

안녕하세요, 프로카젠 전립선암 정보센터에서 지난 1달간 전립선암과 관련한 주요 소식과 다양한 건강 이야기를 담아 45호 소식지를 전합니다.

이상기온으로 인해 예년보다 날이 어긋게 따듯해져 개나리와 벚꽃이 함께 핀 예쁜 풍경을 볼 수 있었습니다. 알록달록 색깔도 다양하고 아름다운 봄꽃처럼 수만가지의 행복이 찾아가는 4월을 보내시길 바랍니다.:-)

프로그램 정보

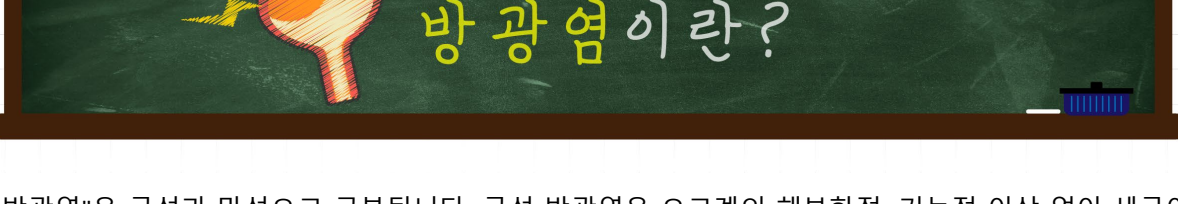
암경험자 관련 프로그램

- [암환자 사회복귀 지원 프로그램 - 서양 매듭공방 참가자 모집\(국립암센터\)](#)
- [4월 6일 암환자의 영양관리\(국립암센터\)](#)
- [4월 13일 나를 돌보는 글쓰기\(국립암센터\)](#)

4월의 다른 교육 보러가기

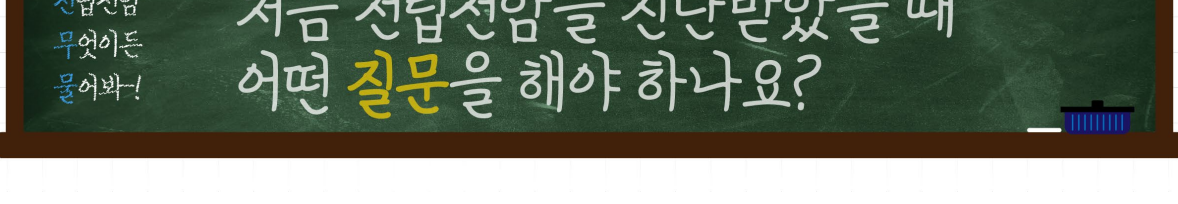
건강 정보

남성 질환 건강 상식



"방광염"은 급성과 만성으로 구분됩니다. 급성 방광염은 요로계의 해부학적, 기능적 이상 없이 세균이 침입하여 발생한 감염으로 인해 염증이 방광 내에 국한되어 나타나고 다른 장기에는 염증이 없습니다. 주로 세균 자체의 독성, 개개인의 세균에 대한 저항력, 요로계의 해부학적 및 기능적 상태에 따라 발생하며, 원인균은 80% 이상이 대장균입니다. 빈뇨(하루 8회 이상 소변을 보는 증상), 요절박(강하고 갑작스런 요의를 느끼면서 소변이 마려우면 참을 수 없는 증상), 배뇨 시 통증, 배뇨 후에도 덜 본 것 같은 느낌 등과 같은 방광 자극 증상이 특징적으로 나타납니다. 경우에 따라, 하부 허리 통증 및 치골 상부(성기 위쪽의 돌출된 부분) 통증이 발생할 수 있고 혈뇨와 악취가 나는 혼탁뇨가 동반됩니다. 방광염은 발열이나 오한 등의 전신 증상이 나타나지 않는 것이 특징입니다. 만성 방광염은 통상적으로 1년에 3회 이상 방광염이 발생하는 경우를 말하며, 지속적인 또는 완치되지 않은 방광염을 의미합니다. 원인균은 급성 방광염의 원인균과 동일한 경우가 많으며, 무증상의 경우를 포함하여 다양한 증상이 나타나는데, 대개 급성 방광염의 증상이 약하게 나타나거나 간헐적으로 발생합니다.

전립선암, 무엇이든 물어봐!



처음 암 진단을 받으면 궁금하게 많이 생각합니다. 그러나 모든 궁금증을 해결하기엔 진료시간은 너무 짧아 충분한 대화를 나누기 녹록치 않으므로, 미리 필요한 질문사항을 메모해 두는 것이 좋습니다. 그렇다면 꼭 물어봐야하는 질문들은 어떤 것이 있을까요.

