



# 월간 동행 09호

암 진단과 치료라는 긴 여정 속에서 생기는 궁금증과 고민, 말로 표현하기 어려운 마음까지  
현장에서 여러분과 함께하는 의료진의 경험과 진심을 담았습니다.  
매월 한 가지 주제를 깊이 있게 다루어 여러분의 치료 여정에  
실질적인 도움이 되는 든든한 안내서가 되도록 노력하겠습니다.



☰ 전문의가 직접 알려드립니다



## 호흡기내과에서 진료하는 대표적 질환

호흡기내과 조진훈 과장

평소 길을 걷다 문득 숨이 차거나, 멈추지 않는 기침 때문에 불편했던 적이 있으신가요?

우리는 흔히 이를 컨디션 난조나 나이 탓으로 가볍게 넘기곤 합니다.

하지만 우리가 매일 무심코 들이마시고 내뿜는 이 '숨'에는 생각보다 많은 건강의 신호가 담겨 있습니다.

오늘은 우리 몸의 소중한 '숨길'인 폐에 관련된 질환에 대해 말씀드리고자 합니다.

## Contents

- 만성폐쇄성폐질환(COPD)     결핵
- 천식     폐암



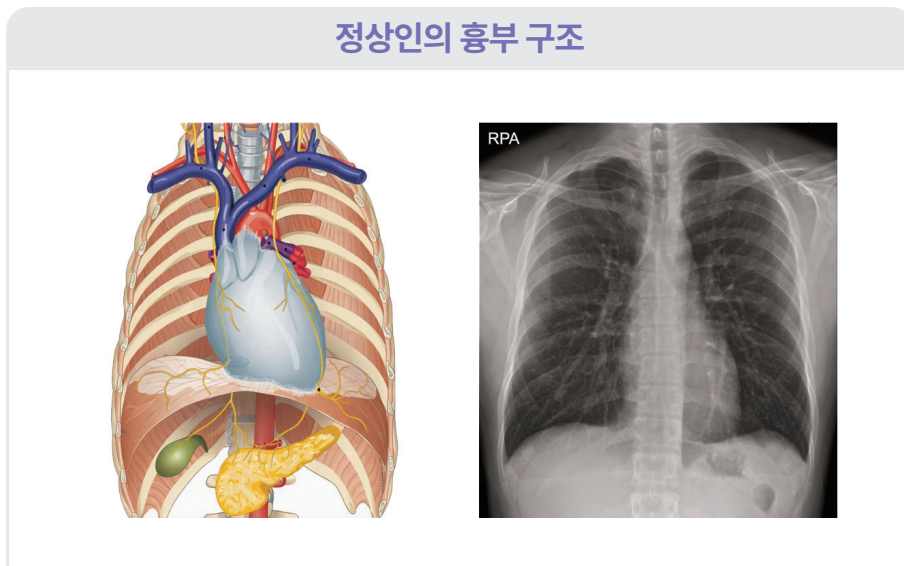
※ 지금 읽고 계시는 내용은  
유튜브 영상으로도  
보실 수 있습니다.

▶ 영상보기

# 만성폐쇄성질환(COPD)

흔히 담배로 인해 생기는 병으로 알려진 '**만성폐쇄성폐질환(COPD)**'은 호흡에 걸리는 시간과 깊은 관련이 있습니다. 이 질환의 핵심은 공기를 들여마실 때는 어려움이 없으나, 밖으로 내뿜는 길은 좁아져 있어 정상인보다는 더욱 긴 시간이 걸린다는 것입니다.

정상적인 폐를 가진 사람은 보통 4~5초 내에 숨을 다 내뿜습니다. 하지만, 만성폐쇄성폐질환 환자는 폐 조직이 파괴되어 공기를 내보내는 데 10초 이상의 긴 시간이 걸립니다. 만약 한 번 숨을 내뿜는 데 10초가 걸린다면, 1분 동안 숨을 쉴 수 있는 횟수는 고작 6번에 불과합니다. 정상인이 분당 10~15회 호흡하는 것에 비하면 턱없이 부족한 호흡 횟수입니다. 이렇게 공기를 충분히 내뿜지 못하면 새로운 공기가 들어올 자리가 부족해지기 때문에 경사 오르기, 머리 감기, 집안 청소와 같은 가벼운 일상 활동에도 숨이 차게 됩니다.



특히, 폐기종(Emphysema) 양상을 보이는 환자의 경우에는 마치 스펀지내부를 손가락으로 뜯어낸 것처럼 폐에 구멍이 송송 뚫린 상태와 같게 됩니다. 이러한 질환의 악화를 막는 최선의 방법은 약이 아닌 '**금연**'입니다. 지금이라도 담배를 끊으시면, 앞으로 열 개 드셔야 할 약을 세 개로 줄일 수 있습니다. 이미 손상된 조직을 완전히 되돌릴 수는 없지만, 금연만이 나빠지는 속도를 늦출 수 있는 유일한 길이기 때문입니다.

## ○ 어떻게 치료할까요?

좁아진 기도를 넓혀 주는 지속성 기관지확장제가 포함된 복합흡입제가 주된 치료약제입니다.



만성폐쇄성 폐질환으로 진단되면 폐기능 검사결과와 증상의 악화빈도, 영상결과, 혈액검사 결과를 고려하여 처방하게 됩니다. 지속성 항콜린제/지속성 베타2 항진제의 흡입제형태 약물을 우선하게 되는데, 이들은 기도의 평활근에 작용하여 좁아진 기도를 이완시켜줍니다.

치료 중 잦은 급성악화를 보이거나, 천식의 특징을 동반하는 경우, 말초혈액 호산구가 증가되어 있는 환자에게는 흡입성스테로이드를 같이 사용하도록 합니다. 잦은 악화를 보이거나 천식의 특징이 없는 경우에는 포스포디에스테라제-4 (로플루밀라스트)를 경구로 복용하게 합니다.

## ☒ 만성폐쇄성 폐질환 환자의 백신접종

만성폐쇄성폐질환(COPD) 환자는 폐 기능 저하로 감염 시 중증 합병증 및 사망 위험이 매우 높아 백신 접종이 필수입니다. 독감(인플루엔자) 백신은 매년, 폐렴구균 백신은 65세 전후로 주치의와 상담하여 접종해야 하며, 코로나19 백신도 권장됩니다.

### 필수 예방접종 항목

- 1) 독감(인플루엔자) 백신 : 매년 1회 접종(가을철 권장)하여 하기도 감염과 사망을 감소시킵니다.
- 2) 폐렴구균 백신 : 폐렴 발생을 감소시키기 위해 필수입니다.
  - 65세 미만 : 고위험군으로, 23가 다당질 백신(PPSV23) 접종 권장.
  - 65세 이상 : 13가 단백결합 백신(PCV13) 또는 15가/20가 백신 후, 23가 다당질 백신(PPSV23)을 일정 간격(8주~1년)이후에 접종하는 것이 권장됩니다.
- 3) 코로나19 백신 : 호흡기 감염 취약자이므로 접종이 중요합니다.

### 접종 시 주의사항

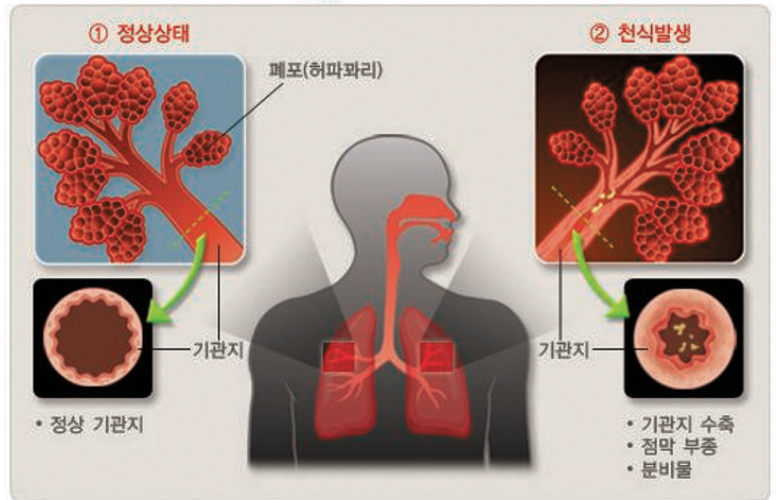
- 1) 급성 악화기 피하기 : 증상이 심한 시기에는 치료 후 안정을 찾았을 때 접종합니다.
- 2) 주치의 상담 : 현재 폐 기능 상태와 이전 접종 이력에 따라 백신 종류와 시기가 달라질 수 있으므로 반드시 전문의와 상담하십시오.

### 예방접종의 효과

- 1) 합병증 예방 : 독감 및 폐렴으로 인한 사망률을 낮추고, 급성 악화(호흡곤란 심화) 빈도를 감소시킵니다.
- 2) 입원을 감소 : 호흡기 감염으로 인한 병원 입원 위험을 줄입니다.

# 천식

천식은 '가변성'이라는 특징을 가진 질환입니다. 쉽게 말해 기도가 변덕스럽게 반응하는 병입니다. 평소에는 정상적으로 생활하다가도 찬 공기, 먼지, 꽃가루 같은 자극을 받으면 갑자기 기도가 좁아지며 숨이 차게 됩니다. 반대로 약을 사용하면 다시 정상으로 회복되기도 합니다.

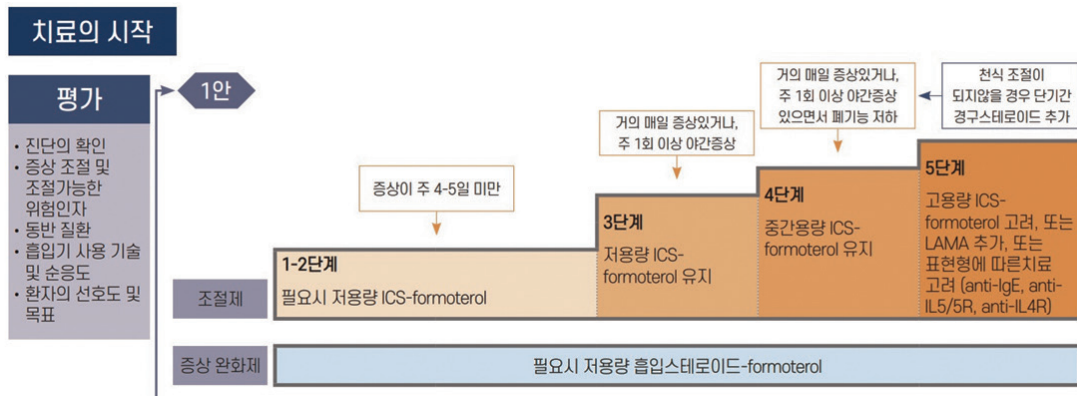


※ 출처 : 보건복지부, 대한의학회

이러한 특성 때문에 천식은 한 번의 검사만으로 진단하기 어려운 경우가 많습니다. 상태가 좋은 날 검사하면 정상으로 나올 수도 있기 때문입니다. 따라서 반복적인 검사를 통해 기도의 변화를 확인하는 과정이 필요합니다.

## 어떻게 치료할까요?

기도를 확장시켜주며 동시에 기관지 염증반응을 제어하기 위해 흡입용 베타2항진제와 스테로이드 복합제(심비코트) 사용하게 됩니다. 살부타몰 성분의 속효성 기관지 확장제(벤토린)도 처방하게 되는데 갑작스러운 호흡곤란이 유발되는 경우에는 이 약물을 흡입합니다. 경우에 따라 먹는 경구약 및 주사 약제를 처방할 때도 있습니다.

