



본 안내서에 대해

유방암에 걸렸거나, 걸릴 수 있다는 말을 들었을 때 받아들이기가 쉽지 않았으리라 생각합니다. 갑자기 많은 일들이 순식간에 일어나서, 질문도 많으실 것이라 예상합니다. 본 안내서는 이러한 상황에 계신 여러분과 가족, 친구들에게 도움을 드리고자 제작되었습니다.

정보와 지원

Cancer Council: 정보와 지원이 필요하시면, Cancer Council **13 11 20**번으로 전화해서 숙련된 의료 전문가와 상담하시거나, www.cancer.org.au를 방문하세요.

유방암에 대한 자세한 내용은 지역 Cancer Council의 웹사이트에서 Cancer Council의 Understanding Breast Cancer (유방암 이해하기) 소책자를 참조하세요.

Breast Cancer Network Australia: 유방암 및 환자 지원에 대한 자세한 정보는 www.bcna.org.au를 방문하세요.

McGrath 재단: 유방 전문 간호사를 찾으려면 www.mcgrathfoundation.com.au를 방문하세요.

Translating and Interpreting Service (번역 및 통역 서비스 TIS): 통역 서비스가 필요하시면, TIS 13 14 50번으로 전화하거나 www.tisnational.gov.au를 방문하세요.

초기 검사 및 의뢰

증상

때때로 유방암 환자에게는 증상이 나타나지 않습니다.

유방암은 때때로 50-74 세 여성의 정기 유방 검사 (유방조영술) 를 통해 발견됩니다.

유방암의 증상으로는 유방의 모양이나 크기의 변화, 새로운 멍울 또는 덩어리, 발적, 두꺼워지거나 움푹 들어간 피부, 사라지지 않는 비정상적인 유방 통증 또는 분비물, 발적 및 함몰유두 등이 있습니다.

일반의 (GP)가 덩어리가 있는지를 알아 보기 위해 겨드랑이를 살펴볼 것입니다.

초기 검사

신체 검진. 담당 GP가 유방과 주변 피부 모습, 느낌 및 모양 등을 확인합니다.

유방조영술. 유방 엑스레이의 한 형태. 각 유방을 두 개의 엑스레이 판 사이에 두고 눌러 사진을 찍습니다. 유방조영술은 느낌으로 감지할 수 없는 작은 변화까지도 영상으로 보여줍니다.

초음파 검사. 유방과 겨드랑이의 사진을 찍는 데 음파가 사용됩니다.

생검. 현미경으로 검사하기 위해 바늘을 사용하여 소량의 유방 조직을 채취합니다.

의뢰

담당 GP가 우려하는 사항이 있는 경우, 공립 병원이나 개인 병원의 유방암 전문의에게 의뢰하여 추가 검사를 받으실 수 있습니다. 유방암 전문의는 유방암에 대한 고도의 훈련을 받은 의사입니다.

유방 외과의는 www.breastsurganz.org에서 찾을 수 있습니다.



진료 시 가족이나 친구와 함께 가셔도 됩니다.



예상 기간

의뢰한지 **2주 이내**에 전문가와의 진료 예약이 이루어져야 합니다.

이 기간 내에 예약을 잡을 수 없는 경우는, GP를 만나 후속 조치를 취하십시오.



물고 싶은 질문

- 공립 병원 혹은 사립 병원을 선택할 수 있나요?
- 원하는 전문의를 선택할 수 있나요?
- 진료비는 얼마 정도 되나요?

진단 및 병기 판정

유방암에 걸렸거나 (진단을 받은 경우) 암이 의심되는 경우 전문의는 다음과 같은 검사를 실시할 수 있습니다. 이미 이러한 검사 중 하나 또는 일부를 받은 적이 있는 경우에도 전문가가 다시 검사할 수 있습니다.

한 가지 또는 여러 검사를 받을 수 있습니다:

유방조영술.

초음파 검사.

생검.

자기 공명 영상 (MRI). 강력한 자석과 전파를 사용하여 유방을 자세히 촬영하는 스캔으로, 일부 유방암 여성에게 유용할 수 있습니다.

