

‘30년·20갑년 이상’ 흡연자, 소세포폐암 발생위험 54배 ↑

(20년 동안 하루 한 갑)

원인 ‘담배’ ...유전요인 미미
후두암 88%·폐암 86% 기여
“흡연 암 발생 강력한 위험요인”

30년 넘게 담배를 피우고 매일 1갑씩 20년 이상 흡연할 경우 비흡연자에 비해 소세포폐암 발생위험이 54배 높아진다는 연구결과가 나왔다.

19일 국민건강보험공단 건강보험연구원과 연세대 보건대학원이 공동 수행한 연구에 따르면 폐암과 후두암 발병의 직접적 원인은 흡연이고, 유전적 요인은 극히 미미한 것으로 나타났다.

특히 폐암 및 후두암의 유전위험점수가 동일 수준이더라도 ‘30년 이상, 20갑년 이상’ 흡연자인 경우 비흡연자에 비해 소세포폐암은 54.49배, 편평세포폐암은 21.37배, 편평세포후두암은 8.30

배 발생위험이 높았다.

연구대상자의 일반적 특성, 흡연력이 동일하다는 조건 아래서는 유전위험점수가 낮을 때보다 높은 경우 전체 폐암과 편평세포폐암에만 각각 1.20~1.26배, 1.53~1.83배 암 발생위험이 커졌다. 이는 유전 요인보다는 흡연 기간이 암 발병에 더 크게 기여한다는 것이다.

폐암, 후두암 발생 기여위험도에서는 ‘30년 이상, 20갑년 이상’ 흡연자인 경우 소세포폐암 발생에 흡연이 기여하는 정도가 98.2%로 대부분을 차지했다. 유전요인의 영향은 극히 적었다.

편평세포후두암은 88.0%, 편평세포폐암은 86.2%가 흡연이 암 발생에 기여하는 것으로 나타났다.

임상원 삼성서울병원 호흡기내과 교수는 “폐암은 선천적 요인 보다는 흡연 등과 같은 후천적 요인에 의한 체세포 돌연변이가 주요 발병 원인임이 알려져 왔다”며 “이번 연구를 통해 국내 최초로



아이클릭아트

선천적 유전요인이 폐암 발생에 미치는 영향이 매우 미미함을 과학적으로 규명했다”고 말했다.

이어 “‘30년 이상, 20갑년 이상’ 흡연이 소세포폐암 및 편평세포폐암 발병

에 기여하는 정도가 각각 98.2%, 86.2%임을 입증한 것에 큰 의미가 있다”고 덧붙였다.

이선미 건강보험정책연구실장은 “이번 연구는 흡연과 폐암 및 후두암 발생 간의 인과성 분석에서 국내 최초로 유전요인의 영향을 통제한 것은 물론, 나아가 유전요인이 폐암 및 후두암 발생에 기여하는 정도까지를 규명한 연구이다”며 “연구 결과 유전요인은 폐암 및 후두암 발생과 개연성이 없거나 극히 낮은 반면, 흡연은 암 발생의 강력한 위험요인임을 재확인했다”고 강조했다.

한편 연구진은 2004~2013년 전국 18개 민간 검진센터 수검자 13만 6,965명의 건강검진 및 유전위험점수(PRS) 자료, 암 등록자료, 건강보험 자격 자료를 2020년까지 추적 관찰했다. PRS는 유전 변이와 그 유전적 효과를 이용해 계산된 개인 질환에 대한 유전적 위험도를 뜻한다.

최환준 기자

곡우 최철희 선생이 들려주는 건강지식



면역력은 우리 몸이 외부의 병원체나 유해 물질로부터 스스로를 보호하는 능력이다. 면역력이 약해지면 각종 감염에 취약하고 잘 낫지 않게 된다.

● 면역력 저하의 원인 = 선천성 보다는 인체 면역결핍 바이러스(HIV) 감염, 항암 및 방사선 요법, 면역억제제, 약물 부작용, 만성 질환(당뇨병, 신부전, 간 질환), 영양 불균형(다이어트), 노화, 스트레스, 비장 절제 등에 의한 후천성 면역 결핍이 많다.

