

술·담배 즐기는 50세 이상 남성이라면 '식도암' 조심하세요

1970년 대 최고의 희극인으로 인기를 끌었던 원로 코미디언 이대성 씨가 지난해 사망했다. 사인은 식도암. 식도암은 다른 암에 비해 발생률이 낮다. 하지만 후기 식도암은 5년 생존율이 20% 미만일 정도로 예후가 나쁘다.

》》》 여성보다 술·담배 즐기는 남성에게 잘 나타나

식도는 인두와 위를 연결하는 기관으로 우리가 음식을 섭취할 때 음식물이 위장으로 넘어가는 통로이다. 식도암은 식도부위의 점막에 생긴 악성종양으로 식도 내강이 좁아져서 음식물이 지나가지 못하게 진행되는 것이다.

식도는 심장, 기관지, 폐 등 중요한 장기와 가까이 있어 수술에 따른 위험성이 커서 20·30년 전만 해도 수술 도중 사망하는 사례가 많아 치료가 힘든 난치암 중의 하나였다. 여성보다는 남성에게 잘 나타나며 남성암 중 12번째 보건복지부(중앙암등록본부 2009년 발표자료)로 많이 발생하고 있다. 주로 50~70대 고령 남성에게서 발생하며, 술과 담배를 즐길수록 발생률이 높아진다. 흡연과 음주는 식도암을 일으키는 가장 큰 주범으로 꼽고 있다. 술과 담배를 함께 하는 사람은 하지 않은 사람에 비해 식도암 위험이 190배나 증가한다. 그 외에도 뜨겁거나 자극적인 음식물 섭취, 만성적인 식도자극, 식도화상, 역류성 식도염 등을 위험요인으로 보고 있다.

식도암이 많이 발생하는 지역에 대한 조사에 의하면 탄수화물 섭취가 많고, 동물성 단백질, 채소, 과일 등이 부족한 식생활을 하는 사람들에게 식도암이 많이 발생하는 것으로 드러났다. 비타민 A, C, E가 부족해도 식도암이 발생할 가능성이 커지는 것으로 알려져 있다.

》》》 음식물 삼키기 힘들면 식도암 의심

식도암이 발생하면 초기에는 음식을 삼킬 때 가슴에 무언가 걸린 것 같은 느낌이 들고 음식물 통과 시 이물감, 불쾌감, 흉통 등이 나타난다.

더 진행되면 음식을 잘 삼키지 못한다. 처음에는 고기나 밥 등 단단한 고형음식을 삼킬 때 고통을 느끼지만 점차적으로 죽이나 물, 칩조차 삼키기 힘들어진다.

나중에는 음식물이 역류해 구토를 유발하게 된다.

식도암 환자는 식사하는 것이 불편해지면서 식사량이 줄어들어 심한 체중감소와 영양실조가 나타난다.

》》》 조기 발견하면 생존율 높아

식도암은 조기에 발견하면 생존율이 높아진다. 과거와 달리 치료기술이 발달해 초기에 수술을 받으면 생존율이 다른 암에 비해 월등히 높다.

식도암은 내시경이나 식도 조영술을 통해 쉽게 발견할 수 있다. 최근에는 위내시경을 받다가 초기 식도암을 발견하는 경우가 늘고 있다.


치료법으로는 크게 수술, 방사선요법, 항암화학요법 등이 있다.

조기 식도암은 수술을 통해 완전 절개하는 방식으로 치료가 가능하다.

후기 암은 일단 항암-방사선요법을 같이 시행하는 복합치료를 하거나 항암치료나 방사선 치료를 한 후에 수술을 하기도 한다.

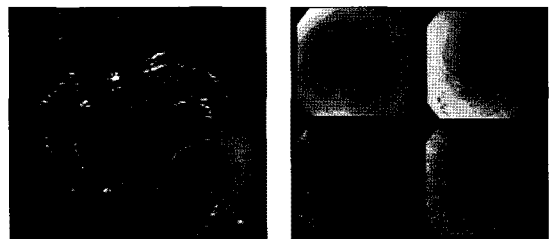
안타까운 사실은 대부분 식도암 환자가 이미 진행이 많이 된 상태에서 발견된다는 것이다. 식도암은 통증이 있는 경우도 있지만 없는 경우가 흔하다. 전이 속도도 빠르고 재발도 잦다.

식도암 수술을 받은 환자는 '식도 재건술'이라는 수술을 다시 받아야 한다. 식도를 잘라내면 음식을 섭취할 수 없어 위와 장을 끌어와 잘라낸 식도와 연결해야 하기 때문이다. 수술 후에는 합병증으로 쉰 목소리가 날 수 있고 점막 부위가 벗어질 수도 있다. 관리도 중요하다. 수술을 받은 7~10일 후에는 음식물의 역류를 예방하기 위해서 반드시 앉은 자세로 음식을 먹고 잘 때는 상체를 30~40도 가량 세워야 한다.

조기에 발견하려면 50세 이상의 남성이라면 매년 정기적으로 내시경 검사를 받아보아야 한다. 평소 예방을 위해 반드시 금주와 금연을 하고 균형 잡힌 식생활 해야 한다. 또 탄 음식이나 가공된 햄, 소시지 같은 질산염이 많이 포함된 음식을 자제해야 한다. 

〈식도암 환자수칙〉

- 술과 담배는 끊는다.
- 검증되지 않은 건강식품은 멀리한다.
- 육류 등 고칼로리 음식 위주로 섭취한다.
- 수술 후에도 정기적으로 위내시경 검사를 받는다.
- 수술 직후에는 앉아서 음식을 먹는다.



〈식도암에서 식도 내시경〉

자료 제공: 국가 암 정보센터