 잊었거나 너무 늦게 복용하면 어떻게 됩니까?
- 약을 음식과 함께 복용해야 합니까?
- 약이 효과를 내기 시작하는 데 시간이 얼마나 걸립니까?
- 진통제를 복용한 후에 운전을 하거나 기계를 조작하는 것은 안전합니까?
- 진통제와 함께 복용할 수 있는 다른 약은 무엇입니까?
- 진통제를 복용하는 동안에 복용을 중단해야 하는 약은 무엇입니까?
- 약으로 인한 어떤 부작용이 있을 수도 있습니까, 그 부작용을 어떻게 예방할 수 있습니까, 그리고 부작용이 있는 경우 어떻게 해야 합니까?

암 통증을 관리하는 데 도움을 주기 위해 그 밖에 무엇을 할 수 있습니까?

암 통증을 완화하는 데 도움을 주기 위해 진통제와 더불어 비약물적 방법도 시도해 볼 수 있습니다. 이러한 방법에는 다음과 같은 것들이 포함됩니다:

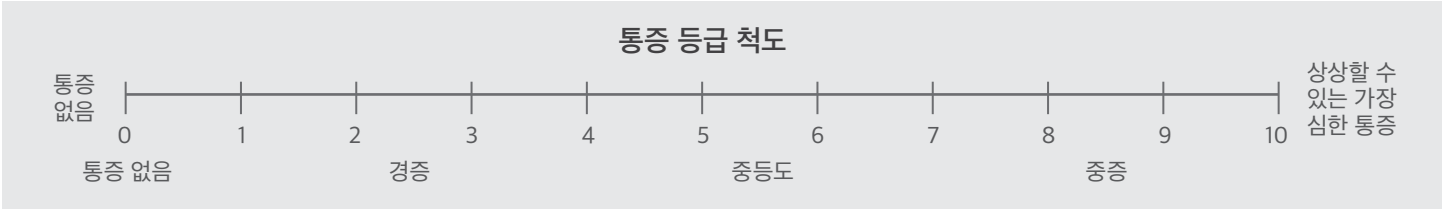
- 침 치료, 지압, 및 반사요법
- 냉찜질 또는 온찜질
- 주의 분산
- 정서적 지지 및 상담
- 최면
- 마사지
- 이완 기법
- 요가

담당 암 진료팀과 상담해야 하는 경우

통증이 호전되지 않거나, 더 심해지거나, 24~48시간 이상 침대 밖으로 나오지 못할 정도로 힘든 경우 담당 암 진료팀과 상담하십시오.

통증에 대해 알리는 방법

통증 척도를 사용하여 통증의 정도를 설명하십시오.



당신의 통증을 표현하십시오.

당신이 사용할 수도 있는 몇 가지 문구는 다음과 같습니다.

- 둔중한 느낌
- 찌르는 듯한 느낌
- 뜨끔뜨끔 아픈
- 욱신거리는
- 화끈거리는
- 쿡쿡 쑤시는
- 찌르는 듯한
- 저린

담당 암 진료팀에 알리십시오:

- 얼마나 오래 통증이 지속되는지
- 통증을 낫게 하거나 악화시키는 것이 무엇인지
- 통증으로 인해 하고 싶은 일을 하지 못하게 되는 경우
- 통증을 낫게 하기 위해 무엇을 해 보았는지 그리고 그것이 효과가 있었는지의 여부

더 많은 정보 및 지원에 대해 알아보려면, American Cancer Society의 웹사이트 (**cancer.org/korean**)를 방문하시거나 **1-800-227-2345**번으로 당 학회에 문의하십시오. 도움이 필요하실 때 저희가 함께하겠습니다.

American Cancer Society®

cancer.org | 1.800.227.2345

©2026, American Cancer Society, Inc.
No. KOR213307 Rev. 3/26

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity