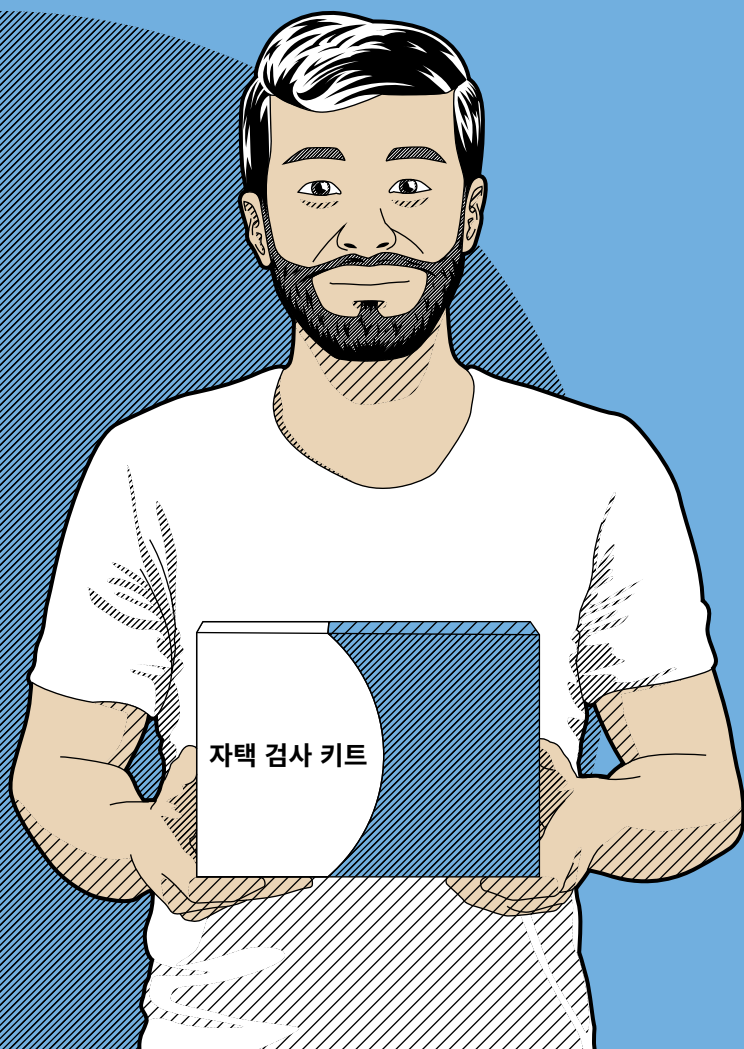


자택 대장암 검사 방법



소개

대장암이라고도 하는 결장직장암은 뉴욕시(NYC)에서 암으로 인한 사망의 주요 원인 중 하나입니다. 정기적인 심사는 이러한 종류의 암을 예방하거나 치료가 더 쉬운 조기 때 발견하는 데 도움이 될 수 있습니다.

50세 미만에게서 대장암 사례가 증가하고 있습니다. 위험 요인이 없는 이들은 45세부터 심사를 받아야 합니다. 대장암에 걸린 가족과 같이 위험 요인이 있는 경우 조기 심사를 시작하거나 더 자주 심사를 받아야 할 수 있습니다.

귀하의 개인 위험에 대해 담당 의료 서비스 제공자와 협의하여 얼마나 일찍 그리고 얼마나 자주 심사를 받아야 할지 판단하십시오. 귀하의 위험에 대해 나중 보다 빨리 아는 것이 좋습니다. 위험 요인이 있다고 해서 반드시 대장암이 발병하는 것은 아니며, 위험 요인이 없다고 해서 질병에 걸리지 않는 것 또한 아닙니다.

대장암 심사에는 대변 기반 검사와 대장 내시경 검사가 있습니다. 대변 기반 검사는 준비가 필요 없고 자택에서 할 수 있기 때문에 더 편리할 수 있습니다. 대변(변) 검체에서 대장암의 징후일 수 있는 혈액이나 DNA를 감지할 수 있습니다. 대변 기반 검사 선택지는 다음과 같습니다.


- 혈액을 감지하는 대변 면역화학 검사(fecal immunochemical test, FIT). FIT 검사는 매년 권장됩니다.
- 혈액을 감지하는 고민감성 구아이악 기반 분변 잠혈 검사(high-sensitivity guaiac-based fecal occult blood test, HSgFOBT). HSgFOBT는 매년 권장됩니다.
- 혈액과 암으로 인한 유전자 변화를 감지하는 다중 표적 대변 DNA 검사(FIT-DNA). FIT-DNA는 3년에 한 번 권장됩니다.

대장 내시경 검사는 의료 서비스 제공자의 사무실에서 수행되며 시술을 위해 준비하고 시간을 정하여야 합니다. 의료 서비스 제공자가 대장을 직접 관찰할 수 있는 특수 카메라를 사용한 육안 검사이며 도중에 발견하게 되는 용종을 제거할 수 있습니다. 대장 내시경 도중에 종양을 제거하기에 크기가 너무 큰 경우에는 조직을 떼어내 암인지 양성(암이 아님)인지 검사합니다. 용종 제거는 암 예방을 도울 수 있습니다. 대장 내시경 검사는 개인의 위험도와 검사 결과에 따라 10년에 한 번 또는 더 자주 실시하게 됩니다. 대변 검사에서 양성 나오면 대장 내시경 검사를 시행해야 합니다.


귀하의 의료 제공자와 얘기하여 어떤 검사를 해야 하는지 알아보십시오. 자택 변 기반 검사인 경우, 자세한 정보를 위해 이 이야기를 살펴보십시오.



주택 검사 키트



안녕, 마크.
갖고 있는
게 뭐야?



안녕, 샌드라.
대장암 검진을 위해
의료 제공자가 제안한
변 기반 검사야.

