

호지킨 및 미만성 거대 B세포 림프종

최상의 암 치료를 위한 안내서



본 안내서에 대해

호지킨 및 미만성 거대 B세포 림프종에 걸렸거나, 걸릴 수 있다는 말을 들었을 때 받아들이기가 쉽지 않았으리라 생각합니다. 갑자기 많은 일들이 순식간에 일어나서, 질문도 많으실 것이라 예상합니다. 본 안내서는 이러한 상황에 계신 여러분과 가족, 친구들에게 도움을 드리고자 제작되었습니다.

정보와 지원

Cancer Council: 정보와 지원이 필요하시면, Cancer Council **13 11 20**번으로 전화해서 숙련된 의료 전문가와 상담하시거나, www.cancer.org.au를 방문하세요.

호지킨 림프종에 대한 자세한 내용은 Cancer Council의 Understanding Hodgkin Lymphoma (호지킨 림프종 이해하기) 소책자를 찾아 보시고, 미만성 거대 B세포 림프종에 대한 자세한 내용은 Cancer Council의 Understanding Non-Hodgkin Lymphoma (비호지킨 림프종 이해하기) 소책자를 찾아 보십시오.

Leukaemia Foundation: 정보 및 지원을 받으려면 **1800 620 420**으로 전화하거나 www.leukaemia.org.au를 방문하세요.

Lymphoma Australia: 정보 및 지원을 받으려면 **1800 953 081**으로 전화하거나 www.leukaemia.org.au를 방문하세요.

Translating and Interpreting Service (번역 및 통역 서비스TIS): 통역 서비스가 필요한 경우는 TIS **13 14 50**번에 전화하거나, www.tisnational.gov.au를 방문하세요.

초기 검사 및 의뢰

증상

여러분의 일반의 (GP)가 몸이 아픈 원인을 찾기 위해 필요한 검진을 하게 됩니다. 여러분이 가지고 있는 모든 증상에 대해 물어볼 것입니다. 예를 들어 혹이나 과성장한 조직이 있을 수 있습니다.

GP는 혹이나 과성장한 조직이 어떤 영향을 미치는지 기다리며 지켜보기로 결정할 수도 있습니다. 이런 경우에는 **6주 이내**에 GP를 다시 방문하게 됩니다.

초기 검사

혈액 검사. 혈액 샘플을 채취하여 전반적인 건강 상태를 평가합니다.

초음파 검사. 음파가 신체 내부의 상세한 사진을 찍는 데 사용됩니다.

엑스레이. 엑스레이는 신체 부위를 촬영하여 잘못된 것이 있는지 확인합니다.

컴퓨터 단층 촬영 (CT) 스캔. 컴퓨터와 엑스레이가 신체의 상세한 사진을 찍는 데 사용됩니다.

절제 생검. 소량의 혹이나 과성장한 조직을 채취하여 현미경으로 검사합니다

의뢰

담당 GP가 우려하는 검사 결과가 나왔을 경우, 공립이나 사립 병원의 전문의 (혈액종양내과 전문의)에게 의뢰하여 추가 검사를 받으실 수 있습니다. 혈액종양내과 전문의는 림프종 및 혈액에 영향을 미치는 기타 질환에 대해 고도로 훈련받은 의사입니다.



진료 시 가족이나 친구와 함께 가셔도 됩니다.



예상 기간

GP는 만약 여러분이 호지킨이나 미만성 거대 B세포 림프종일 경우 검사 후 **72시간 이내**에, 크게 걱정이 되지 않는 검사 결과가 나왔을 경우에는 검사 후 **4주 이내**에 혈액종양내과 전문의에게 의뢰할 수 있습니다.

이 기간 내에 예약을 잡을 수 없는 경우는, GP를 만나 후속 조치를 취하십시오.



문고 싶은 질문

- 공립 병원 혹은 사립 병원을 선택할 수 있나요?
- 제가 원하는 혈액과 전문의를 선택할 수 있나요?
- 진료비는 얼마 정도 되나요?

진단 및 병기 판정

전문의는 호지킨 또는 미만성 거대 B세포 림프종이 있는지 확인하기 위해 더 많은 검사를 실시합니다. 질환이 있는지 확인하는 이 과정을 **진단내리기**라고 합니다.