병기 판정은 전문의가 신체 내 암이 정확히 어디에 있는지, 암이 자라고 있는지, 전이되었는지, 어떤 단계인지 확인하기 위해 더 많은 검사를 하는 것입니다. 대부분의 초기 유방암 환자에게는 일상적인 병기 판정을 권유하지 않습니다.



예상 기간

결과는 검사 후 **2주 이내**에 제공됩니다.



문고 싶은 질문

- 유방암이란 무엇입니까?
- 어떤 검사를 받게 되나요?
- 검사/진료 비용은 얼마인가요?
- 어디서 치료를 받아야 하나요? 나에게 선택권이 있습니까?
- 제 암은 지금 몇 기입니까?
- 어떤 지원 서비스를 이용할 수 있나요?
- 유방 관리 간호사를 어떻게 이용할 수 있습니까?

치료

유방암을 치료하는 방법에는 여러 가지가 있습니다. 담당 전문의가 치료 옵션에 대해 이야기할 것입니다.

여러 분야의 전문가들로 구성된 의료진에 의해 치료를 받게 되며, 최상의 결과를 얻으려면 두 가지 이상의 치료 유형이 필요할 수 있습니다. 담당 의료진이 환자 여러분 및 가족, 간병인과 협조하여 함께 치료 계획을 세울 것입니다.

한 가지 치료 또는 여러 가지 치료법이 병용될 수 있습니다:

수술로 암종을 제거합니다. 유방암 환자에게는 수술이 거의 항상 이루어집니다.

유방 보존 수술은 암과 그 주변의 작은 부분만 잘라내는 수술입니다. 광범위한 국소 절제술 또는 부분 유방 절제술로도 알려져 있습니다.

종양이 너무 작은 경우에는 수술 당일 또는 그 전에 방사선과에서 초음파 또는 유방 X 선 촬영을 통해 가이드 와이어나 기타 표지자를 유방에 삽입하여 외과의가 암 종양을 찾을 수 있도록 도와줍니다. 먼저 국소 마취제를 유방에 주사하므로 통증이 없습니다. 수술 전에 유방 X 선 촬영으로 검사하여 올바른 위치를 확인합니다.

유방 절제술은 유방을 완전히 제거하는 수술입니다. 일반적으로 유방 절제술을 할 때 재건 수술을 동시에 하거나 또는 나중에 선택할 수도 있습니다. 재건 수술은 외과의가 유방을 재건하는 수술입니다.

림프절 수술. 겨드랑이의 일부 림프절도 제거될 수 있습니다. 이를 감시 림프절 생검 또는 겨드랑이 림프절 광청술이라고 합니다. 이를 통해 암이 겨드랑이 림프절로 전이되었는지 확인하고 치료 결정에 도움이 됩니다.

항암 **화학요법**은 약물을 사용하여 암세포를 죽이고 암 성장을 막습니다. 수술 전이나 후에 할 수 있습니다.

표적 치료는 약물을 사용하여 암세포의 특정한 특징을 공격하여 암 성장을 막습니다.

내분비 요법은 일종의 호르몬 요법입니다. 신체가 특정 호르몬을 생성하는 것을 막거나 신체에서 호르몬이 작용하는 방식을 차단합니다. 종양의 크기를 줄이고 확산을 늦추는 데 도움이 됩니다. 호르몬 요법을 5년 동안 받을 수 있으며 때로는 더 오래 받을 수도 있습니다.

방사선 요법은 수술 후 유방 및/또는 액와 (겨드랑이)에 남아 있을 수 있는 모든 암세포를 엑스레이로 사멸하는 치료법입니다. 초기 유방암 환자의 경우 유방 보존 수술 후 방사선 치료를 대부분 권장합니다. 유방 절제술 후에도 방사선 치료가 권장되는 경우가 있습니다.

자세한 정보는 www.cancer.org.au/cancer-information/treatment를 방문하십시오.

보조 지원 (암 치료를 받는 동안 받을 수 있는 치료 또는 서비스)도 이용할 수 있습니다.



예상 기간

화학요법이 첫 번째 치료법이라면 치료 계획에 동의한 지 **4주 이내**에 시작해야 합니다.

수술이 첫 번째 치료법이라면 치료 계획에 동의한 지 **5주 이내**에 시작해야 합니다.



