

고령 환자 삶의 질 떨어뜨리는 '뼈전이 합병증'

제주, 제주인의 건강보고서 ④

건강 다이어리

<48> 전립선암

제주 전립선암 발생률 가장 높아 초기 특별한 증상 없어 검진 중요 암세포 뼈전이 조기 개입 치료

의료 기술의 발전과 혁신 신약의 도입으로 암도 만성질환처럼 장기적인 관리가 필요하다. 사회적 인식이 높아지고 있다. 한동안 암 환자의 치료 목표는 오로지 생존 연장에 초점이 맞춰졌지만 생존율이 높아진 오늘날엔 환자의 '삶의 질' 유지도 중요해졌다. 특히 갑상선암을 제외한 모든 암 질환 중 생존율이 가장 높은 전립선암에서는 삶의 질을 급격하게 떨어뜨리는 뼈전이 합병증 예방에 대한 관심이 증가하고 있다. 제주대학교병원 비뇨의학과 박경기 교수의 도움으로 전립선암과 뼈전이 합병증에 대한 정보를 알아본다.

▶전립선암 대표적 '고령', '남성' 암 질환... 제주 발생률 1위=전립선암은 남성에게 발생하는 암 질환 중 네 번째로 빈번하게 발생하는 질병이다. 연령대를 살펴 보면 70대가 42.3%로 가장 많고, 이어 60대(32.8%) 80대 이상(14.7%) 순으로 주로 고령 인구에서 발생한다.

제주도는 우리나라에서도 유독 전립선암 발생률이 높다. 보건복지부가 매년 발간하는 국가

암등록통계 보고서에 따르면 제주도의 전립선암 발생률(연령표준화발생률)은 10만 명당 35.1명으로 전국 지자체 중 가장 많았고, 평균인 28.2명과 대비해서도 24% 높은 수치를 보였다.

이는 제주지역의 높은 만성질환자 비율이 악성 질환인 전립선암의 발병에 영향을 미치는 것으로 추론할 수 있다. 연구에 따르면 제주 지역 비만율, 흡연율, 음주율 등은 타 지역에 비해 높은 것으로 보고됐다. 특히 육류 소비 증가 등 지방이 많이 포함된 서구화된 식습관이 영향을 주었을 수 있다. 아시아 지역에서의 전립선암 발생률의 지역적인 편차가 각 지역민의 식습관 등 다양한 요인들에 기인한다는 연구도 있다. 이외에도 제주 지역 내의 의료기관의 암 교육과 조기 검진율의 증진 등이 비노기계 암을 조기에 더 많이 발견할 수 있게 한 요인으로 꼽힌다.

전립선암은 환자에 따라 진행 속도에 차이가 있지만, 암세포가 증식하는 속도가 비교적 느려 초기에는 특별한 증상을 느끼지 못하기 때문에 전립선특이항원(PSA) 등을 통한 조기 검진이 중요하다.

하지만 검진을 진행하지 않아 이상 증상을 느끼고 나서야 병원을 찾은 남성은 암세포가 뼈, 폐 등 다른 장기로 전이된 상태로 진단되는 경우가 많다. 특히 뼈는 전이가 가장 흔하게 일어나는 기관으로, 4기 전립선암 환자 중 최대 75%에서 뼈전이가 발견된다.

다행히 전립선암은 4기에 발견되더라도 생존율이 평균적인 암 환자보다 두 배 이상 높다 보니 생존기간을 연장하기 위한 항암치료와 더불어 삶의 질을 유지하기 위한 보조적인 치료도 병행하도록 권고된다.