● 면역 저하의 주요 증상 및 증후 = ① 빈번하고 심한 감염: 감기, 독감, 폐렴, 기관지염, 요로 감염, 다레끼 등 피부 감염, 구내염 ② 기회 감염: 건강한 사람에게는 잘 발생하지 않는 진균, 결핵, 거대세포바이러스 감염 ③ 잠복해 있던 바이러스 출현: 대상 포진(수두) 및 구순 포진(제 1형 헤르페스) ④피로, 설사, 체중 감소, 림프절 비대 등

면역력 증진 요령

● 면역 저하 환자의 관리 및 면역력 향상 방법 = ① 감염 예방 - 가능하면 예방접종을 하고, 대중이 모이는 곳을 피하고, 환기를 자주 시키며, 마스크 착용, 양치질, 철저한 손 위생(손 소독 및 세척, 손톱 깎기, 손의 구강, 비강, 눈 접촉 주의), 익힌 음식 섭취

② 면역력 증진에 도움이 되는 주요 영양소(식품) - 비타민 C(귤, 오렌지, 레몬, 딸기, 피망, 브로콜리), 비타민 D(등 푸른 생선, 버섯, 강화 우유), 아연(굴, 소고기, 견과류, 씨앗류), 셀레늄(견과류, 해산물, 버섯), 베타카로틴(당근, 고구마, 단호박, 시금치, 브로콜리, 파프리카), 오메가-3 지방산(등 푸른 생선, 씨앗류, 호두 등), 알리신(마늘), 진저롤(생강), 커큐민(강황)

③ 장 관리 - 장에는 전체 면역 세포의 약 70%가 존재하며, 유익균과 유해균의 불균형이 초래되면 면역력이 저하될 수 있다. 유익균이 풍부한 발효 식품(김치, 된장, 청국장, 요구르트) 및 식이섬유(채소, 과일, 통곡류, 콩류)와 함께 충분한 수분 섭취와 걷기로 장 운동을 촉진시킨다. 프리바이오틱스(유익균의 먹이)이 풍부한 식품(식이섬유, 양파, 마늘, 아스파라거스)도 도움이 된다. 유익균도 죽이는 항생제 복용 3시간 전후 또는 중단 후에 유산균을 3개월 정도 복용한다. 최근에는 장내 미생물을 분석한 결과를 바탕으로 개인 맞춤형 서비스를 제공하는 회사도 있다.

④ 스트레스 관리 - 스트레스 해소를 위한 취미생활과 적당한 운동이외에도 심리 및 철학적 해석과 승화를 위해 전문가와 상담이 필요하다.

⑤ 수면의 양적·질적 관리 - 20년 이상 햇빛을 쬐는 산책을 하고, 저녁식사후에는 수분 섭취를 줄이고, 가벼운 운동 후 방광은 비우고 불은 끄고 잠자리에 들며, 하루 7~8시간 충분한 잠과 수면 초기(오후 11시~새벽 4시)의 꿈 없는 깊은 잠이 면역력 증진과 뇌 건강에 도움이 된다.

조선대 의대 약리학 교수



화순전남대병원 ‘정밀의료·디지털 헬스케어’ 핵심 거점 도약

아이티아이즈 연구센터 설립 ‘바이오뱅크 포털체계’ 추진

화순전남대학교병원이 정밀의료와 디지털 헬스케어 산업의 핵심 거점으로 빠르게 도약하고 있다.

19일 화순전남대병원에 따르면 최근 금융 IT·헬스케어 솔루션 전문기업 ㈜아이티아이즈가 화순전남대병원 미래의료혁신센터에 바이오 생명공학 연구센터 설립을 공식화했다. ㈜제이에스링크와 ㈜C&R리서치도 자회사 설립을 마무리하고 입주를 앞두고 있다.

코스닥 상장 기업인 ㈜아이티아이즈는 의료 현장에서 생성되는 실제 데이터를 의미하는 RWD(Real World Data)

와 이를 기반으로 과학적 근거를 도출하는 RWE(Real World Evidence)에 주목해 유전체, 옴믹스 등 정밀 바이오 데이터를 중심으로 다양한 디지털 기술을 융합하는 협력형 연구거점을 화순에 구축했다.

이는 정밀 의료와 바이오산업의 융합 모델로 주목받고 있으며, ㈜아이티아이즈는 화순전남대병원 미래의료혁신센터를 중심으로 정밀 의료 생태계 조성 속도를 낸다는 방침이다.

입주를 앞둔 코스닥 상장 기업 ㈜제이에스링크와 ㈜C&R리서치는 각각 AI 기반 신약 개발, 디지털 임상시험, 바이오 데이터 실증 연구 분야에서 병원과 협력할 예정이며, 의료-산업-학계 간 실질적인 연계 플랫폼을 본격적으로 구

축해 나갈 계획이다.