호지킨 또는 미만성 거대 B세포 림프종이 있는 경우, 검사를 통해 신체의 정확한 위치, 성장 여부, 전이 여부 및 암의 단계와 같은 암에 대한 자세한 정보를 얻을 수 있습니다. 이를 **병기 판정**이라고 합니다. **병기 판정**은 가장 적합한 치료법을 찾는 데 도움이 됩니다.

한 가지 또는 여러 검사를 받을 수 있습니다.

절제 생검. 아직 하지 않았다면.

골수 생검. 의사는 길고 얇은 바늘을 엉덩이 뼈에 삽입합니다. 골수 조직 샘플을 채취합니다. 보통 국소 마취가 시행되므로 통증이 없습니다.

양전자 방출 단층 촬영—컴퓨터 단층 촬영 (PET-CT) 스캔. 컴퓨터와 엑스레이가 신체의 상세한 사진을 찍는 데 사용됩니다. 소량의 방사성 물질을 주입하여 전신을 스캔해서 암의 위치를 확인합니다.

요추 천자 또는 척추 천자. 의사가 척추에 바늘을 삽입하여 소량의 액체를 채취합니다. 보통 국소 마취가 시행되므로 통증이 없습니다.



예상 기간

결과는 검사 후 **2주 이내**에 제공됩니다.



문고 싶은 질문

- 호지킨 또는 미만성 거대 B세포 림프종이란 무엇입니까?
- 어떤 검사를 받게 되나요?
- 검사/진료 비용은 얼마인가요?
- 어디서 치료를 받아야 하나요? 나에게 선택권이 있습니까?
- 제 암은 지금 몇 기입니까?
- 어떤 지원 서비스를 이용할 수 있나요?

치료

호지킨 또는 미만성 거대 B세포 림프종을 치료하는 방법에는 여러 가지가 있습니다. 담당 전문의가 치료 옵션에 대해 이야기할 것입니다.

여러 분야의 전문가들로 구성된 의료진에 의해 치료를 받게 되며, 최상의 결과를 얻으려면 두 가지 이상의 치료 유형이 필요할 수 있습니다. 담당 의료진이 환자 여러분 및 가족, 간병인과 협조하여 함께 치료 계획을 세울 것입니다.

한 가지 치료 또는 여러 가지 치료법이 병용될 수 있습니다.

항암 **화학요법**은 약물을 사용하여 암세포를 죽이고 암 성장을 막습니다.

자가 줄기세포 이식 (ASTC). 처음 발생한 림프종이 아닌 경우 호지킨 또는 미만성 거대 B세포 림프종을 치료하기 위해 많은 화학 요법이나 방사선요법이 필요할 수 있습니다. 이를 고용량 요법이라고 합니다. 고용량 요법은 골수 및 줄기 세포의 일부를 죽일 수 있습니다. 이것은 알려진 치료 부작용입니다. 혈액을 만들려면 이 세포들이 필요합니다. ASTC는 화학 요법을 받기 전에 혈액의 일부를 채취하는 곳입니다. 줄기세포라고 불리는 세포는 이 혈액에서 꺼냅니다. 줄기세포는 신체가 새로운 건강한 세포를 성장시키도록 돕는 세포입니다. 화학 요법이 끝나면 채취한 줄기세포가 혈류로 다시 주입되어 혈류로 흘러 들어갑니다. ASTC가 있으면 골수와 줄기세포가 다시 자라게 할 수 있습니다.

동종 줄기세포 이식 (Allo-SCT). Allo-SCT는 적절한 기증자의 혈액에서 줄기 세포를 채취하여 정맥 주사를 통해 혈액 속으로 주입하는 것입니다. 이 방법은 자주 사용되지 않습니다.

방사선 치료는 엑스레이를 사용하여 암세포를 죽이고 암의 성장을 막으며, 화학 요법과 함께 사용하거나 줄기세포 이식 전에 사용할 수 있습니다.

면역 요법은 신체의 면역 체계가 암과 싸우도록 돕는 일종의 암 치료법입니다.

표적 치료는 약물로 암세포의 특정 특징을 공격하여 암 성장을 막습니다.

자세한 정보는 www.cancer.org.au/cancer-information/treatment를 방문하십시오.