▶환자 삶의 질 좌우하는 '뼈전이 합병증'

=4기 전립선암 환자의 삶의 질을 위협하는 치명적인 합병증 중 하나는 뼈 관련 질환이다. 병적 골절, 척수압박 등을 통틀어 '뼈전이 합병증'이라고 한다. 보통 손목, 척추 등 일부 뼈에서 느껴지는 통증에서 시작돼 별다

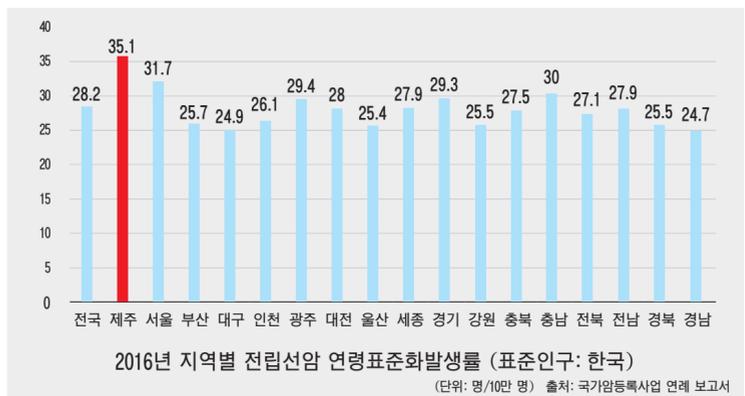
른 충격 없이 발생하는 병적 골절을 경험하며 심해지면 뼈에 대한 방사선 치료나 뼈 수술을 진행하기도 한다.

전립선암 환자들이 뼈전이를 진단받은 후 별다른 조치를 하지 않으면 일반적으로 10.5개월 이내에 뼈전이 합병증을 겪게 된다. 뼈전이 합병증을 반복해 경험하면서 운동 신경 또는 자율 신경의 마비로 일상적인 활동의 제한을 받는 암 환자들은 삶의 질 저하로 치료에 대한 의욕을 잃을 수 있으며 이는 생존에도 직결될 수 있다.

▶뼈 통증 있다면 뼈전이 의심해야... 조기 진단, 조기 치료로 예방 가능=암세포가 뼈로 전이되면 증식하면서 서서히 뼈를 파괴하며 합병증을 일으키기 때문에 조기의 치료 개입이 중요하다. 따라서 전립선암 치료를 받는 중 뼈에서 통증이 느껴진다면 참지 말고 최대한 빨리 병원을 방문해 뼈전이 검사를 받아야 한다. 뼈전이는 단순 방사선 검사 혹은 CT, MRI를 통해 쉽게 확인할 수 있다.

뼈전이가 확인됐다면 항암 화학 치료와 함께 뼈 건강을 유지하기 위한 노력이 필요한데, 특히 뼈의 파괴를 억제하는 주사 치료를 통해 뼈전이 합병증을 효과적으로 예방할 수 있다. 최근 나온 생물학적제제(데노수맙120mg)는 기존 화학적 치료제와 달리 뼈전이 합병증의 발생 시기를 평균 20개월까지 늦출 수 있다. 또 피하주사로 투여가 가능하며, 2018년부터 건강보험으로 급여가 적용돼 경제적인 부담도 크게 낮아졌다. 이에 전립선암 환자들이 항암 치료를 받는 동안 뼈 관련 합병증 예방을 위해 주사제가 도입이 될 수 있다. 하지만 드물게 턱뼈 괴사가 보고되고 있어 투여 전 구강문제에 대한 사전 진료가 필요하다.

실제로 5년 전 처음 전립선암을 진단받은 77세 남성은 외래로 정기적인 치료를 받던 중 허리에 바늘로 쿡쿡 찌르는 듯한 통증이 느껴지고 진행적으로 통증이 가라앉지 않아 병원을 찾았다. 정밀 검진 결과 암이 척추뼈



4기 전립선암 환자의 삶의 질을 위협하는 치명적인 합병증 중 하나는 뼈 관련 질환이다. 병적 골절, 척수압박 등을 통틀어 '뼈전이 합병증'이라고 한다. 아래 사진은 뼈전이 전립선암 환자 사례. 제주대학교병원 제공



로 전이된 사실이 확인돼 의료진은 매달 한 번씩 정기 검진과 함께 데노수맙(120mg)을 투여하기 시작했다. 이후 약화된 통증은 점점 줄었으며, 치료 6개월 쯤인 현재까지 뼈전이 합병증이 발생하지 않아 혼자 가벼운 산책도 하는 등 일상을 보내고 있는 것으로 확인됐다.