화순전남대병원 의료마이데이터 ‘건강정보 고속도로(마이헬스웨이 시스템)’ 사업 주축으로 참여하고 있는 ㈜아이티아이즈는 ㈜제이에스링크, ㈜C&R Research와 함께 바이오 데이터 디지털 전환을 수행, 전국 최초로 디지털 바이오뱅크 포털체계를 구축할 예정이다.

화순전남대병원이 위치한 화순은 ‘국가첨단전략산업 특화단지’로 지정되며 정밀 의료와 바이오산업의 전진기지로써 최적의 입지 조건을 갖추고 있다.

미래의료혁신센터는 이러한 지리적 강점을 바탕으로 민간기업, 의료기관, 연구기관이 함께 협력하는 실질적인 디지털 바이오 생태계 허브로 빠르게 성장

중이다.

화순전남대병원은 또 최근 보건복지부와 한국보건산업진흥원이 추진하고 전남바이오진흥원이 주관하는 ‘K-바이오헬스 지역센터 지원 사업’의 핵심 참여기관으로 선정되며 주목받고 있다.

이 사업은 창업기업 발굴부터 기술 개발, 임상, 인증, 시험평가 등 바이오 헬스 전 주기에 걸친 종합 지원 체계를 마련하는 것이 핵심이다.

이를 통해 화순전남대병원은 ‘아시아 암 진료와 연구의 중심’이라는 비전을 실현하기 위한 기반을 더욱 견고히 다지고 있으며, 미래의료혁신센터와 연계한 글로벌 협력 모델 및 고부가가치 바이오 신약 개발이 본격화될 전망이다.

최환준 기자

윤나라 조선대병원 교수 ‘감염병 대응’ 국가연구과제 선정

병상배정 네트워크 개발

조선대학교병원은 윤나라(사진) 감염내과 교수가 최근 보건복지부 ‘보건 의료기술 연구개발사업’의 의료현장 감염대응 역량강화도 기술개발 분야 연구과제에 선정됐다고 19일 밝혔다.

윤 교수는 ‘감염병 대응을 위한 지능형 병상배정 네트워크 구축 및 실증’ 과제를 수행한다. 올해 4월 1일부터 2027년 12월 31일까지 총 3년간 1억 5,000만 원을 지원받아 연구를 진행할 예정이다.

이번 사업은 “모든 국민이 건강한 헬스케어 4.0 시대 구현”을 목표로 한

2025년도 보건 의료 R&D 정책방향에 따라 △보건 의료 기술 수준 향상 △지역 의료 형평성 제고 △바이오헬스 수출 확대를 중심으로 추진된다.

윤 교수는 “감염병 발생 시 의료자원을 효율적으로 배분하고 병상 배정을 최적화하는 네트워크를 구축함으로써 지



역 의료체계의 대응역량을 한층 강화할 수 있을 것으로 기대된다”고 말했다.

한편 조선대병원에는 지난해 6월 국내 최초로 감염병전문병원 착공식을 개최했으며, 내년 말 완공될 예정이다.

최환준 기자

보건복지부 지정
호스피스완화의료병동
달빛어린이병원

아이부터 어른까지...
지역주민의
건강을 생각하는 병원

종합병원
광주센트럴병원

광주광역시 광산구 수원로 6 (신가동 1159)
전화: 062) 950-9700 응급실: 960-5119

2023.01.01 - 2025.12.31
관절전문병원
전남전문병원
보건복지부
SPECIALTY HOSPITAL OF KOREA

보건복지부 지정
관절전문병원
지정기간 2023.01.01 - 2025.12.31

동이병원

광주광역시 남구 대남대로 238
☎ 062.650.2500

조선대학교병원

보건복지부·국가금연지원센터 지정
광주금연지원센터

동구 필문대로 365
전화 222-9030(금연성공)

밝은안과21병원

문의 062)364-9000
위치 광주 서구 무진대로 950

www.ct119.co.kr

민을 주는 참 좋은 병원
광주시티병원
GWANGJU CITY HOSPITAL

광주시티병원 062) 460-7000
응급실 062) 460-7119

건강을 책임지는 병원

정성과 따뜻한 마음으로 진료하고, 양질의 의료서비스를 제공하기 위해 최선을 다하겠습니다.