

아프기 전에 받는 ‘정기검진’이 최선의 예방



김 동 구
한국건강관리협회
광주전남지부 원장

암

아침저녁으로 선선한 바람이 불며 건강관리
에 다시 관심을 갖게 되는 시기다.

무더운 여름을 지나 일상으로 돌아오는 시기
인 만큼 그동안 미뤄두었던 건강검진을 점검하
기에도 좋은 때다.

많은 사람이 건강검진을 미루는 이유 중 하나
는 ‘특별히 아픈 곳이 없기 때문’이다. 하지만 암
은 초기에는 뚜렷한 증상이 나타나지 않는 경우
가 많아 증상이 생긴 뒤 검사를 받기보다 건강
할 때 정기적으로 검진을 받는 것이 중요하다.

연령·위험요인별 대상·검진 시기 확인 필수

금연·균형 식단 등 올바른 생활습관 병행

가족력 있다면 세심한 관리와 정기 검사 권장

초기 암은 일상생활에 큰 불편을 주지 않거나
피로감, 소화불량, 체중 변화 등 흔한 증상으로
나타날 수 있어 대수롭지 않게 지나치기 쉽다.
따라서 ‘아프지 않으니 괜찮다’고 생각하기보
다 정기적인 검진을 통해 자신의 건강 상태를
확인하는 습관이 필요하다.

◇국가암검진, 대상과 시기를 확인해야

우리나라는 암을 조기에 발견하고 치료율을
높이기 위해 국가암검진사업을 시행하고 있다.
현재 위암, 대장암, 간암, 폐암, 유방암, 자궁경
부암을 대상으로 하며, 암종별로 대상 연령과
검진 주기가 다르다.

국가암검진은 연령과 성별, 위험요인 등에 따
라 대상과 검진 방법이 달라질 수 있으므로 본

인에게 해당하는 검진 항목과 시기를 확인하는
것이 중요하다.

특히 건강에 특별한 이상이 없더라도 검진 대
상이라면 정해진 시기에 검진을 받고, 이상 소
견이 발견된 경우에는 의료진의 안내에 따라 추
가 검사나 추적관찰을 받아야 한다.

정기적인 건강검진은 단순히 질환을 찾는 것
을 넘어 현재의 건강 상태를 확인하고 질병의
위험요인을 미리 관리할 수 있다는 점에서 중요
한 예방적 건강관리 방법이다.

◇암 예방의 기본은 건강한 생활습관

정기검진과 함께 평소 생활습관을 관리하는
것도 중요하다. 암 발생 위험을 높일 수 있는 요
인 가운데 일부는 생활습관 개선을 통해 관리할
수 있기 때문이다.

가장 먼저 실천해야 할 것은 금연이다. 흡연
은 폐암을 비롯한 여러 암의 주요 위험요인으로
알려져 있으며, 간접흡연 역시 주의가 필요하
다.

균형 잡힌 식사와 규칙적인 신체활동도 중요

하다. 채소와 과일, 통곡물 등 다양한 식품을 골
고루 섭취하고 지나치게 짜거나 가공된 음식의
섭취는 줄이는 것이 좋다. 적정 체중을 유지하
고 꾸준한 운동하며 과도한 음주를 피하는 것도
건강관리에 도움이 된다.

한 가지 생활습관만으로 암을 완전히 예방할
수는 없지만, 건강한 생활습관을 꾸준히 실천하
는 것은 암 발생 위험을 낮추고 전반적인 건강
을 유지하는 데 도움이 된다.

◇가족력이 있다면 더욱 세심하게

가족 중 암 환자가 있었다면 자신의 건강관리
에 더욱 관심을 기울일 필요가 있다.

특히 부모나 형제자매 등 가까운 가족에게 특
정 암의 병력이 있거나 비교적 젊은 나이에 암
이 발생한 경우에는 가족력을 정확히 파악하고
검진 계획을 세우는 것이 좋다.

다만 가족력이 없다고 해서 암 발생 위험이 없
는 것은 아니다. 따라서 가족력 여부와 관계없이
자신의 연령과 건강 상태에 맞는 정기검진을 꾸
준히 받는 것이 중요하다. /정리=임채만 기자

양홍열 화순전남대병원 교수

‘LG화학 미래의학자상’ 수상

슬관절 질환 AI 기반 정밀의료 연구 성과

화순전남대학교병원
정형외과 양홍열 교수가 제
18회 LG화학 미래의학자상
수상으로 선정됐다고 6일
밝혔다.

전남대병원에서는 지난 20
23년 순환기내과 이승현 교수가 수상한 데 이
어, 화순전남대병원에서는 양홍열 교수가 처음
으로 수상자로 선정됐다.

LG화학 미래의학자상은 청년의사가 주관하
고 LG화학이 후원하는 학술상으로, 한국 의학
의 미래를 이끌고 세계 의학의 선두주자로 성장
할 젊은 연구자들을 격려하기 위해 2009년 제정
됐다.

수상자 선정은 임상강사 재직 기간 동안 국내
외 SCI급 학술지에 발표한 제1저자 논문을 중
심으로 이뤄졌다.

심사위원들은 ▲임상강사 연차 ▲총 논문 수
▲연간 논문 수 ▲가장 높은 논문의 IF (Impact
Factor) ▲두 번째로 높은 IF ▲IF 총합 등을 중
합적으로 평가했다.

양홍열 교수는 슬관절을 세부전공으로 무릎
관절 질환과 스포츠 손상의 진단 및 치료를 연
구해 온 정형외과 전문의로, 데이터 사이언티스
트(Data Scientist)를 목표로 임상 현장에서 제
기되는 문제를 데이터에 기반해 해결하는 연구
를 이어가고 있다.

현재까지 SCI급 학술지에 주저자 논문 36
편을 포함해 총 60편의 논문을 발표했으며 무
릎 관절 질환과 스포츠 손상, 로봇 인공지능
절수술 분야에서 활발한 연구 성과를 내고
있다.

특히 현재 미국 Stanford University 정형외
과에서 Visiting Scholar로 국제 공동연구를 수
행하며, 인공지능(AI)을 활용해 무릎 관절 질
환 환자의 임상 데이터를 분석하고 예후를 예측
하는 한편, 치료 방향 결정을 지원하는 연구를
진행하고 있다.

양홍열 교수는 앞으로 AI 기반 정밀의료 연
구를 통해 환자 맞춤형 치료 발전에 기여한다는
계획이다.

양홍열 교수는 “앞으로도 저희 교실의 연구
가 환자분들이 보다 안전하고 건강할 일상으로
복귀하는 데 보탬이 될 수 있도록 노력하겠다”
고 말했다. /임채만 기자

조선대병원 ‘로봇수술 1천례’

호남 의료기관 최단기간 달성

암 수술 비중 70% ↑ …중증질환 치료 역량 강화

광주 첫 4세대 다빈치 Xi 도입…4년 6개월 만 달성

조선대학교병원이 6일 로봇수술 1천례를 달
성했다.

1천번째 수술은 김유석 로봇수술센터장 (외
과 교수)이 시행한 경구 로봇 갑상선절제술이
었다. 이번 성과는 단순한 수술 건수의 증가를
넘어, 조선대병원이 다양한 암 수술과 고난도
최소침습 수술 분야에서 축적해 온 임상 역량을
보여준다는 점에서 의미가 있다.

조선대병원은 2022년 2월 광주 지역 최초로 4
세대 로봇수술 시스템인 ‘다빈치 Xi’를 도입했
으며, 같은 해 4월 첫 로봇수술을 시행했다. 이
후 4년6개월 만에 1천례를 달성했으며, 조선대
병원에 따르면 이는 호남 지역 의료기관 가운데
로봇수술 1천례에 도달한 최단기간 기록이다.