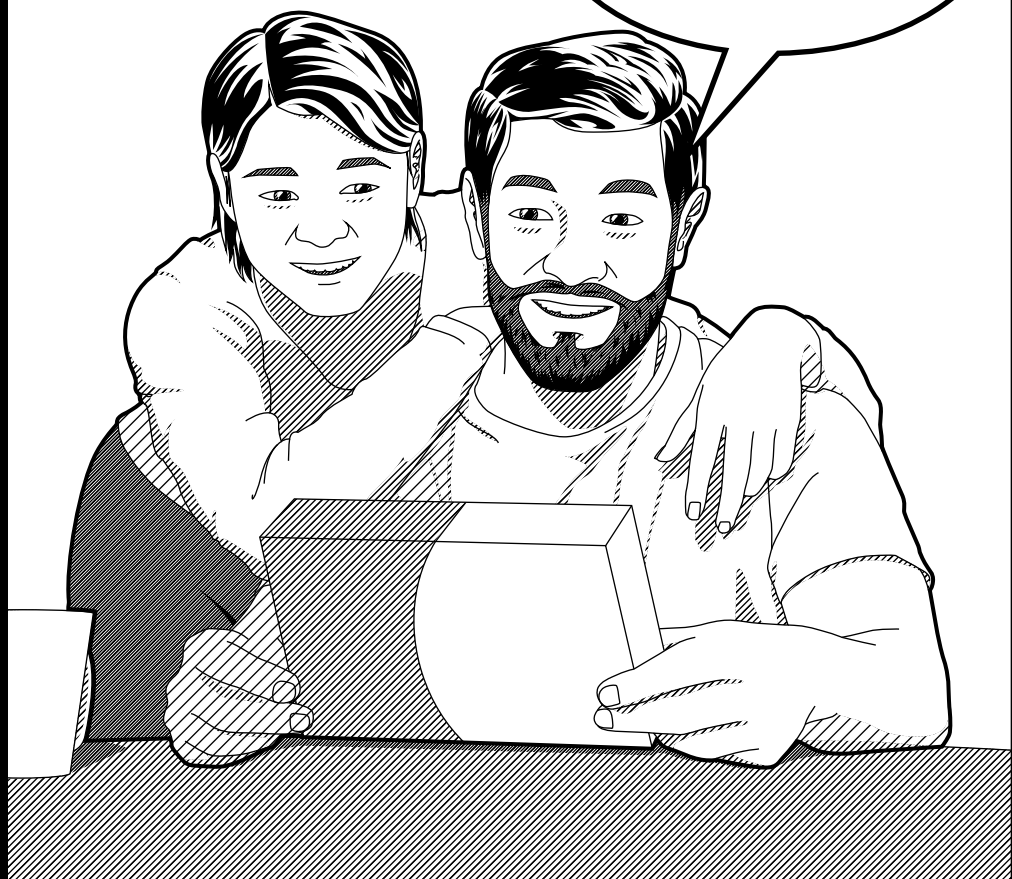



주택 검사 키트

마크, 대장암으로부터
네 자신을 보호하려고
하다니 기뻐. 이 검사는
어떻게 하는 거야?

대변에서 소량의 검체를
채취해서 검사실에 보내고
거기서 숨겨진 혈흔을
찾기 위해 검체를 분석해.

숨겨진 혈흔은 대장암
또는 다른 질병에 대한
경고 신호일 수 있어.






암을 최대한 빨리
감지하는 건 정말 똑똑한
방법이네. 그렇다면 더
치료하기 쉽다는 뜻이지?

어떤 검사를 할지
어떻게 결정했어?

심사 선택지들을 비교하기 위해
내 의료 서비스 제공자와 얘기를
했어. 대장 내시경 검사와 변 기반
검사에 대해서 얘기했어. 둘 다
조기에 대장암을 감지해.

그 둘은 어떻게
다른 거야?



변 기반 검사는
집에서 내가 할 수
있고 특별한 식단을
필수로 하지 않아.

그리고 이 검사는
마취를 하지
않아도 되는 거지?

맞아.
변 기반 검사에서 아무
것도 나오지 않으면, 내
검사 결과는 정상으로
판정이 나.

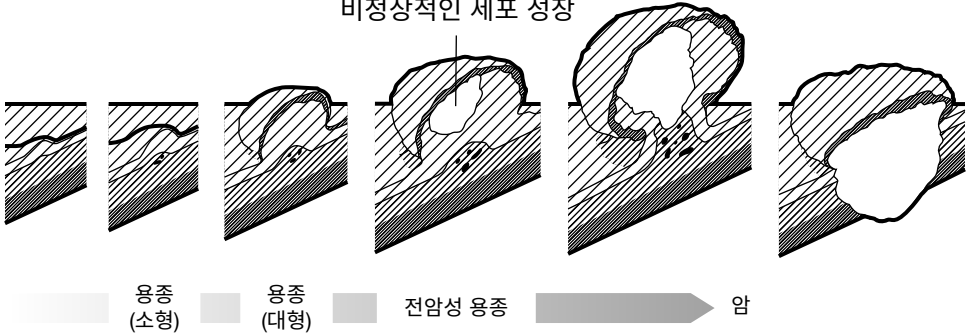
계속해서 1년에 한
번 검사할거야.
만약에 비정상으로
나온다면, 대장 내시경
검사를 받을 거야.

나 대장
내시경 검사 했잖아.
기억나? 대장 내시경
검사는 또한 암이
될 수 있는 용종도
제거할 수 있어.



용종의 단계

비정상적인 세포 성장



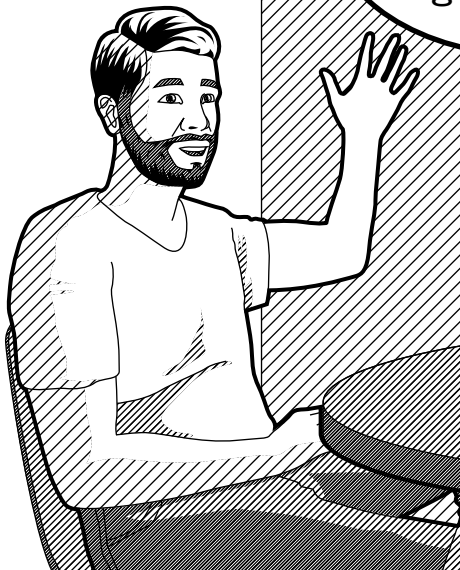
맞아. 근데 난 아직
대장 내시경 검사를
할 준비가 안 됐어.



아빠, 안녕하세요.
갖고 계신
게 뭐예요?

안녕, 앤드류!
의료 서비스
제공사에서 받은
대장암 검사란다.

집에서 우송할
수 있는 변 기반
검사의 몇 가지
종류 중 하나야.



흥미롭네요.

방금 검사 유효기간을
확인했는데 아직
유효해. 까먹기 전에
검사를 하려고.





얼마나 걸려요?

몇 분 밖에 안
걸려. 그 다음엔
우송하지.

알겠어요. 끝나시면
얘기해주세요. 오늘 같이
우송하게 산책 나가요.

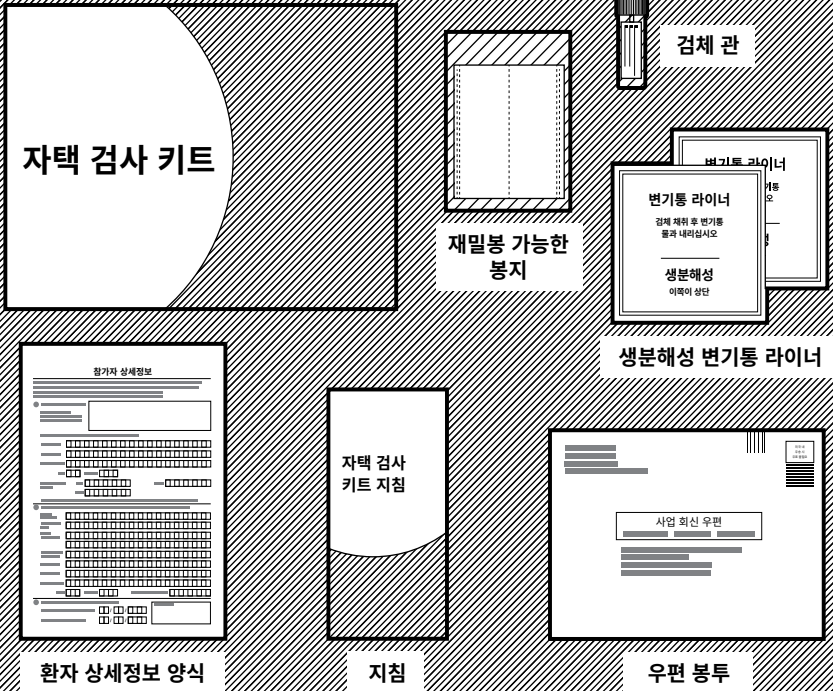
그래!

이 이야기는 여러 선택지 중 몇 가지만을 보여드리니, 어떤 종류의 변기반 검사가 귀하께 최선인지 결정하실 수 있도록 담당 의료 서비스 제공자와 얘기하십시오. 검사는 서로 조금씩 차이가 있거나 제출하는데 방법이 다릅니다. 받으신 키트의 지침을 따르십시오.

FIT 검사 사용법

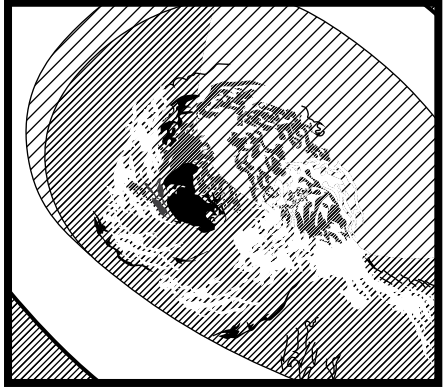
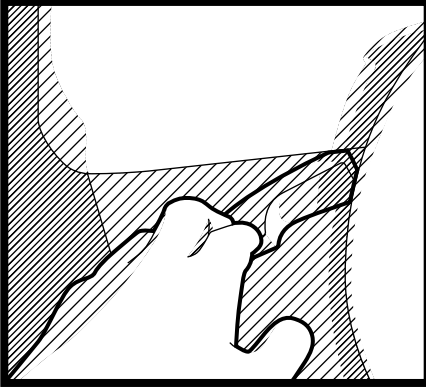


1 키트를 여십시오. 깨끗하고 건조하게 유지하십시오.

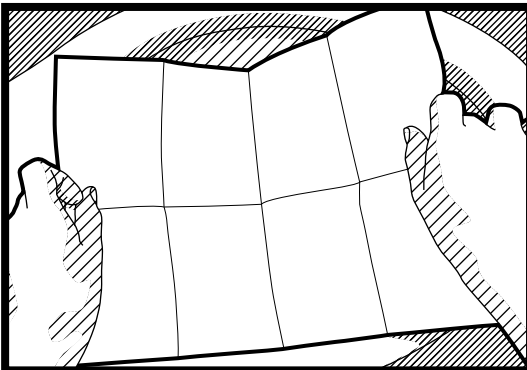
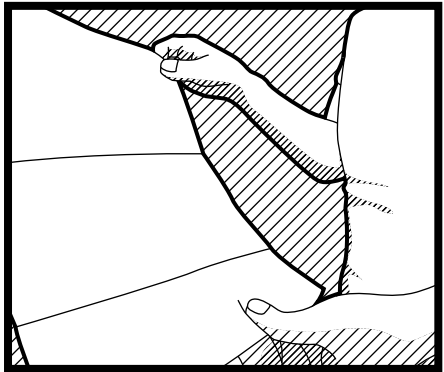
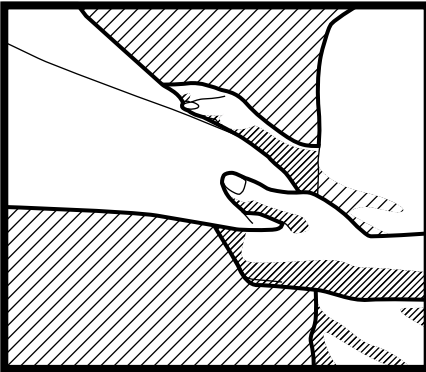


2

변기 물을 두 번 내리십시오. 변기통에 세제가 있는 경우, 제거하고 두 번 물을 내리십시오.

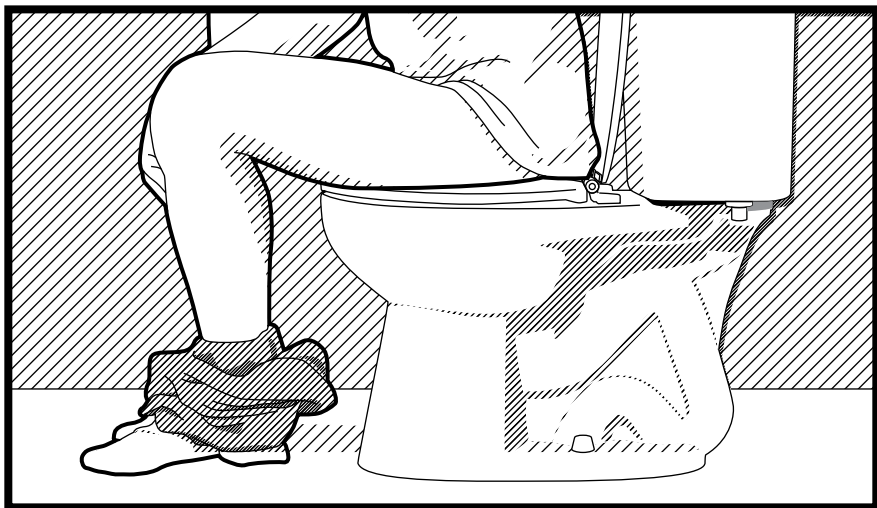
**3**

큰 수세식 박엽지를 펴십시오. 변기 물의 수면에 올리십시오.



4

일상과 같이 변을 보십시오. 물을 내리지 마십시오. 사용하신 휴지를 버리시되, 변기통에 버리지 마십시오.



