



자세히 알기:
대장암 위험 줄이기





대장암 위험 줄이기

대장암이 무엇인가요?

대장(결장)암은 큰창자(대장) 및 직장에서 발생합니다. 정기적인 검사로 예방이



가능하며, 조기 발견 시 치료가 효과적입니다. 대장암 검사에는 여러 가지 방법이

있습니다. 대장내시경을 통해 의료 서비스 제공자가 대장이나 직장에서 용종(또는 종양)을 발견 및 제거하여 대장암을 예방할 수 있습니다. 다른 방법(예: 대변 검사)으로 양성 판정을 받은 경우, 후속 조치로 대장내시경이 필요합니다.

징후 및 증상

대장암 증상에는 지속적인 혈변이나 직장 내 혈흔, 체중 감소, 설사, 변비 등이 포함됩니다. 대장암 징후가 바로 나타나지 않는 환자도 종종 있기 때문에 건강하다고 느끼실 때 검사를 해야 합니다.



위험 요소

다음과 같은 경우 위험이 커질 수 있습니다:

- 대장암이나 전암성 용종 가족력
- 가족성 선종성 용종증(Familial Adenomatous Polyposis, FAP)또는 린치증후군이라고도 불리는 유전성 비용종성 대장직장암 (Hereditary Nonpolyposis Colorectal Cancer, HNPCC)
- 궤양성 대장염 또는 크론병

이상 위험 요소를 가지고 있는 경우, 의료 서비스 제공자와 상의하십시오. 더 일찍 검사를 해야 할 수도 있습니다.



보험 가입을 하지 않은 경우, 무료 또는 저비용 보험 가입 자격이 있을 수 있습니다.

311번으로 전화하거나 877877번에 "CoveredNYC"라고 문자를 보내면 대면 등록 지원을 무료로 받을 수 있습니다. 무료 또는 저비용 검사에 대한 자세한 정보는 nyc.gov/health를 방문하여 "**colon cancer**"(**대장암**)를 검색하십시오.



검사

육안 검사 및 대변 기반 검사 등 대장암 검사 방법은 다양합니다. 아래 나열된 검사 중 별표 (*)가 있는 것은 양성 판정을 받은 경우, **시의적절한 후속 조치**로 대장내시경이 필요하다는 의미입니다.



육안 검사는 대장 또는 직장에서 비정상적인 조직을 확인합니다:

- 대장내시경
- 신축성 S결장내시경*
- CT(컴퓨터단층촬영) 대장조영술*



대변 기반 검사는 대변으로 암 징후를 확인합니다:

- 분변화학면역검사(FIT)*
- 고민감도 구아이악 기반 대변 잠혈 검사(HSgFOBT)*
- 다중 표적 대변 DNA 검사(FIT-DNA)*

검사 옵션에 대한 자세한 정보는 nyc.gov/health를 방문하여 “**colon cancer screening**”(대장암 검사)을 검색하십시오.

자주 묻는 질문

대장암 검사는 언제 시작해야 하나요?

위험 여부에 관해서는 의료 서비스 제공자와 상의하십시오. 대부분의 사람들은 45세에 검사에 대해 문의해야 합니다. 위험도가 높은 사람은 더 일찍 시작해야 할 수도 있습니다.

저는 제가 건강하다고 느낍니다. 검사를 벌써 시작해야 하나요?

대장암은 바로 증상을 일으키지 않을 수도 있습니다. 건강하다고 느끼더라도 검사를 해야 합니다. 용종을 조기 발견 및 제거하는 것이 대장암 예방에 도움이 됩니다.

어떤 검사가 가장 좋은가요?

모든 검사는 이점과 위험이 다릅니다. 어떤 검사가 귀하의 요구에 잘 맞는지 알아보려면 의료 서비스 제공자와 상의하십시오.

검사 후에는 무엇을 하나요?

후속 조치를 잊지 마세요! 귀하의 의료 서비스 제공자에게 귀하의 다음 대장암 검사는 언제인지 문의하십시오.

제 보험으로 50세 이전 검사를 보장받을 수 있나요?

Medicaid와 Medicare를 포함한 대부분의 보험이 50세부터 대장암 검사를 보장합니다. 50세 이전 검사를 보장하는 보험은 다양하게 있습니다. 의료 서비스 제공자에게 대장암의 위험성을 문의하시고, 검사 전에 보험사에 보험 보장을 확인하여 예기치 못한 의료비를 피하십시오. 다양한 검사 옵션이 있으며, 일부는 가격이 저렴합니다.



위험을 줄이는 또 다른 방법:

- 건강한 체중을 유지하고 신체 활동을 활발하게 하십시오.
- 가공처리된 육류 섭취를 줄이십시오 (예: 베이컨, 핫도그, 런천미트 등).
- 흡연자라면, 금연 계획을 세우십시오. 금연 지원은 311번으로 전화하거나 nyc.gov/health를 방문하여 "NYC Quits"(NYC 금연)를 검색하십시오.
- 주류 섭취는 대장암 위험을 높일 수 있습니다. 자세한 정보는 nyc.gov/health를 방문하여 "alcohol and health"(술과 건강)를 검색하십시오.

자세한 정보

nyc.gov/health를 방문하여 "colon cancer"(대장암)를 검색하십시오.

미국암학회(American Cancer Society)
cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer

미국 질병통제예방센터
(Centers for Disease Control and Prevention)
cdc.gov/cancer/colorectal

미국 국립암연구소(National Cancer Institute)
cancer.gov/types/colorectal

뉴욕주 보건부
(New York State Department of Health)
health.ny.gov/diseases/cancer/colorectal