◇다양한 진료과로 적용 확대…암 수술 비중
70% 이상

조선대병원 로봇수술센터는 외과, 비뇨의학과,
산부인과, 이비인후과 등 여러 진료과를 중심으로
로봇수술의 적용 범위를 꾸준히 확대해왔다.

갑상선암, 전립선암, 위암, 신장·신우·요관·
요도암, 대장·직장암, 간담체암, 부인암, 두경부
암을 비롯해 간담체 양성질환, 자궁근종, 난소
종양, 부신종양, 전립선비대증, 침샘종양, 탈장



조선대학교병원이 6일 호남권역 최단기간로봇수술 1천례를 달성하고 관계자들이 기념사진 촬영을 하고 있다.

〈조선대병원 제공〉

등 다양한 질환에 로봇수술을 시행하고 있다.

특히 전체 로봇수술 가운데 암 수술이 70% 이
상을 차지하고 있어, 지역 환자에게 정밀한 최
소침습 수술을 제공하는 중증질환 치료기관으
로서의 역할을 강화하고 있다.

◇장기이식·최소침습 수술 분야에서 지역 최
초 성과

조선대병원은 고도의 정밀성과 전문성이 요
구되는 장기이식 및 최소침습 수술 분야에서도
의미 있는 성과를 이어왔다.

호남·충청 지역 최초로 경구 로봇 갑상선절
제술과 로봇 생체 간 공여 수술을 시행했으
며, 광주·전남 지역 최초로 단일공 로봇 담낭절
제술과 로봇 생체 공여 신장절제술을 시행했다.

이러한 성과는 암 수술뿐 아니라 장기이식과
다양한 최소침습 수술 분야에서 조선대병원이
축적해 온 전문적인 수술 역량을 보여준다.

◇전담 인력과 다학제 협력 기반의 안전한 수
술체계 구축

이번 1천례 달성은 각 진료과의 전문 의료진
을 비롯해 로봇수술 전담 간호사, 코디네이터,
마취통증의학과와 의료진 등이 참여하는 유기적
인 협력체계를 바탕으로 이뤄졌다.

조선대병원은 로봇수술 심포지엄을 개최해
진료과별 임상 경험과 수술 기법을 공유하는 등
안전하고 체계적인 로봇수술 시스템을 구축하
고 의료진의 전문성을 높이기 위한 노력을 이어
가고 있다.

김유석로봇수술센터장(외과 교수)은 “로봇수
술 1천례를 호남 지역 최단기간에 달성할 수 있었
던 것은 각 진료과 의료진의 헌신과 전담팀의 긴
밀한 협력 덕분”이라며 “앞으로도 의학적 타당성
과 환자 안전을 최우선으로 하면서, 적절한 환자
에게 안전하고 정밀한 로봇수술을 제공할 수 있
도록 수술 역량을 더욱 고도화하겠다”고 말했다.

최남규 조선대병원장은 “이번 성과는 지역 환
자들이 다른 지역으로 이동하지 않고도 고난도 수
술을 받을 수 있는 의료 기반을 지속적으로 강화해
온 결과”라며 “앞으로도 지역 필수의료와 중증질
환 치료를 책임지는 대학병원으로서 환자 중심의
수준 높은 의료 서비스를 제공할 수 있도록 지원을
아끼지 않겠다”고 밝혔다. /임채만 기자

철거 전문가

광주·전남 전지역 가능

✓ 철거 경력 20년!

✓ 광주·전남 전 지역 출장 가능

✓ 상가, 주택, 간판, 내부 철거 등

✓ 당일 견적 OK / 소규모 철거도 가능

✓ 안전·정리+깔끔함까지 책임집니다.

현주 제로레벨

☎ 상담전화
010.9842.5570

60플 라워

Flower

축하화환 3단

근조화환 3단

전국전지역6만배송 (기타낙후지역 배송비 추가요금발생)

Tel. 010-9984-0151 농협 박배성 302-0316-649511

CMYK