5

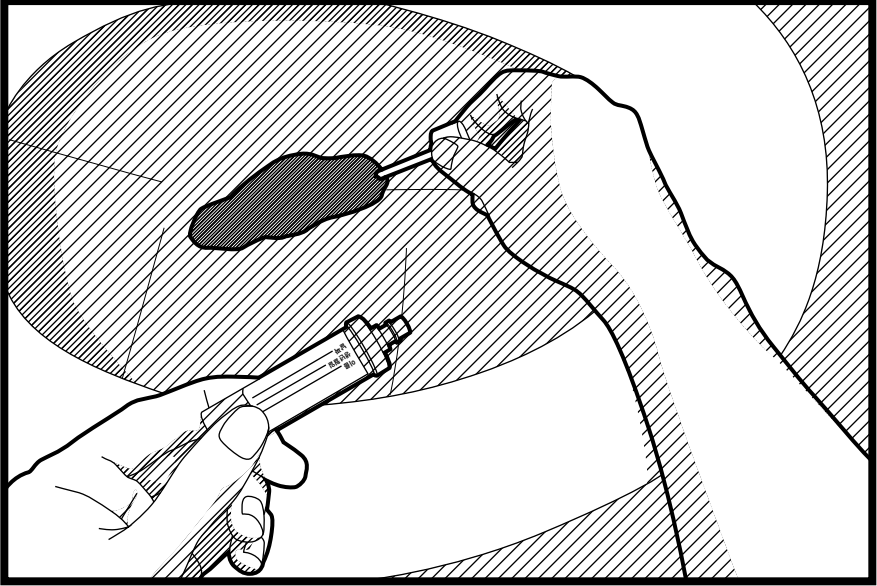
검체침의 끝을 변에 담니다.

검체를
담으십시오.

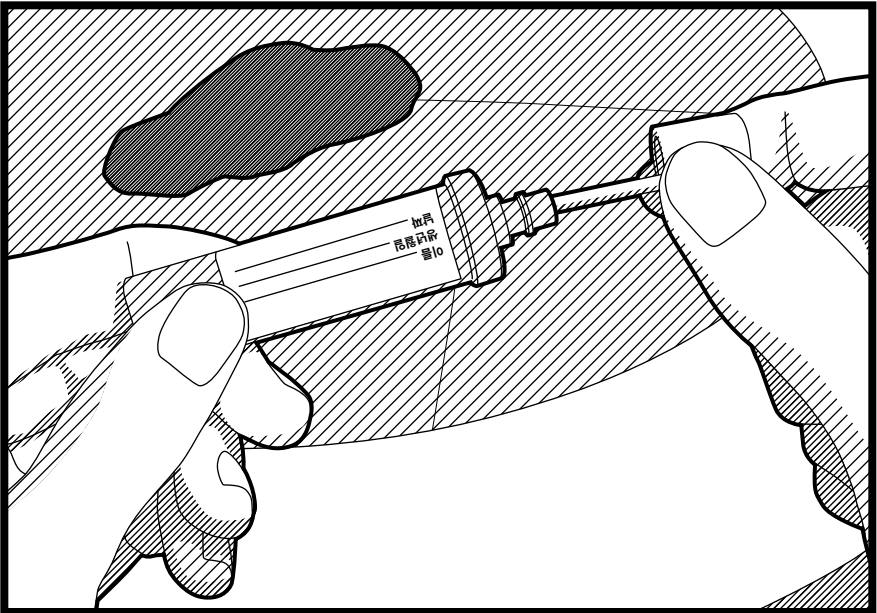


6

큰 변 조각은 담지 마십시오. 덩어리나 물방울을 제거하기 위해 검체침을 한 번 흔드십시오.

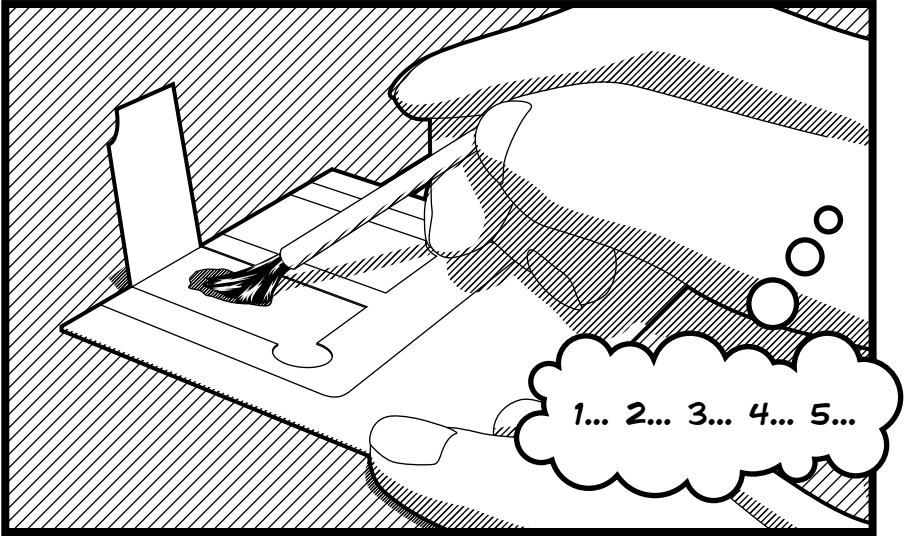
**7**

검체침을 관에 넣고 꼭 닫으십시오. 관 바깥 쪽에 변이 묻어 있어서는 안 됩니다. 그런 경우, 닦으십시오.



8

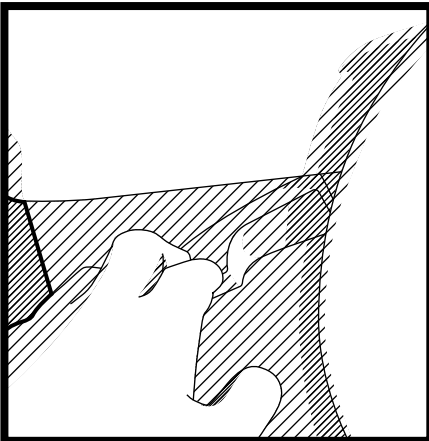
키트에 카드랑 솔이 있을 수 있습니다. 카드에 그려진 상자 안에 변을 소량 솔로 묻히십시오. 이는 5초 정도 소요됩니다. 변이 상자 밖에 묻어서는 안 됩니다. 그런 경우, 닦으십시오.