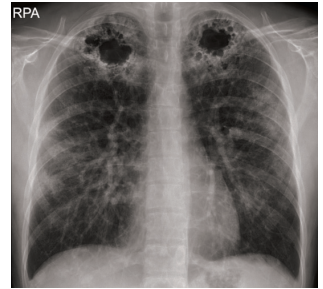


<천식조절평가(GINA 2021)>

천식증상조절	천식 증상 조절 정도		
	조절 천식	일부 조절 천식	조절되지 않는 천식
지난 4주 간의 증상			
- 일주일간 3회 이상의 주간천식 증상	있음 □	없음 □	
- 천식으로 인한 야간수면방해	있음 □	없음 □	
- 일주일에 3회 이상 SABA 증상완화제 사용	있음 □	없음 □	
- 천식으로 인한 활동 제한	있음 □	없음 □	
	4항목 모두 없음	1-2 항목 있음	3-4 항목 있음

# 폐결핵

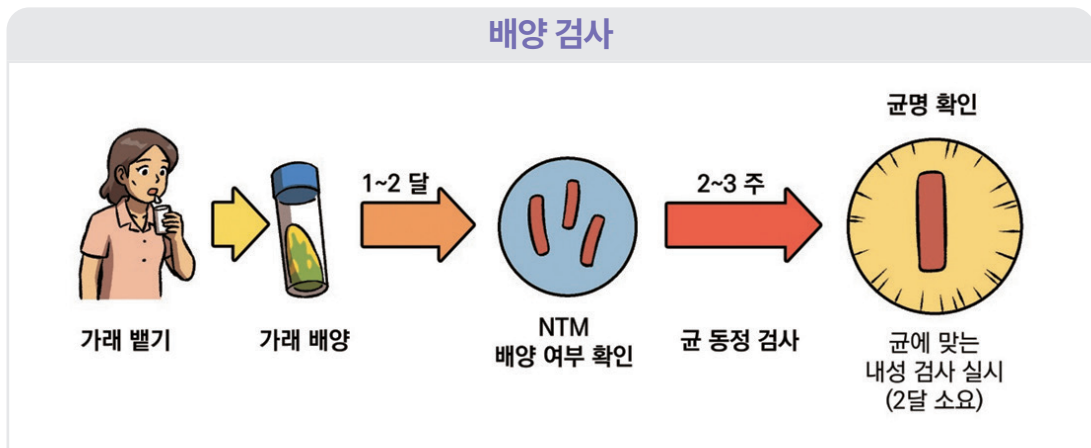
폐결핵은 균에 의해 발생하는 감염병입니다. 결핵균은 호흡을 통해 폐에 자리를 잡아 염증을 일으키고 심한 경우 구멍(공동)을 만들기도 합니다.



과거에는 불치병으로 여겨질 만큼 치료가 어려웠지만, 현재는 높은 완치율을 보이고 있습니다. 그러나 결핵의 형태가 매우 다양해 진단에는 여전히 어려움이 있습니다.

일반적인 현미경 검사(도말 검사)는 24시간 내에 결과를 알 수 있지만, 배양 검사 및 감수성 검사 즉, 결핵균을 키워 확인하는데는 무려 8주라는 시간이 필요합니다.

지금은 x-pert라는 유전자증폭검사를 통해 결핵균의 유무를 일주일 안에 알 수 있게 되었지만, 여전히 최종확진까지는 배양결과를 확인해야 되기에 긴 기다림이 필요할 때가 많습니다.



## ⊙ 어떻게 치료할까요?

결핵치료는 여러가지 약제를 함께 복용해야 하는 경우가 대부분이라 알약 수가 많고 부작용의 빈도가 잦습니다.

또한 6개월 이상 장기간 경구약제를 복용하기 때문에 주치의와 복용법, 부작용, 대처 방법 등을 의논하여야 하겠습니다.

# 폐암

폐암은 초기에는 특별한 증상이 없어 건강검진에서 우연히 발견되는 경우가 많습니다.

