



배우기:
대장암 위험도 낮추기





대장암 위험도 낮추기

대장암이 무엇입니까?

대장(또는 대장직장)암은 대장 또는 직장에서 발생할 수 있습니다. 다행스럽게도 정기적인



심사가 예방 또는 치료가 가장 효과적인 초기 때 발견을 도울 수 있습니다. 대장암 심사 방법에는 여러가지가 있습니다.

대장 내시경을 통해 의료 서비스 제공자가 대장 또는 직장에서 암 예방을 위해 용종(종양)을 감지하고 제거합니다. 다른 방법은 (예를 들어 변 기반 검사) 양성 판정이 날 경우 후속 대장 내시경을 받게 됩니다.

징후 및 증상

대장암의 증상은 변 또는 직장의 혈흔, 체중 감소 및 설사 또는 없어지지 않는 변비입니다. 대장암이 있는 사람들은 대부분 즉시 증상이 나타나지 않으므로 건강하다고 느껴도 심사를 받아야 합니다.



위험 요인

다음에 해당 경우 위험이 높을 수 있습니다.

- 가족 중 대장암 병력 또는 전암성 용종
- 린치 증후군이라고도 불리는 가족성 선종성 용종증(Familial adenomatous polyposis, FAP) 또는 유전성 비용종증 대장암(hereditary nonpolyposis colorectal cancer, HNPCC)
- 궤양성 대장염 또는 크론병

이러한 위험 요인이 있는 경우 담당 의료 서비스 제공자와 얘기하십시오. 심사를 일찍 시작해야 할 수 있습니다.



무보험인 경우 무상 또는 저비용 보험 가입이 가능할 수 있습니다. 무료 가입 보조를 받기

위해 347-665-0214로 전화하시거나 55676으로 "**COVEREDNYC**"라고 문자를 보내십시오. 무료 또는 저비용 심사에 대한 자세한 내용은 nyc.gov/health/coloncancer를 방문하여 "Payment"(지급) 드롭다운을 누르십시오.



심사 검사

대장암 심사에는 시각적 검사 및 변 기반 검사 등 여러 방법이 있습니다. 아래 나열된 검사 중 별표(*)가 있는 경우 양성 판정 시 **적시에 후속** 대장 내시경을 받아야 합니다.



시각적 검사는 대장 또는 직장에서 비정상적인 조직을 확인합니다.

- 대장 내시경
- S상 결장 내시경*
- 컴퓨터 단층촬영(Computerized tomography, CT) 대장조영술*



변 기반 검사는 변에서 암 징후를 확인합니다.

- 분변 면역 화학검사(Fecal immunochemical test, FIT)*
- 고감도 과이악 기반 대변잠혈검사(High-sensitivity guaiac-based fecal occult blood test, HSgFOBT)*
- 다중표적 대변 DNA 검사 (FIT-DNA)*

이러한 심사 선택지에 대한 추가 정보는 nyc.gov/health를 방문하여 "**colon cancer screening**"(대장암 심사)를 검색하십시오.

자주 묻는 질문

언제부터 대장암 심사를 받아야 하나요?

귀하의 위험도에 대해 의료 서비스 제공자와 얘기하십시오. 많은 사람들이 45세부터 심사를 시작합니다. 고위험군인 경우 더 일찍 심사를 시작해야 합니다.

건강에 문제가 없습니다. 그래도 심사를 받아야 하나요?

대장암은 즉각 증상을 유발하지 않을 수 있습니다. 건강하다고 느껴도 심사를 받으십시오. 용종을 조기에 발견하고 제거하는 것은 대장암을 예방할 수 있습니다.

어떤 심사 검사가 제일 좋을까요?

각 심사 검사마다 이득과 위험이 따릅니다. 귀하의 요구 사항에 어떤 검사가 알맞을지 알아보기 위해 선택지에 대해 의료 서비스 제공자에게 문의하십시오.

검사 후는 어떻게 하나요?

후속 관리를 잊지 마십시오. 의료 서비스 제공자에게 다음 대장암 심사를 언제 받아야 할지 물으십시오.

심사에 보험이 적용되나요?

메디케이드와 메디케어를 포함하여 대부분의 보험 제도가 평균 위험군인 경우 45세부터 또는 해당 경우 더 일찍 대장암 심사에 대해 보험을 제공합니다. 그러나 보험 혜택마다 차이가 있습니다. 심사 검사를 받기 전, 담당 의료 서비스 제공자 및 보험사에게 보험 혜택에 대해 확인하십시오.



위험을 줄이는 기타 방법:

- 건강한 체중을 유지하고 신체 활동을 하십시오.
- 가공 육류(베이컨, 핫도그 또는 런치 미트 등)를 피하십시오.
- 흡연자의 경우 금연을 계획하십시오. 금연에 대한 도움은 **311**로 전화하시거나 **nyc.gov/nycquits**를 방문하십시오.
- 음주는 대장암 위험도를 높일 수 있습니다. 자세한 내용은 **nyc.gov/health**를 방문하여 "**alcohol and health**" (알코올과 건강)을 검색하십시오.

추가 정보

nyc.gov/health/coloncancer를 방문하십시오.

미국 암 학회:

cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer

질병 통제 예방 센터:

cdc.gov/cancer/colorectal

전국 암 학회:

cancer.gov/types/colorectal

뉴욕주 보건부:

health.ny.gov/diseases/cancer/colorectal