담당 GP에게 다른 전문의 의뢰를 요청하여 2차 소견을 받을 수 있습니다.

림프부종 위험

겨드랑이 및 사타구니와 같은 림프절 부위를 포함하는 일부 암 치료 (주로 수술)는 림프부종 (신체 부위 부종) 발생 위험을 증가시킬 수 있습니다. 이러한 위험에 대해 전문의와 상의하고 적절하게 관리되도록 준비해야 합니다.

임상 시험

여러분은 임상시험 참여를 제안받을 수 있습니다. 임상 시험은 새로운 치료법이 현재 치료법보다 안전하고 효과가 좋은지 여부를 확인하는 데 사용됩니다. 임상 시험의 꾸준한 노력으로 암 환자들이 더 높은 삶의 질로 더 오랫동안 삶을 영위하고 있습니다.

자세한 정보는 www.australiacancertrials.gov.au를 방문하세요.

보완 요법

사용 중이거나 사용을 원하는 보조 요법 (비타민과 같은 건강 보조 식품 포함)이 있는 경우에는 반드시 의료진과 상의하십시오. 비타민과 같이 일상적으로 사용하는 일반 약품은 치료에 적합하지 않을 수 있습니다.



묻고 싶은 질문

- 저에게 어떤 치료를 권유합니까?
- 치료를 받으려면 어디로 가야 하나요?
- 치료 비용은 얼마이며, 자가 부담금은 얼마나 됩니까?
- 어떤 활동/운동이 치료 중 및 치료 후 도움이 될까요?
- 일을 계속 할 수 있나요?
- 치료가 일상 생활에 어떤 영향을 미칠까요?
- 담당 의료진의 구성원은 누구이며, 저의 주요 연락 담당자는 누구인가요?
- 치료에는 어떤 부작용이 발생할 수 있습니까?
- 몸이 좋지 않거나 궁금한 점이 있으면 누구에게 연락해야 하나요?
- 치료가 제 가임 능력에 영향을 미칠까요?



비용에 대한 결정

여러분은 진료, 검사, 의약품, 숙박, 이동 또는 주차 등 일부 비용을 지불해야 할 수 있습니다.

담당 GP, 전문의 또는 사립 의료 보험 회사 (사립 보험이 있는 경우)와 상담하여 보장 범위와 자가 부담금에 대해 알아보세요.

비용이 염려되는 경우 의료진이나 사회복지사에게 다음 사항에 대해 상의하세요.

- 메디케어를 통한 벌크빌링 (bulk-bill) 진료 또는 공립 의료 체계를 통해 치료 받기
 - 치료 기간 중 숙박 지원
 - 치료비로 인한 예상되는 재정적 부담
- Cancer Council **13 11 20**번으로 전화해서 재정적 지원에 대해 의료 전문가와 상담하세요.

비용에 대한 자세한 내용은

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance 및 www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment를 방문하세요.

회복

암 치료로 인해 신체적, 정서적으로 변화를 경험할 수 있습니다.

후속 치료 계획

의료진은 여러분과 협조하여 담당 GP를 포함하는 후속 치료 계획을 세우게 될 것입니다. 그 계획에는 다음과 같은 사항들이 포함됩니다.

- 치료 후 주요 연락 담당자
- 정기 검진 빈도 및 필요한 검사
- 치료의 부작용에 대한 이해와 대처
- 암이 재발 혹은 악화되었다고 생각될 때 신속하게 도움받는 방법
- 미래의 유방암 재발 위험을 줄이는 방법.

많은 사람들이 암의 재발을 걱정합니다. 전문의와 의료진이 여러분의 필요 사항에 대해 상담하고 다른 의료 전문가 및 지역사회 지원 서비스에 여러분을 의뢰할 수 있습니다.

필요한 기타 정보:

- 주의해야 할 암 재발 징후 및 증상
- 치료의 후기 효과 및 추가로 진료를 받아야 하는 전문의
- 빠른 회복과 건강 유지를 위해 건강한 생활 습관 선택 방법.

자세한 정보는 www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment를 방문하세요.