많은 분들이 엑스레이만으로 폐 질환을 모두 발견할 수 있다고 생각하지만, 실제로는 그렇지 않습니다. 폐암이 심장 뒤쪽처럼 가려진 위치에 있으면 발견되지 않을 수도 있습니다.

따라서 증상이 없더라도 정밀한 CT 촬영이 필요한 경우가 생깁니다. 증상이 나타난 뒤에는 이미 병이 상당 부분 진행된 경우가 많기에, 보이지 않는 곳까지 살피는 정기적인 검진이야말로 폐 건강을 지키는 가장 확실한 방패입니다.

폐암은 조직검사결과에 따라 치료 전략이 달라 집니다.

**소세포암** ▶ 악성도가 매우 높아 발견 시 이미 수술보다는 다른 치료를 우선 고려해야 하는 경우가 많음

**비소세포암** ▶ 흔히 듣는 '선암'이나 '편평상피세포암' 등이 여기에 해당함

[ 폐암(C34)의 조직학적 형태에 따른 발생 빈도, 2023년 폐암 발생 건수 전체 ]

조직학적 형태 Histological group	발생건수 cases	%
<b>1. 암종 (Carcinoma)</b>	29,912	90.9
1.1 편평상피세포암 (squamous-cell carcinoma)	6,249	19.0
1.2 선암 (adenocarcinoma)	17,394	52.8
1.3 소세포암 (small-cell carcinoma)	3,261	9.9
1.4 대세포암 (large-cell carcinoma)	439	1.3
1.5 기타 명시된 암 (other specified carcinomas)	2,569	7.8
<b>2. 육종 (Sarcoma)</b>	54	0.2
<b>3. 기타 명시된 악성 신생물 (Other specified malignant neoplasm)</b>	28	0.1
<b>4. 상세 불명의 악성 신생물 (Unspecified malignant neoplasm)*</b>	2,930	8.9
총 계	32,924	100.0

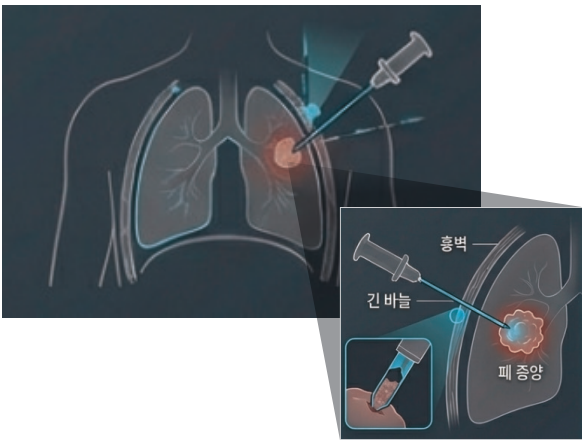
조직 검사 외에 흉부 및 복부 조영증강CT, PET-CT(양전자방출단층촬영검사), 뇌 MRI, 전신 뼈스캔과 혈액검사를 시행하여 현재 질환의 진행 정도를 평가하고 수술, 방사선치료, 항암치료를 어떻게 적용할지 계획을 수립하게 됩니다.

## ○ 조직 검사는 어떻게 하나요?

정확한 이름표를 붙여야만 최선의 치료를 시작할 수 있기에, 조직 검사는 힘들고 고통스럽더라도 꼭 거쳐야 하는 과정입니다.

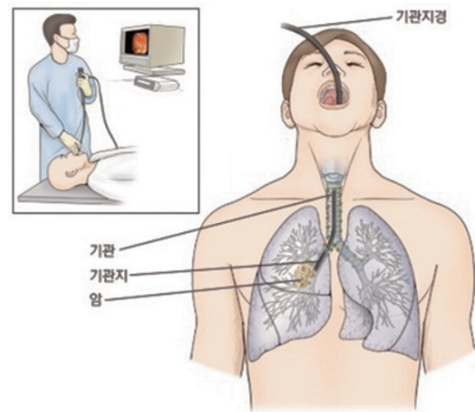
### 가슴 밖에서 바늘로 찌르기

흉부 CT의 도움을 받아 정확한 위치에 긴 바늘을 넣어 조직을 얻습니다. 폐는 풍선과 같아서 바늘을 찌르면 바람이 세어 쪼그라들거나(기흉), 주위 혈관이 손상되어 가래에 피(객혈)가 함께 나오기도 합니다.