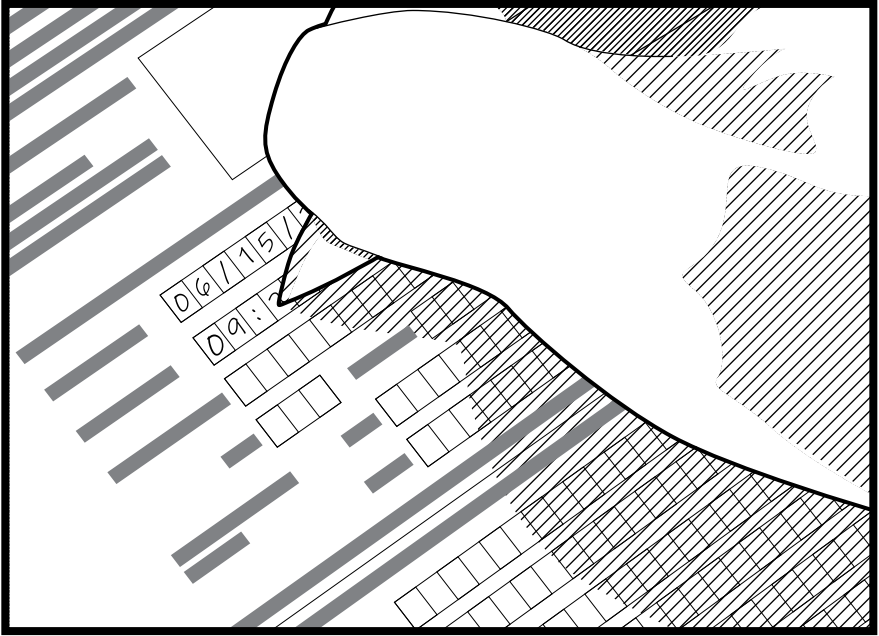
2차 검체 채취를 위해 키트에 검체침 또는 솔이 두 개가 있을 수 있습니다. 그런 경우, 전과 같이 검체를 채취하십시오.

9

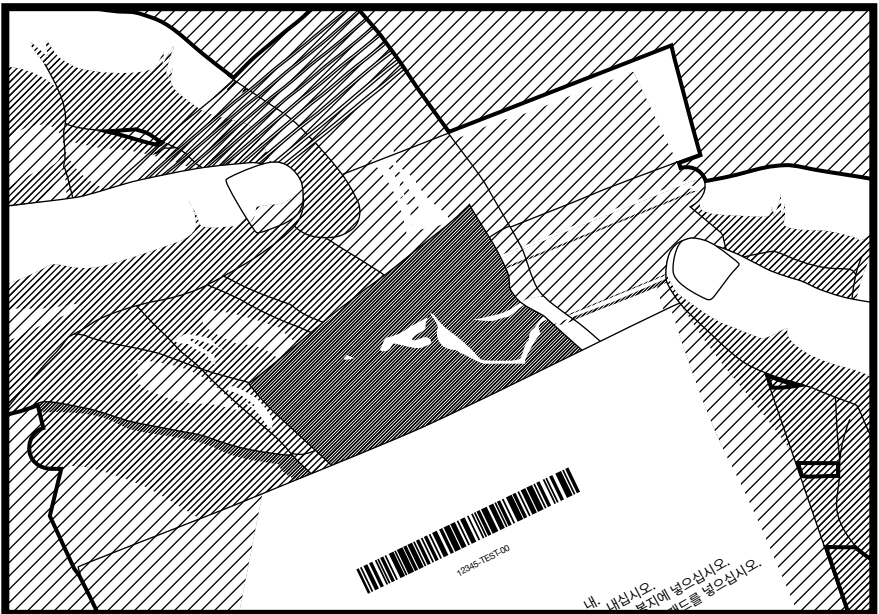
변기 물을 내리십시오. 최소 20초 이상 비누와 물로 손을 씻으십시오.



- 10** 귀하의 이름과 검체 채취일을 포함하여, 모든 라벨과 양식을 작성하십시오.

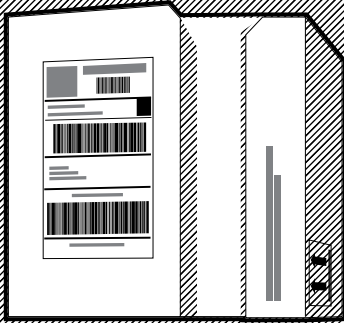


- 11** 검체를 우편 봉투에 넣고 봉하십시오.



FIT-DNA (COLOGUARD) 검사 사용법

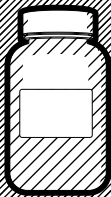
또 다른 종류의 검사 유형은 다중 표적 변 DNA 검사 또는 FIT-DNA (Cologuard)입니다. 숨겨진 혈흔과 대장암일 수 있는 유전자의 변화를 감지합니다.



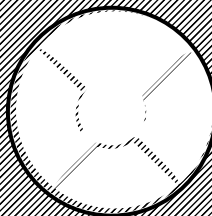
봉지와 배송 상자



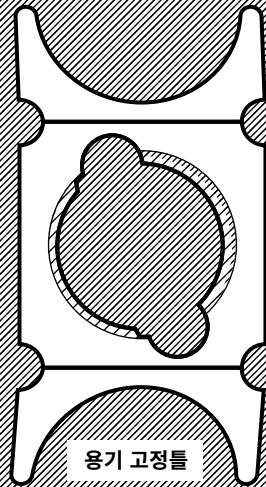
검체 관



보존액



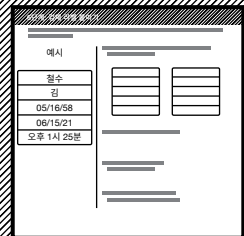
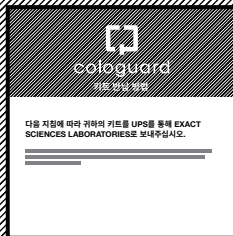
검체 용기



용기 고정틀



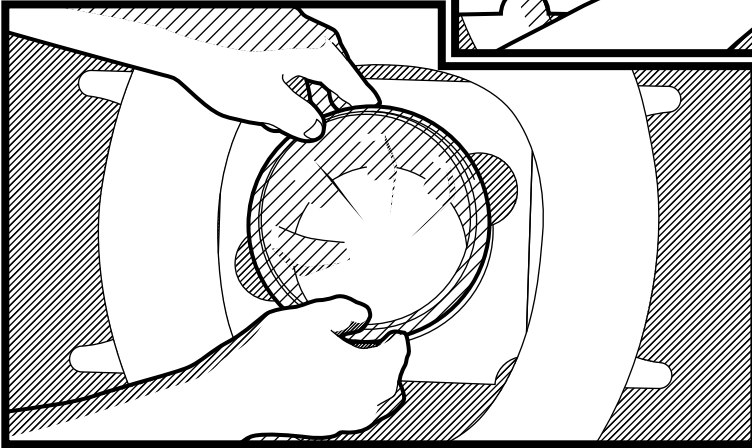
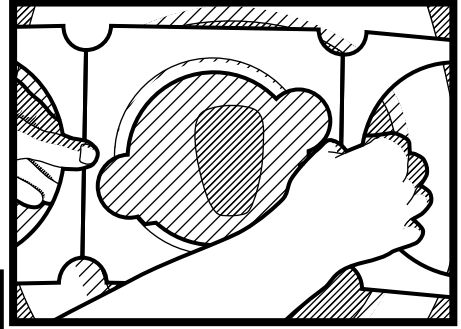
지침 자료물