보조 지원 (암 치료를 받는 동안 받을 수 있는 치료 또는 서비스)도 이용할 수 있습니다.



예상 기간

치료는 진단 및 병기 판정 후 **2주 이내**에 시작해야 하나, 진단 후 장기의 기능이 급속히 저하되거나 즉각적인 위험, 혹은 암이 빠르게 퍼지고 있는 경우는 **24시간 이내**에 시작해야 합니다.



담당 GP에게 다른 전문의 의뢰를 요청하여 2차 소견을 받을 수 있습니다.

임상 시험

여러분은 임상시험 참여를 제안받을 수 있습니다. 임상 시험은 새로운 치료법이 현재 치료법보다 안전하고 효과가 좋은지 여부를 확인하는 데 사용됩니다. 임상 시험의 꾸준한 노력으로 암 환자들이 더 높은 삶의 질로 더 오랫동안 삶을 영위하고 있습니다.

자세한 정보는 www.australiancancertrials.gov.au를 방문하세요.

보완 요법

사용 중이거나 사용을 원하는 보조 요법(비타민과 같은 건강 보조 식품 포함)이 있는 경우에는 반드시 의료진과 상의하십시오. 비타민과 같이 일상적으로 사용하는 일반 약품은 치료에 적합하지 않을 수 있습니다.



묻고 싶은 질문

- 저에게 어떤 치료를 권유합니까?
- 치료를 받으려면 어디로 가야 하나요?
- 치료 비용은 얼마이며, 자가 부담금은 얼마나 됩니까?
- 어떤 활동/운동이 치료 중 및 치료 후 도움이 될까요?
- 일을 계속 할 수 있나요?
- 치료가 일상 생활에 어떤 영향을 미칠까요?
- 담당 의료진의 구성원은 누구이며, 저의 주요 연락 담당자는 누구인가요?
- 치료에는 어떤 부작용이 발생할 수 있습니까?
- 몸이 좋지 않거나 궁금한 점이 있으면 누구에게 연락해야 하나요?
- 치료가 제 가임 능력에 영향을 미칠까요?



비용에 대한 결정

여러분은 진료, 검사, 의약품, 숙박, 이동 또는 주차 등 일부 비용을 자가 지불해야 할 수 있습니다.

담당 GP, 전문의 또는 사립 의료 보험 회사(사립 보험이 있는 경우)와 상담하여 보장 범위와 자가 부담금에 대해 알아보세요.

비용이 염려되는 경우 의료진이나 사회복지사에게 다음 사항에 대해 상의하세요.

- 메디케어를 통한 벌크빌링 (bulk-bill) 진료 또는 공립 의료 체계를 통해 치료 받기
- 치료 기간 중 숙박 지원
- 치료비로 인한 예상되는 재정적 부담

Cancer Council **13 11 20**번으로 전화해서 재정적 지원에 대해 의료 전문가와 상담하세요.

비용에 대한 자세한 내용은

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance

및

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment

를 방문하세요.

회복

암 치료로 인해 신체적, 정서적으로 변화를 경험할 수 있습니다.

후속 치료 계획

의료진은 여러분과 협조하여 담당 GP를 포함하는 후속 치료 계획을 세우게 될 것입니다. 그 계획에는 다음과 같은 사항들이 포함됩니다.

- 치료 후 주요 연락 담당자
- 정기 검진 빈도 및 필요한 검사
- 치료의 부작용에 대한 이해와 대처
- 암의 재발 혹은 악화가 의심되는 경우 신속하게 도움 받는 방법

많은 사람들이 암의 재발을 걱정합니다. 전문의와 의료진이 여러분의 필요 사항에 대해 상담하고 다른 의료 전문가 및 지역사회 지원 서비스에 여러분을 의뢰할 수 있습니다.

필요한 기타 정보:

- 주의해야 할 암 재발 징후 및 증상
- 치료의 후기 효과 및 추가로 진료를 받아야 하는 전문의
- 빠른 회복과 건강 유지를 위해 건강한 생활 습관 선택 방법

자세한 정보는 www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment를 방문하세요.



