

# 구강암: 위험도를 낮추는 조치

## 구강암이란?

구강암은 입에 발생하는 암입니다. 구강암은 입술, 혀, 구강저, 뺨에 영향을 줄 수 있습니다.

연간 약 930명의 뉴욕 시민이 구강암 진단을 받고 있으며, 약 200명이 사망합니다. 이른 시기의 구강암 진단은 생존 확률을 높여줍니다.

누구라도 구강암에 걸릴 수 있으나, 몇 가지 특정한 요인은 발병 위험을 키울 수 있습니다.



## 구강암을 유발하는 위험 요인은?

### 흡연자 및 음주자

- 다수의 구강암은 흡연으로 인해 발생합니다. 담배, 잎담배, 파이프 흡연 또는 씹는담배와 같은 무연 담배 사용 이력은 발병 위험을 키웁니다.
- 술을 먹는 양과 빈도가 늘어날수록 구강암 발병 위험은 커집니다. 이는 모든 종류의 주류에 해당합니다. 과도한 음주와 흡연을 하는 사람이라면 특히나 발병 위험이 큼니다.

### 인유두종 바이러스(Human Papillomavirus, HPV) 감염

- HPV는 매우 흔한 바이러스입니다. 10명 중 8명은 생의 어느 시점에 HPV에 감염됩니다.
- HPV는 미국 내 70%의 구강암과 인후암을 유발합니다.

### 햇빛

- 장기간 햇빛에의 과도한 노출은 구순암의 원인이 될 수 있습니다.

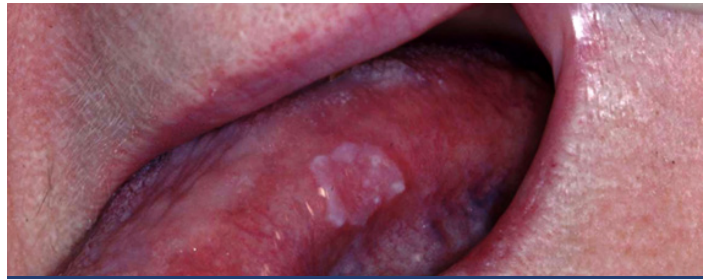
### 연령 및 성별

- 연령이 높아질수록 구강암 발병 위험도는 커집니다.
- 남성의 구강암 발병률은 여성보다 2배 더 높습니다.

## 구강암 증상은?

구강암 증상은 개인과 입안의 암세포 위치에 따라 다르게 나타날 수 있습니다. 입안 또는 입술에서 일어나는 대부분의 변화는 암이 그 원인은 아니지만, 다음과 같은 증상을 보인다면 치과를 방문해 구강암 검사를 받아보시길 바랍니다.

- 몸을 씻는 타월로 제거되지 않는 백색 반증
- 2주 이상 아물지 않는 밝은 붉은색 반증
- 2주 이상 아물지 않는 상처
- 삼키기 어렵거나 삼킬 때 아픔이 느껴짐
- 의치를 끼우기가 어려움



입안의 백색 반증은 구강암의 초기 징후일 수 있습니다.

- 목에 덩어리가 생김
- 꺾병이 지속될 때
- 아랫입술 및 턱 부분의 마비
- 계속되는 기침 또는 목이 쉰 소리

## 위험도를 낮추는 조치

### 1. 치료법을 찾고 금연하기 위해 노력하세요.

구강암 발병 위험을 줄이는 가장 좋은 방법은 금연을 하거나, 무연 담배 제품 사용을 중단하는 것입니다. 금연 방법에는 담배를 서서히 끊을 수 있는 유연한 선택지를 비롯한 여러 가지가 있습니다. 치과의사 또는 의료 서비스 제공자(예: 의사)에게 약물과 상담 요법에 대한 정보를 문의하세요. 뉴욕 흡연자 금연 전화 [nysmokefree.com](http://nysmokefree.com) 사이트를 방문하거나, 866-697-8487에 전화해 금연 코치와 상담하거나, 금연을 위해 니코틴 패치, 니코틴 껌, 니코틴 사탕과 같은 도구를 사용할 수 있는지 알아보세요.

### 2. 의료 서비스 제공자에게 HPV 백신에 대해 문의하세요.

HPV 백신은 구강암을 포함해 암을 유발할 수 있는 주요 유형의 HPV를 예방합니다.

- 일반적인 HPV 예방 접종 시기로는 11~12세를 권장하며, 어린이의 경우 빠르면 9세부터 청년은 26세까지 접종을 시작할 수 있습니다.
- 또한 HPV 백신은 27~45세의 일부 성인도 접종을 받을 수 있습니다.

### 3. 자외선 차단제를 사용하세요.

자외선 차단 기능이 있는 로션이나 립밤은 구순암으로 발전될 위험을 줄일 수 있습니다. 또한, 챙이 있는 모자를 착용하면 입술을 햇빛에서 보호하는 데 도움이 됩니다.

### 4. 치과를 정기적으로 방문하세요.

자연치가 없다고 하더라도 치과는 최소 1년에 한 번 이상 방문해야 합니다. 치과의사는 진료 중에 구강암 징후가 있는지 검사할 것입니다. 다음 방문 전 입술이나 입에서 비정상적인 변화를 발견했다면, 가능한 한 빨리 치과의사나 의료 서비스 제공자의 진료를 받으세요.

통증이 있거나 치료가 필요하다면, 즉시 치과의사나 의료 서비스 제공자에게 문의하세요. 의료 서비스 제공자를 찾는 데 도움이 필요하다면, 311 또는 NYC 보건병원협회 844-692-4692로 전화하세요. Medicaid, Child Health Plus, Essential Plan 또는 Qualified Health Plans 등록 지원에 대한 더 자세한 정보는 347-665-0214로 전화하거나, [nyc.gov/health/healthcoverage](http://nyc.gov/health/healthcoverage)를 방문하세요.

구강암과 구강 건강에 대한 더 자세한 정보는 [nyc.gov/health/teeth](http://nyc.gov/health/teeth)를 방문해 주시길 바랍니다.