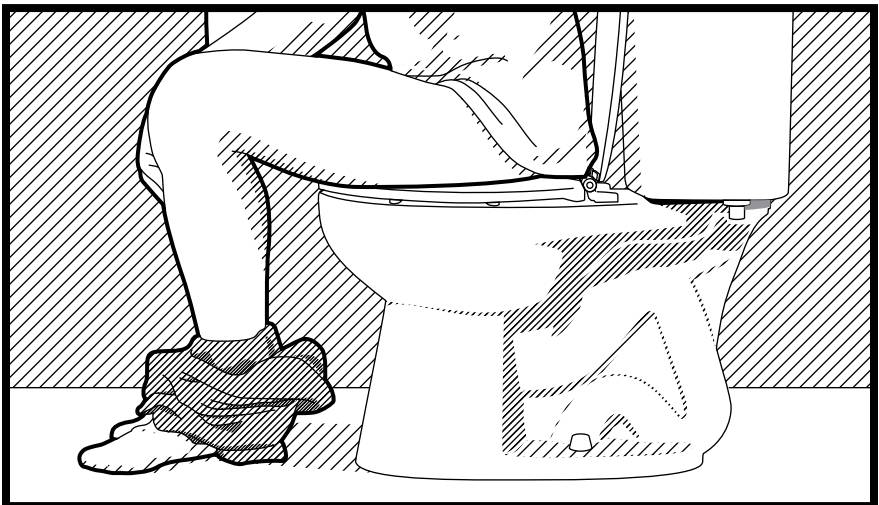
검체 라벨

유의: 봉지와 상자를 보관하십시오. 나중에 변 검체 보관 및 배송을 위해 필요합니다.

- 1** 고정틀을 변기 좌석 밑에 놓으십시오. 뚜껑을 연 검체 용기를 고정틀에 끼우십시오.

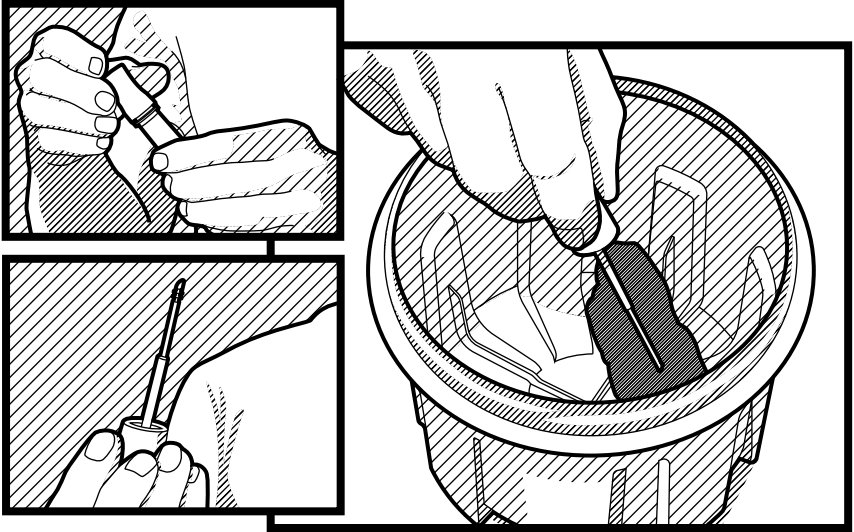


- 2** 일상과 같이 변을 보십시오.



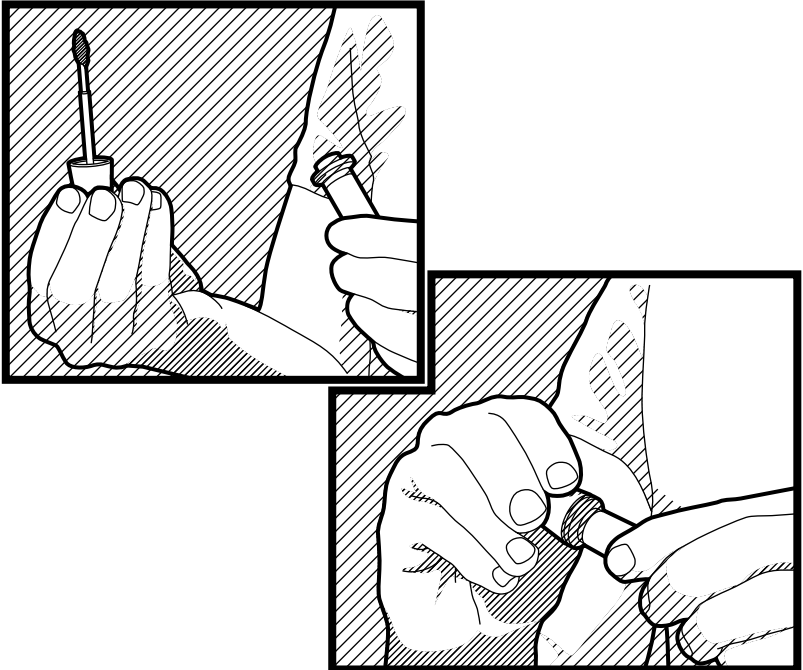
3

검체침의 끝에 변을 묻히십시오. 검체침 끝에 파인 선을 덮도록 하십시오. 큰 변 덩어리는 담지 마십시오.

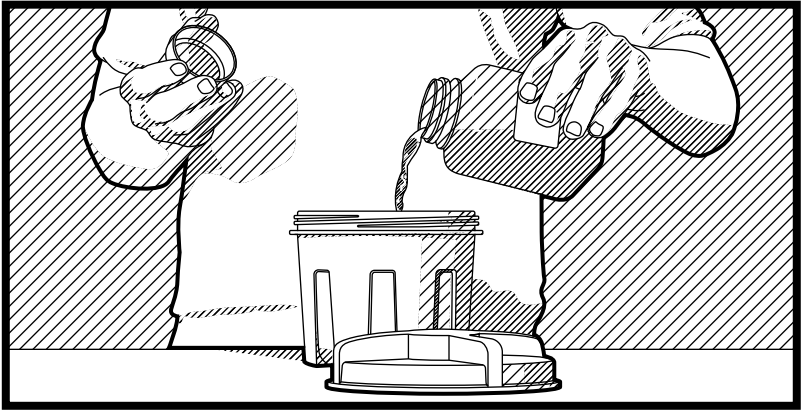


4

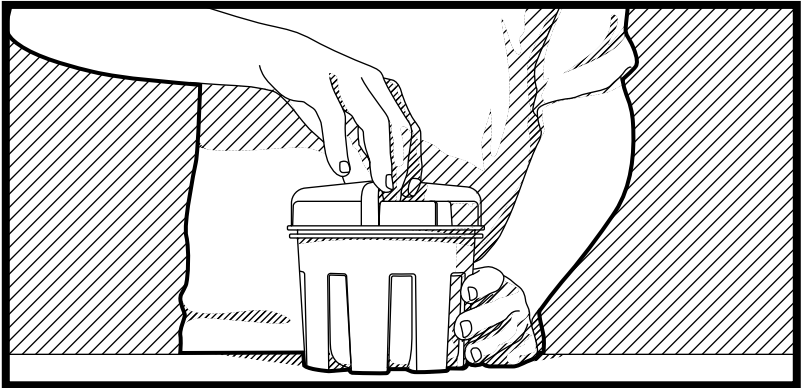
검체침을 관에 다시 넣으십시오. 꼭 닫으십시오.



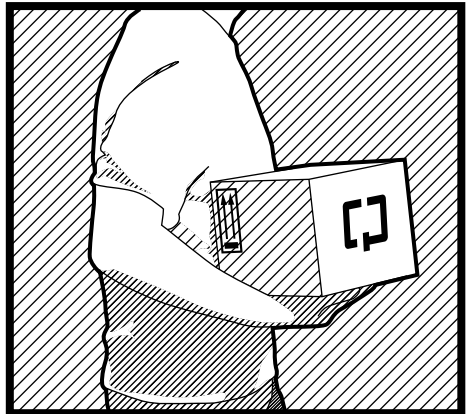
5 변이 담긴 용기에 보존액을 부으십시오.



6 꼭 닫으십시오. 변이 용기 밖에 묻어서는 안 됩니다.
그런 경우, 닦으십시오.



7 키트에 표시된 주소로
UPS를 통해 검체를
우송하십시오.
배송비를 내지
않으셔도 됩니다.






금방
하셨네요?


응. 설명이
잘 나와
있었어.

언제 보내셔야
되세요?



24시간
이내에.

분석 받기 위해 보내는
것이 중요하기 때문에
최대한 빨리 보내려고.



지금 가요.
운동 할 겸요.

그래. 산책은
언제든지 좋지.

신체적 활동이
대장암 예방에
좋다는 거
알고 있었니?

저희 모두에게
좋은 걸요.



저도 가도 되요?



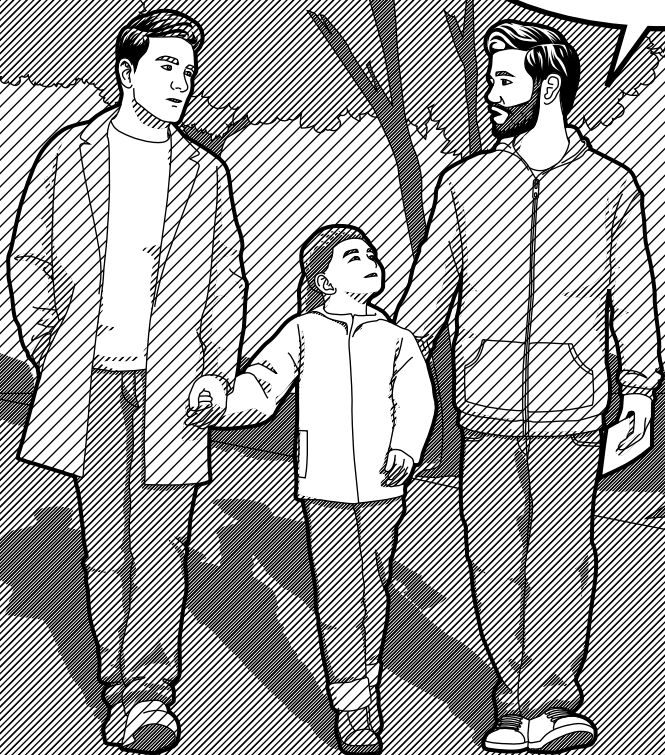
그럼, 릴리.
같이 가자.




대장암인지 아닌지
어떻게 알죠?


검사가 음성이면, 대장암이
아닌거야. 어떤 사례는 놓칠
때도 있는데 드문 경우야.

그래도 또 다른 검사를
매년 해야 돼. **FIT-DNA**
검사를 했다면, 3년마다
한 번 하면 돼.





검사에서 무언가가
검출된다면요?



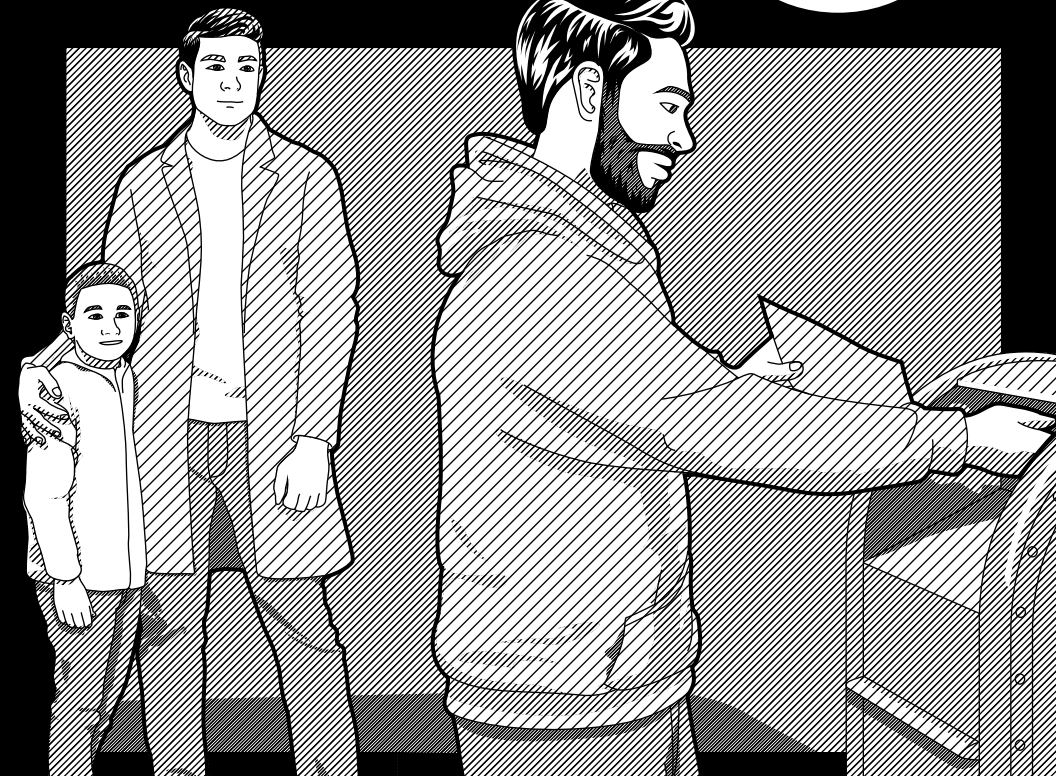
의료 서비스 제공자한테서
연락이 올 거야.
결장암이나 직장암이거나,
또는 다른 문제일
수도 있어.