- 👉 **진단 시 꼭 해야 하는 질문**
 1. 전립선암 등급이 무엇인가요?
 2. 다른 부위로 전이가 됐나요?(전이가 안됐다면, 전이 가능성이 있나요?)
- 👉 **검사 관련해서 꼭 해야 하는 질문**
 1. 추가로 받아야하는 검사가 있나요?
 2. 그 검사를 통해 어떤 걸 알 수 있나요?
- 👉 **치료 방법에 관해 꼭 해야 하는 질문**
 1. 적극적 관찰을 해도 무방한가요?
 2. 어떤 치료방법이 있나요?
 3. 그 중 저에게 가장 알맞는 치료방법은 어떤 것인가요?
 4. 치료는 언제부터 시작하며, 그 기간은 얼마나 걸리나요?
 5. 치료에 부작용은 어떤게 있나요?(발기부전, 실금, 생식 기능 등)
 6. 다른 치료 방법을 선택하면 부작용 위험성이 달라지나요?

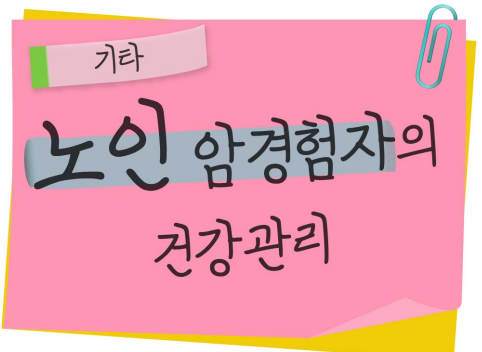
좋은 답변을 얻었다더라도 여러분이 이해하지 못한다면 의미가 없습니다. 인터넷 검색을 통해 전립선암에 대한 기초적인 지식을 습득한 뒤에 위의 질문을 한다면 담당 선생님의 설명을 보다 쉽게 이해할 수 있을 것입니다. 전립선암 정보센터에서도 [전립선암의 기본 지식에 대한 많은 글](#)이 있으니 이를 참고하시면 도움이 될 것입니다.

참고: 전립선암 정보센터 <https://www.yna.co.kr/view/AKR20220617111400017>

평소 전립선암과 관련하여 궁금한 점이 있었다면 아래 링크를 통해 질문을 해주시면, 다음 소식지 발송 때 참고하도록 하겠습니다.

질문하기

암 치료후, 건강관리 이야기

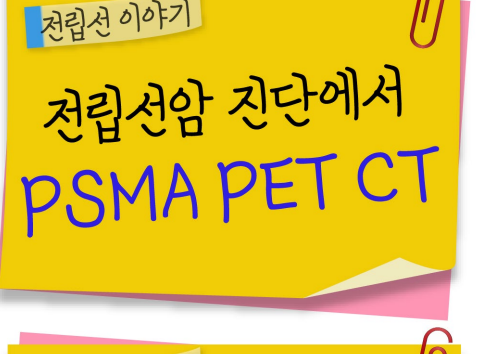


노인 암경험자의 건강관리
암의 발생 위험은 나이가 들수록 증가하기 때문에 암 환자의 상당수는 노인입니다. 의학의 발달로 암경험자가 많아진 지금, 노인 암경험자는 일반 암경험자와 어떤 차이가 있을까요. 이번 시간에는 노인 암 경험자의 특징, 운동가이드, 식생활 가이드를 이야기합니다... [더보기](#)

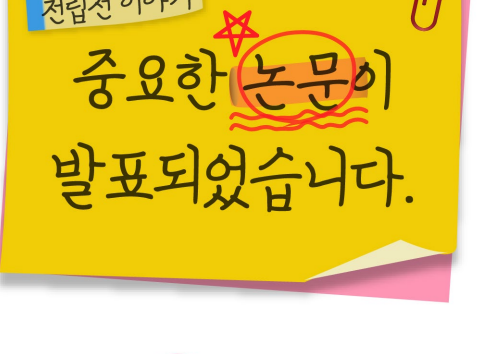
이전 암 치료후, 건강관리 이야기

- [암 치료 후, 건강관리 46번째 이야기 "암경험자의 예방접종"](#)
- [암 치료 후, 건강관리 45번째 이야기 "암경험자가 해야 하는 3가지 운동"](#)
- [암 치료후, 건강관리 44번째 이야기 "운동 시, 암 치료 시기별로 고려해야 할 것들"](#)

