American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

암의 징후를 알아보기 위해 피부를 점검하기

Checking Your Skin for Signs of Cancer – Korean

누구나 피부암에 걸릴 수 있습니다. 사람들이 자신의 피부에서 발견하는 많은 반점들은 암이 아닙니다. 그러나 일부 반점은 암 또는 전암일 수도 있습니다. 피부암은 치료하기가 더 쉬울 수 있는 조기에 흔히 발견할 수 있습니다. 자신의 피부를 점검함으로써 피부암을 조기에 발견하는 데 도움이 될 수 있습니다.

피부를 점검하고 의사 또는 간호사의 피부 점검을 받는 것은 모든 사람에게 중요합니다. 그러나 이러한 점검은 피부암에 걸릴 위험도가 더 높을 때 더욱 더 중요합니다.

피부암에 걸릴 위험도를 알고 계십시오.

자신의 위험도 그리고 자신의 피부를 얼마나 자주 점검해야 하는지에 대해 담당 의사에 문의하십시오. 피부암에 걸릴 공산을 더 크게 할 수 있는 몇 가지 위험 요인들은 다음과 같습니다.

- 햇빛 속에서 시간을 보내는 것 또는 태닝 베드를 사용하는 것으로 인해 자외선에 노출되는 것
- 많은 점이 있는 것
- 희멀건 또는 더 옅은 피부, 주근깨, 및 담색 모발이 있는 것
- 가족에 피부암 이력이 있는 것
- 약한 면역 체계를 가지고 있는 것
- 더 늙게 되는 것

피부 점검을 하는 방법

많은 의사는 자신의 환자에게 한 달에 한 번 피부를 점검하라고 합니다. 피부 점검은 전신 거울 앞에서 가장 잘 됩니다. 휴대용 거울도 도움이 됩니다. 방은 반드시 채광이 잘되게 하십시오. 등과 두피를 점검하기 위해 배우자, 파트너, 또는 가까운 친구나 가족이 필요할 수 있습니다.

거울을 마주보십시오.

- 얼굴, 귀, 목, 가슴, 및 배를 점검하십시오. 여성은 유방을 들어올려 밑면을 점검해야 합니다.
- 팔 밑의 피부, 팔의 양면, 그리고 손등과 손바닥을 점검하십시오. 또한 손가락 사이와 손톱 아래도 점검하십시오.

앉으십시오.

- 다리의 전면, 발등, 발가락 사이, 그리고 발톱 아래를 점검하십시오.
- 손거울을 사용하여 발바닥과 다리 후면을 살펴보십시오.
- 손거울을 사용하여 엉덩이, 음부 (생식기 부위), 등 아래 부분 및 윗부분, 그리고 목과 귀의 후면을 점검하십시오. 손거울을 사용하여 벽거울로 등을 살펴보는 것이 더 쉬울 수 있습니다.
- 빗 또는 헤어 드라이어를 사용하여 두피를 점검할 수 있도록 가르마를 타십시오.

찾아봐야 할 사항

피부에 변화가 있는 것이 암일 수도 있는지 여부를 아는 것은 어렵습니다. 다음은 찾아봐야 할 몇 가지 것들입니다. 이것들 중 한 가지 이상을 발견하는 것이 암이 있다는 것을 의미하지는 않지만, 의사의 점검을 받아야 합니다.

- 피부에서 발견되는 새로운 또는 변화하는 증식, 반점, 멍울, 또는 혹
- 출혈하거나 치유되지 않는 궤양
- 딱지가 앉을 수도 있거나 출혈할 수도 있는, 피부의 거친 또는 건조한 발적 부위
- 새로운 가려움증, 동통, 또는 통증
- 거친 혹
- 새로운 점 또는 크기, 모양, 또는 색상이 변하는 점 (또는 기타 반점)
- 이상한 모양, 고르지 못한 가장자리, 또는 상이한 색상 부위가 있는 점
- 점의 색상이 점의 가장자리 밖으로 확산됨
- 점의 가장자리 밖에 있는 발적 또는 새로운 부기
- 점의 표면 변화 - 비늘이 있음, 진물, 출혈, 새로운 멍울 또는 혹

피부 자기 검진 중에 무언가 새로운 또는 색다른 것을 발견하면

- 마커 또는 펜으로 그 부위 주위에 동그라미를 그리십시오.
- 휴대폰 카메라가 있으면, 그 부위의 사진을 찍으십시오.
- 의사로 하여금 그 부위를 살펴보도록 진료 예약을 하십시오. 그것이 피부암인지의 여부를 알 수 있는 유일한 방법은 전문가와 상담하는 것입니다.

더 상세히 알아보려면, American Cancer Society(미국 암 학회)의 웹사이트 (**cancer.org**)를 방문하거나 **1-800-227-2345**번으로 당 학회에 전화하여 문의하십시오. 당 학회를 필요로 할 때 당 학회는 함상 함께 합니다.

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. KOR086507 Rev. 9/24

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity