

# 치료성적 1등 '위암' 치료 실패해도 희망 있다

제주, 제주인의 건강보고서 Ⅷ

## 건강 다이어리

### <50> 위암 치료환경 변화

환자 치료제 적었던 과거 달리 최근 표적·면역항암제 등 개발 빠른 진단에 수술 기술도 발전

“위암 치료환경 나날이 개선... 의료진·자신 믿고 치료 꾸준히”

“위암의 최근 치료 환경은 임상연구에서 보고된 것보다 더 건강하게, 오래도록 생존하는 환자 사례가 상당수 보고되는 등 빠르게 개선되고 있다. 희망을 잃지 않고 열심히 치료를 하면 기대 이상의 좋은 결과를 얻을 수 있을 것이다.”

제주대학교병원 혈액종양내과 조재민 교수의 말이다. 국내 암 발생률 1위 '위암'은 여러 암 가운데 생존율이 가장 높게 향상되고 있는 암종이다. 조재민 교수의 도움으로 위암 치료환경 변화에 대해 알아본다.

우리나라는 전 세계에서 위암 발생률이 가장 높은 국가다. 해마다 약 3만명의 위암 환자가 발생하고 있고 국내에서 28만 9000명이 위암을 앓는 것으로 알려져 있다.

높은 발생률의 원인은 다양하다. 헬리코박터균에 감염됐을 때는 발병



위암의 선별검사 '위내시경검사'

위암의 수술적 치료 '위절제술'

위험이 2~3배 높아지며, 가족력이 있다면 2배, 짠 음식을 많이 먹었을 때는 4.5배까지 높아진다. 짜고 매운 음식을 좋아하고 음식을 나눠 먹는 식습관 등이 위암 발병률에 영향을 미치는 것으로 보인다.

모든 암이 그렇지만 위암은 특히 빠른 진단이 중요하다. 조기에 발견해 치료를 받을 경우 완치 가능성이 높기 때문이다.

때문에 정부는 국가 암 검진사업의 확대 시행을 통해 만 40세 이상 남녀에게 2년마다 위내시경 검사를 지원, 위암으로 진행할 수 있는 위염 등을 미리 관리할 수 있도록 하고, 더불어 위암의 조기진단을 또한 높이는 데 기여하고 있다.

조기 위암의 경우 수술적 치료가 가장 우선 고려된다. 이를 통해서도 약 90% 이상이 완치를 기대할 수 있다. 아주 초기에 발견했다면 위를 자르지 않고도 내시경으로 국소절제나 복강경 수술 등을 통해 치료할 수 있다.

조기 위암 상태에서는 대부분 특별한 증상이 없으며 암이 어느 정도 진행된 뒤에야 증상이 나타나는 경우가 많다. 특히 전이성 위암의 경우에는 5년 상대생존율은 5.6%까지 감소하기 때문에 증상이 없더라도 정기 검진을 통해 꾸준히 위 건강 상태를 점검하는 것이 필요하다.

진행성 위암은 림프절 전이를 포함한 완전 절제술을 시행하고 결과에 따라 재발을 줄이기 위한 보조적 목적의 항암화학요법을 시행하게 되지만 일부 환자들은 재발을 경험한다. 전이성 위암의 경우에는 수술적 치료를 통해서 완치를 달성하기가 어렵기 때문에 전신적인 항암화학요법을 주된 치료로 사용하게 된다.

과거에는 전이 또는 재발된 환자가 선택할 수 있는 치료제 자체가 매우 적었다. 게다가 1차 항암화학요법에 사용했던 약물에 대한 독성이나 내성, 그리고 대부분 고령인 환자

의 체력도 고려해야 했다. 하지만 최근에는 표적항암제, 면역항암제 등의 다양한 치료제들이 개발됐고, 이에 맞춰 국내 전이성 위암 환자의 치료 성적도 많은 개선을 보이고 있다. 또한 보험급여 혜택이 점차 확대되면서 환자들이 고가의 항암화학요법에 대한 경제적 부담을 덜고 치료를 꾸준히 이어 나갈 수 있는 환경이 조성됐다.

이처럼 국가 암 검진사업으로 인해 위암의 빠른 진단이 가능해지고 수술적 치료 기술도 눈부시게 발전했다. 1~3차를 포함한 고식적 항암화학요법 치료의 효과 개선도 동반되면서 위암 치료성적은 빠르게 개선되고 있다.

올해 발표된 '2017 국가 암등록통계' 자료에 따르면 위암은 지난 10년 동안 생존율이 가장 많이 개선된 암으로, 5년 상대생존율은 18.5%p 상승해 76.5%를 기록했다.

이는 간암(35.6%·15.1%p 증가), 폐암

(30.2%·13.7%p 증가) 등 다른 암과 비교했을 때보다 높은 성적이다.

또한 5년 순 생존율 지표에서 한국 위암 환자는 68.9%를 보여, 미국(33.1%), 영국(20.7%), 일본(60.3%)보다 더 나은 결과를 나타냈다.

조재민 교수는 “위암 치료환경이 나날이 개선되는 가운데 제주대학교병원을 포함한 국내 병원에서도 뒤늦게 진단받거나 혹은 한 차례 위암 치료에 실패하더라도 위암을 잘 이겨내는 환자 사례가 상당수 보고되고 있다”면서 “따라서 절망하거나 포기하지 않고 의료진과 자기 자신을 믿으며 꾸준히 치료를 받는다면 반드시 좋은 결과를 기대할 수 있을 것”이라고 강조했다.

이상민기자 hasm@ihalla.com

제주대학교병원·한라일보 공동기획

### 건강 Tip 에어프라이어 조리, 적정 온도·시간 지켜야

#### “감자튀김 조리 30분 넘으면 유해물질 ↑”

에어프라이어로 감자튀김을 오래 조리하면 유해물질이 증가할 수 있어 유의해야 한다.

1일 식품의약품안전처 식품의약품안전평가원에 따르면 에어프라이어·적외선조리기로 조리한 음식의 유해물질은 대체로 안전

한 수준이었지만 감자튀김 등을 190℃가 넘는 고온에서 장시간 조리하면 발암 추정물질인 '아크릴아마이드' 생성량이 증가할 가능성이 있는 것으로 나타났다.

식약처는 유해물질이 생성되는 것으로 알려진 삼겹살, 연어, 식빵, 냉동감자를 온도·

시간 등을 달리해 조리한 후 벤조피렌과 아크릴아마이드의 생성량을 분석해 이같은 결론을 내렸다.

분석 결과 삼겹살과 연어는 에어프라이어의 모든 온도(180~200℃)와 시간(10~40분), 또 적외선조리기의 모든 온도(고·중·저)와 시간(5~20분) 조건에서 벤조피렌이 불검출 수준으로 생성됐고, 아크릴아마이드 생성량도 안전한 수준이었다.

다만 빵과 냉동감자는 에어프라이어 200℃ 이상에서 오래 조리할 경우 아크릴아마이드 생성량이 증가했다.

식빵은 180℃에서 24분 또는 190℃에서 16분 이상, 냉동감자는 190℃에서 40분 이상 조리했을 때 아크릴아마이드가 유럽연합(EU) 권고 기준(식빵 0.05mg/kg·냉동감자 0.5mg/kg) 이상으로 검출됐다.

식약처는 “에어프라이어 조리할 때는 감자튀김(500g 기준)은 최대 190℃에서 30분 이내, 토스트(빵류, 32g 기준)는 최대 180℃에서 20분 또는 190℃에서 15분 이내로 조리하는 것이 안전하다”고 당부했다.

이상민기자



## 취 축 임



강만생

前 한라일보사 대표이사

## 제주언론인클럽 회장

제11대 제주언론인클럽 회장 취임을

진심으로 축하드리며 앞날에도 제주도 발전과

제주 언론 발전에 더욱 더 정진해 주시길 바랍니다.



한라일보사 임직원 일동