박문수 원장님의 전립선 이야기



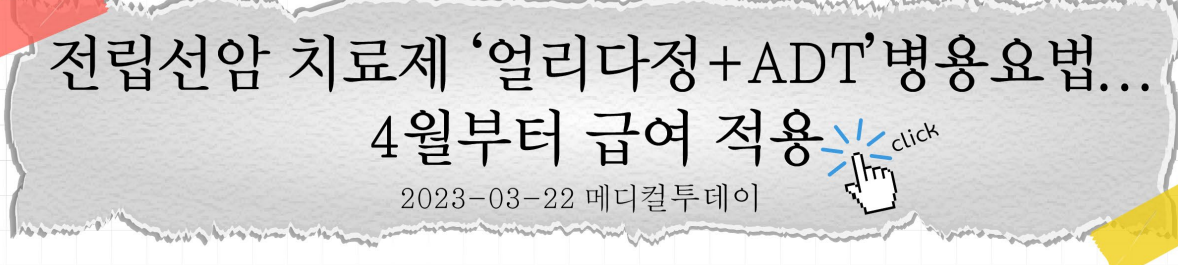
전립선암을 알리자
전립선암은 연령에 비례해서 증가하는 대표적인 암입니다... 4명중 1명꼴로 전립선암 발견된다고 합니다. 그럼에도 불구하고 전립선 진단을 안 받으셔서 전이암으로 진단되시는 분들이 많... 전립선암은 가장 유전성이 높은 암입니다. 형제나 친척 중에 ... [더보기](#)



중요한 논문이 발표되었습니다.
전립선암은 초기에는 적극적 관찰을 하는 경우가 있습니다. 이때 많은 환자들이 "정말 괜찮은지" 불안해합니다. 이런 불안감을 해소시켜줄 논문을 소개드립니다. 적극적 관찰 치료를 받은 환자 중 24%가 15년간 아무런 치료를 받지 않았다는 내용이 ... [더보기](#)

최신 뉴스 정보

전립선 관련 HOT ISSUE



- [린파자, 유방암·전립선암 1차 치료 승인...보조부터 병용요법까지\(2023.02.27 청년의사\)](#)
- ["제아무리 착한 전립선암이라도 위험할 땐..." \(2023.03.13 헬스조선\)](#)
- [전립선암 치료하나마나? 15년 관찰했더니 생존율 차이가...\(2023.03.13 헬스조선\)](#)
- [메시도 즐기는 '이 식단'... 전립선암 예방에도 좋다 \(203.03.13 동아일보\)](#)
- [전립선암에 대한 새로운 병학 요법의 3상 임상시험 결과 발표 \(2023.03.22 메디컬투데이\)](#)

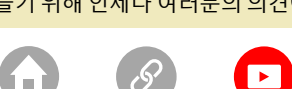
일상 속 암 예방 관련 뉴스

- 👉 **식단 관련 최신기사**
 - ['맛없는' 브로콜리 오래 먹었더니, 암 억제 효과가? \(2023.03.20 코메디닷컴\)](#)
 - [암, 당뇨 예방... 현미·콩 등에 많은 저항성 녹말 효능\(연구\) \(2023.03.14 코메디닷컴\)](#)
- 👉 **운동 관련 최신기사**
 - [달리기로 건강 챙기려면 꼭 알아야 할 5가지 \(2023.03.08 중앙일보\)](#)
- 👉 **수면 관련 최신기사**
 - [어떤 수면자세가 가장 좋을까? \(2023.03.14 코메디닷컴\)](#)
- 👉 **스트레스 관련 최신기사**
 - [스트레스 줄이고 활기 찾는 방법 8 \(2023.03.01 코메디닷컴\)](#)
- 👉 **기타 최신기사**
 - ['암' 궁금증 5가지. 국립암센터 원장이 답했다 \(2023.03.15 헬스조선\)](#)
 - [1군 발암요인은 120종... 암 예방 지름길은 □□, □□ \(2023.03.17 매경헬스\)](#)

아직 전립선암 정보센터의 뉴스레터를 구독하지 않았다면 아래 구독하기 버튼을 눌러주세요.

소식지 구독하기

유용한 정보를 얻으셨나요? 만약 뉴스레터 담당자에게 전달하고 싶은 의견이 있다면 [여기](#)를 눌러주세요. 보다 나은 뉴스레터를 만들기 위해 언제나 여러분의 의견에 귀를 기울어겠습니다 🍷



(주)프로카젠

procagen1@procagen.com

경기도 성남시 분당구 정자동로 156번길 11 세명타워 501-2호