묻고 싶은 질문

- 몸이 안 좋아지는 경우 누구에게 연락해야 하나요?
- 건강을 유지하려면 어떻게 해야 하나요?
- 어디에서 추가 도움을 받을 수 있나요?

진행성 암과 함께 생활하는 방법

암이 재발하면

때때로 호지킨 또는 미만성 거대 B세포 림프종이 치료 후 같은 부위에 재발하거나 신체의 다른 부위에 나타날 수도 있습니다.

암이 재발하면 처음 치료를 받은 전문의나 병원 또는 다른 전문의에게 의뢰될 수 있습니다.

치료 방법은 림프종이 얼마나 퍼졌는지, 얼마나 빠르게 성장할 수 있는지, 어떤 증상을 겪고 있는지에 따라 달라집니다.



묻고 싶은 질문

- 어디에 암이 있으며 얼마나 진행되었습니까?
- 치료 옵션은 무엇입니까?
- 각 치료 방법에 따른 치유 가능성은 어느 정도입니까?
- 참여가 가능한 임상 시험이 있습니까?
- 어디에서 지원을 받을 수 있나요?

사전 의료 계획 (Advance care planning)

담당 GP 또는 의료진이 환자 여러분, 가족 및 간병인과 함께 향후 치료 및 의료적 필요에 대해 상담할 수 있습니다.

사전 의료 의향서 (Advance care directive)

'생전에 작성하는 유언장 (a living will)'이라고도 하는 사전 의료 의향서는 스스로 결정을 내리지 못 하는 경우를 대비하여 원하거나 원하지 않는 치료에 대해 가족 및 의료진에게 본인의 의사를 알리는 법적 구속력을 가진 문서입니다. 자세한 내용은 www.advancecareplanning.org.au를 방문하세요.

완화 치료 (Palliative care)

전문의가 완화 치료 서비스를 의뢰할 수 있지만, 그렇다고 해서 반드시 임종 치료를 의미하는 것은 아닙니다. 요즘은 암에 걸렸거나 암이 재발하는 경우 훨씬 일찍 완화 치료 서비스를 선택할 수 있습니다. 완화 치료는 통증 및 증상 관리를 통해 삶의 질을 가능한 높이는 데 중점을 둡니다. 이러한 치료는 집, 병원 또는 여러분이 원하는 장소에서 받을 수 있습니다.

담당 GP 또는 전문의와 상담하거나, www.palliativecare.org.au를 방문하세요.

치료 결정 내리기

치료를 전혀 받지 않거나 통증과 불편함을 줄이기 위해 일부 치료만 받기로 결정할 수도 있습니다. 여러분의 의사 결정에 대해 의료진, GP, 가족 및 간병인과 상의해 보세요. 자세한 정보는 www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment를 방문하세요.



묻고 싶은 질문

- 어떻게 하면 증상을 완화시킬 수 있습니까?
- 가족이나 친구가 집에서 나를 돌볼 경우 어떤 추가 지원을 받을 수 있습니까?
- 저에게 일어난 일에 대해 가족과 대화하도록 도와주실 수 있나요?
- 가족이나 간병인이 이용할 수 있는 지원 서비스에는 어떤 것들이 있습니까?
- 지역사회 지원 서비스를 이용할 수 있도록 의뢰 될 수 있습니까?

면책조항: 건강과 관련된 문제는 항상 의사와 상의하세요. 본 안내서는 일반적인 안내를 목적으로 하며, 전문적인 의료, 법률, 재정 자문을 대체하지 않습니다. 암에 대한 정보는 의학 및 연구 단체에 의해 지속적으로 업데이트되고 수정됩니다. 이 안내지 발행 당시 정보의 정확성을 보장하기 위해 필요한 모든 주의를 기울이고 있지만, Cancer Council Australia 및 협회 회원은 상기 제공된 정보의 사용 또는 의존으로 인해 발생하는 부상, 손실 또는 손상에 대한 모든 책임을 배제합니다.

2021년 9월 발행.

본 자료는 www.cancer.org.au/OCPE에서 제공하는 호지킨 및 미만성 거대 B세포 림프종 환자를 위한 최적의 치료 경로 (제2판) (the optimal care pathway for people with Hodgkin and diffuse large B-cell lymphomas (2nd edition))의 정보를 기반으로 합니다.