박경기 교수는 "아직까지 환자, 보호자들이 암 진단을 받으면 두려워하며 절망하지만, 전립선암은 충분히 관리하며 여생을 살

아갈 수 있는 질환"이라며 "전립선암이 뼈로 전이된 경우 약해진 뼈가 합병증으로 이어지지 않도록 꾸준히 검진과 치료가 필요하다. 적극적인 뼈전이 합병증 치료는 환자들이 취미생활을 즐길 수 있을 만큼 삶의 질을 높이기 때문에 환자들이 희망을 가지고 치료에 적극 임할 것"이라고 조언했다.

이성민기자

제주대학교병원·한라일보 공동기획



건강 Tip "금연패치 하루 1번... 피부질환자는 쓰지 마세요"

금연보조제는 어떻게 사용해야 할까. 이 공금증을 해결하고 싶다면 식품의약품안전처가 전국 금연지원센터 및 보건소 금연클리닉 등에 배포한 '금연보조제 안전사용 길라잡이'를 참고하길 바란다.

이 자료에는 금연패치와 금연껌, 트로키제(사탕) 등 금연 보조제를 안전하게 사용할 수 있는 방법 등이 소개돼 있다.

이 자료에 따르면 금연패치는 매일 한번

1매씩 매끈한 피부에 부착하는데 매일 부착 부위를 바꿔야 한다. 패치를 붙인 부위에 두드러기, 발진 등의 부작용이 나타날 수 있으므로 피부질환자는 사용하면 안 된다.

금연껌이나 트로키제는 강한 맛이 느껴질 때까지 씹거나 빨고 잠시 불 안에 두고 쉬는 방법으로 30분간 반복해 사용하면 된다.

알약 형태의 금연보조제는 바레니클린 또는 부프로피온 성분으로 구분되는데 각 성

분에 따라 사용법이 다르다.

바레니클린 성분 알약은 금연 예정일 일주일 전부터 12주간 투여해야 하고, 부프로피온 성분 알약은 투여 후 2주째 금연 목표일을 설정하고, 7주간 투여하면 된다.

이런 알약 금연보조제는 먹었을 때 구역질이나 어지러움, 불면증, 소화불량 등 부작용이 나타날 수 있다.

만약 초조하거나 적개심, 우울한 기분 등 전형적이지 않은 행동 등을 보이는 경우 즉시 복용을 중단하고 의사와 상담해야 한다. 이런 부작용은 약 복용과 상관없이

금연에 따라 니코틴 금단증상이나 원래 가지고 있던 정신과 질환이 악화해 나타날 수 있다.

금연보조제의 성분은 니코틴이다. 만약 금연보조제를 사용하면 담배를 계속 피우면 혈중 니코틴 농도가 높아져 혈압 상승, 심장질환, 구역질 등의 부작용이 뚜렷해질 수 있어 주의해야 한다. 자세한 금연보조제 사용법은 식약처 홈페이지(www.mfds.go.kr)나 한국의약품안전관리원 홈페이지(www.drugsafe.or.kr)에서 확인할 수 있다.

이성민기자 hasm@ihalla.com

NANCOM FIT

나눔에너지

25평 주택기준 연 400만원

너는 월로 돈버니? 난 내 지붕에서 햇빛으로 돈번다!

나눔FIT는 단독주택 옥상부터 층사, 창고 및 상업시설의 지붕 위에 쉽고 빠르게 시작할 수 있는 태양광 사업 맞춤형 브랜드입니다.

064-745-0420

네이버에 나눔에너지를 검색해 보세요!

2020. 06 고용우수기업 선정
한화큐셀(Q-CELL) 제주도 큐파트너 협력기업

2019. 04 벤처기업 인증 획득

2018 - 20 3년연속 제주도 에너지공사 협력사 선정

(주) 나눔에너지 제주도 제주시 첨단로 213-3 제주첨단과학기술단지 스마트빌딩 211호

시공문의 TEL. 064-745-0420

FAX. 070-8812-0420