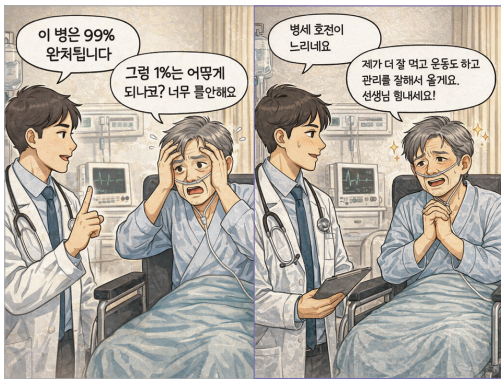
### 기관지 내시경

수면을 유도하여 안정된 상태에서 기도로 관을 넣어 암덩어리를 직접 보며 집게로 뜯어냅니다. 보이지 않는 깊은 곳은 엑스레이의 도움을 받아 검사하기도 합니다.



## 마지막으로 꼭 드리고 싶은 당부의 말씀입니다.

의사는 환자분을 위해 다양한 검사 결과를 바탕으로 깊이 고민한 뒤 치료 방향을 제시합니다. 그 과정에서 빠르고 단호하게 설명드리는 경우가 많습니다.



한번에 받아들이기 어려울 수 있습니다. 그럴 때는 '조금 더 생각해 볼 시간을 주십시오. 지금 당장은 받아 들이기 힘듭니다!' 라고 말씀해 주시면 의료진은 치료를 거부하는 것이 아닌 환자 자신의 상태를 충분히 이해하고 준비하겠다는 뜻으로 받아들이겠습니다.

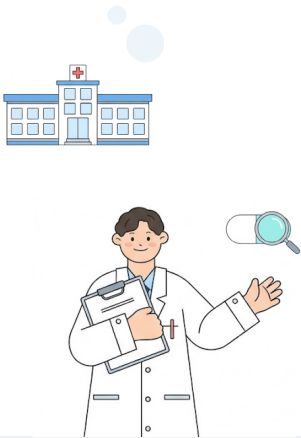
적절한 치료 시기를 놓칠 정도의 긴 시간이 아니라면 의료진과 환자와의 신뢰가 생길 때까지 기다릴 수 있습니다.

이러한 신뢰는 완치를 위한 여정에 환자분과 의료진에 큰 힘이 될 것입니다.

## ○ 폐질환에 관한 정보가 궁금하신가요?

대한결핵 및 호흡기학회 홈페이지(<https://new.lungkorea.org/kr>)에 방문하시면, 일반인 홈페이지에서 호흡기 주요질환과 호흡기 증상에 따른 설명을 찾아보실 수 있습니다.

☞ 대한결핵 및 호흡기학회 <https://new.lungkorea.org/kr>



월간동행 9호를 끝까지 읽어주셔서 감사합니다.

아래 퀴즈의 정답을 맞으신 분 중 추첨을 통해 작은 선물을 보내드립니다.

참여방법 : 답을 고르신 후 성함과 연락처를 작성하셔서 **로비에 있는 빨간 우체통에 넣어주세요!**



## QUIZ

흡연이 주요 원인이며 기도가 좁아져 숨을 내쉬는데 긴 시간이 걸리게 되는 이 병은 무엇일까요?

- ① 만성폐쇄성폐질환    ② 천식    ③ 폐결핵    ④ 폐암

성함

연락처

본 퀴즈에 응모하신 분들은 개인정보 수집 · 이용에 동의하신 것으로 간주됩니다.

※ 수집된 개인정보는 경품 발송 및 당첨자 안내 등의 목적 외에는 사용되지 않으며, 이벤트 종료 후 즉시 파기됩니다.