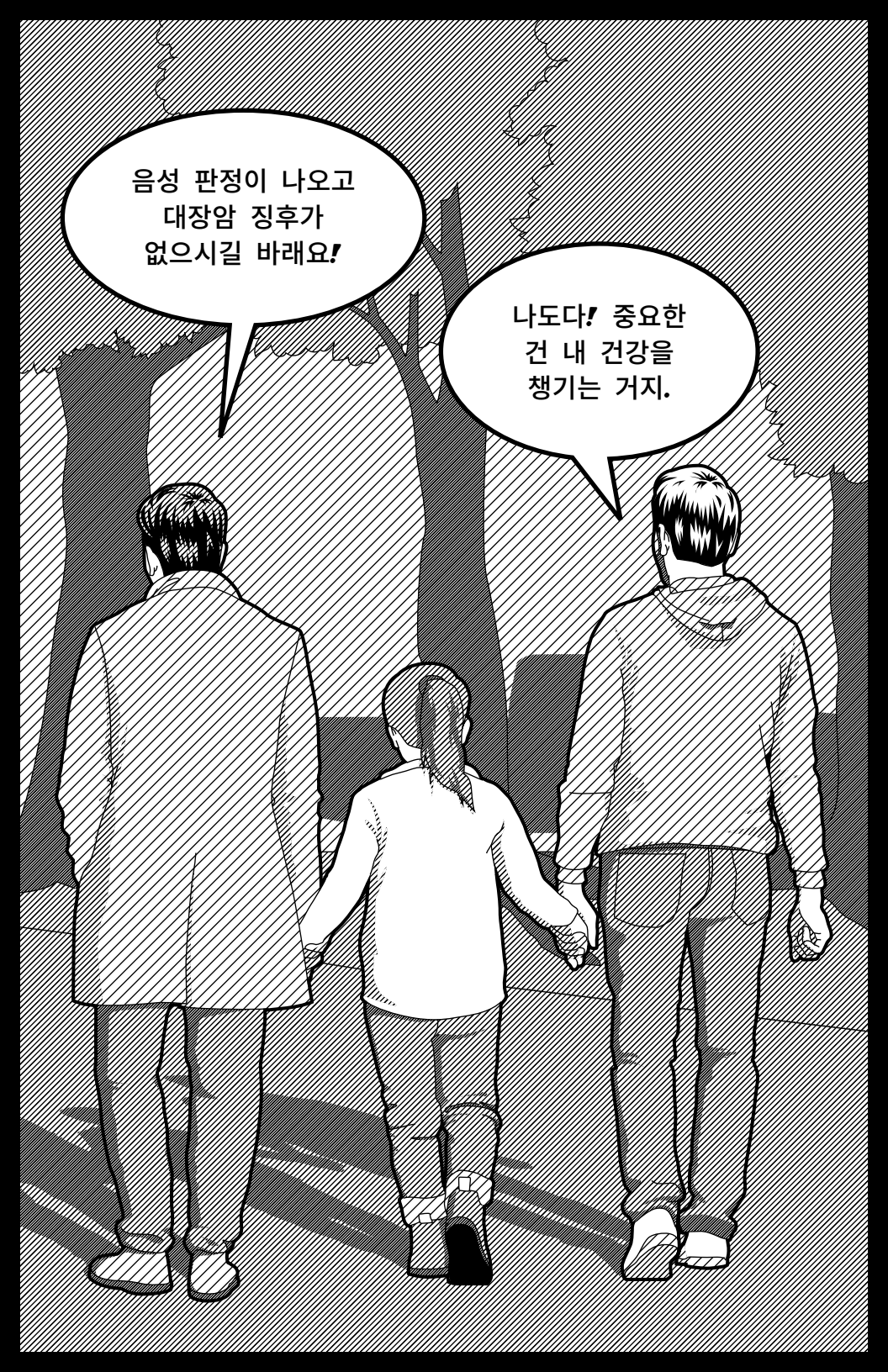
그 때는 대장 내시경
검사로 무엇인지
알아 봐야지.



엄마가 대장 내시경
검사를 받으셨을 때를
기억해요. 의사가
초소형 카메라로 대장
안을 살펴봤어요.

그래,
그리고 다
괜찮았지.





음성 판정이 나오고
대장암 징후가
없으시길 바랍니다!

나도다! 중요한
건 내 건강을
챙기는 거지.

대장암 위험에 대한 사실

대장암 위험 요인은 다음을 포함합니다.

- 고령화 — 사례의 약 90%가 50세 이상*에서 발생합니다
- 대장암 또는 선종성 용종에 대한 개인 또는 가족력이 있는 경우
- 린치 증후군이나 가족성 선종 용종(familial adenomatous polyps, FAP)과 같은 유전 증후군이 있는 경우

다음 생활 방식의 변화는 대장암의 위험을 낮출 수 있습니다.

- 과체중 또는 비만인 경우 체중 감량
- 더 많이 움직이고 앉아 있는 시간을 줄여 신체 활동 증가시키기
- 가공 처리된 육류를 덜 먹고 과일과 채소 더 섭취하기
- 술을 줄이고 금연하기
- 담배 사용을 줄이거나 금연하기. 금연에 대한 지원은 866-697-8487로 전화하십시오.

귀하의 위험 요인 및 대장암 심사에 대해 의료 서비스 제공자와 얘기하십시오.

자세한 내용은 nyc.gov/health/coloncancer를 방문하십시오. 심사에 관련된 이야기는 **샌드라의 사연** 및 **마크의 결정**을 클릭하십시오.

*50세 미만에게서 대장암 사례가 증가하고 있으므로 위험 요인이 없는 이들은 45세부터 심사를 받아야 합니다. 위험 요인이 있는 경우 심사를 더 일찍 시작해야 할 수도 있습니다. 대부분의 보험 제도가 대장암 심사에 적용됩니다. 그러나 보험 혜택에는 차이가 있습니다. 심사 검사를 받기 전, 담당 의료 서비스 제공자 및 보험사에게 보험 혜택에 대해 확인하십시오. 무보험인 경우 무상 또는 저비용 보험 대상일 수 있습니다. 무료 가입 지원을 위해 **311**에 전화하십시오.