묻고 싶은 질문

- 몸이 안 좋아지는 경우 누구에게 연락해야 하나요?
- 건강을 유지하려면 어떻게 해야 하나요?
- 어디에서 추가 도움을 받을 수 있나요?

진행성 암과 함께 생활하는 방법

암이 재발하면

치료 후 간혹 암이 재발하는 경우가 있습니다. 같은 부위에 다시 나타나거나 신체의 다른 부위에 나타날 수 있습니다.

암이 재발하면 처음 치료를 받은 전문의나 병원 또는 다른 전문의에게 의뢰될 수 있습니다.

치료 방법은 암이 얼마나 퍼졌는지, 얼마나 빠르게 성장할 수 있는지, 어떤 증상을 겪고 있는지에 따라 달라집니다.



묻고 싶은 질문

- 어디에 암이 있으며 얼마나 진행되었습니까?
- 치료 옵션은 무엇입니까?
- 각 치료 방법에 따른 치유 가능성은 어느 정도입니까?
- 참여가 가능한 임상 시험이 있습니까?
- 어디에서 지원을 받을 수 있나요?

사전 의료 계획 (Advance care planning)

담당 GP 또는 의료진이 환자 여러분, 가족 및 간병인과 함께 향후 치료 및 의료적 필요에 대해 상담할 수 있습니다.

사전 의료 의향서 (Advance care directive)

'생전에 작성하는 유언장 (a living will)'이라고도 하는 사전 의료 의향서는 스스로 결정을 내리지 못 하는 경우를 대비하여 원하거나 원하지 않는 치료에 대해 가족 및 의료진에게 본인의 의사를 알리는 법적 구속력을 가진 문서입니다. 자세한 내용은 www.advancecareplanning.org.au를 방문하세요.

완화 치료 (Palliative care)

전문의가 완화 치료 서비스를 의뢰할 수 있지만, 그렇다고 해서 반드시 임종 치료를 의미하는 것은 아닙니다. 요즘은 암에 걸렸거나 암이 재발하는 경우 훨씬 일찍 완화 치료 서비스를 선택할 수 있습니다. 완화 치료는 통증 및 증상 관리를 통해 삶의 질을 가능한 높이는 데 중점을 둡니다. 이러한 치료는 집, 병원 또는 여러분이 원하는 장소에서 받을 수 있습니다.

담당 GP 또는 전문의와 상담하거나,

www.palliativecare.org.au를 방문하세요.

치료 결정 내리기

치료를 전혀 받지 않거나 통증과 불편함을 줄이기 위해 일부 치료만 받기로 결정할 수도 있습니다. 여러분의 의사 결정에 대해 의료진, GP, 가족 및 간병인과 상의해 보세요. 자세한 정보는 www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment를 방문하세요.



묻고 싶은 질문

- 어떻게 하면 증상을 완화시킬 수 있습니까?
- 가족이나 친구가 집에서 나를 돌볼 경우 어떤 추가 지원을 받을 수 있습니까?
- 저에게 일어난 일에 대해 가족과 대화하도록 도와주실 수 있나요?
- 가족이나 간병인이 이용할 수 있는 지원 서비스에는 어떤 것들이 있습니까?
- 지역사회 지원 서비스를 이용할 수 있도록 의뢰 될 수 있습니까?

면책조항: 건강과 관련된 문제는 항상 의사와 상의하세요. 본 안내서는 일반적인 안내를 목적으로 하며, 전문적인 의료, 법률, 재정 자문을 대체하지 않습니다. 암에 대한 정보는 의학 및 연구 단체에 의해 지속적으로 업데이트되고 수정됩니다. 이 안내서 발행 당시 정보의 정확성을 보장하기 위해 필요한 모든 주의를 기울이고 있지만, Cancer Council Australia 및 협회 회원은 상기 제공된 정보의 사용 또는 의존으로 인해 발생하는 부상, 손실 또는 손상에 대한 모든 책임을 배제합니다.

2021년 9월 발행.

본 자료는 www.cancer.org.au/OCP에서 제공하는 유방암 환자를 위한 최적의 치료 경로 (제2판) (the optimal care pathway for people with breast cancer (2nd edition))의 정보를 기반으로 합니다.