Memorial Sloan Kettering Cancer Center

환자 및 간병인 교육

전립선 수술 관련 정보

이 가이드에서는 MSK에서의 전립선 수술을 준비하는 과정을 안내합니다. 또한 회복 기간 중에 예상되는 사항을 파악하는 데에도 도움이 됩니다.

이 가이드는 수술을 며칠 앞둔 시점부터 참고로 활용하고, 수술 당일 가지고 오시기 바랍니다. 환자와 환자의 치료 팀은 회복 상황에 대해 자세히 알아볼 때 이 가이드를 사용하게 됩니다.

전립선 수술 관련 정보

섹션 개요

전립선 절제술은 모든 전립선과 정낭을 제거하는 수술입니다. 정낭은 정액을 보관하는 데 도움이 되는 작은 관입니다. 외과의는 또한 암 세포가 확산되었는지 확인하기 위해 약간의 림프절을 제거할 수 있습니다. 대부분의 전립선 수술은 약간의 절단만 내어 인체의 상처를 최소화하는 최소 침습 방법으로 진행됩니다.이러한 수술 방법은 복강경 및 로봇 보조 수술입니다.

전립선 관련 정보

전립선은 방광 아래, 직장 위에 위치한 호두 모양의 분비선입니다(그림 1 참조). 신체의 소변을 운반하는 관인 요도를 감싸고 있습니다. 전립선은 인체의 다른 분비선과 함께 작용해서 정액을 만들어냅니다.

정낭은 전립선 부근의 작은 분비선으로, 정액에 유체를 만듭니다(그림 1 참조).

림프절은 신체 전반에 퍼져 있는 작은 콩 모양의 구조로, 감염과 싸우는 세포를 만들고 저장합니다.

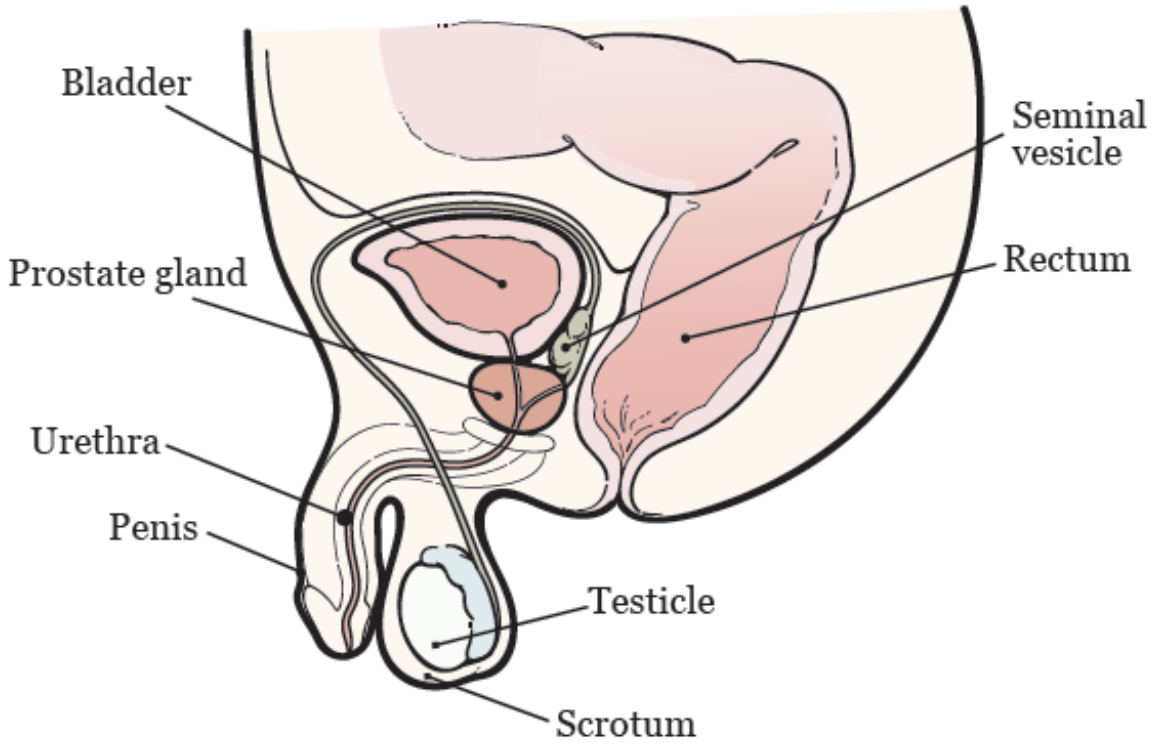


그림 1. 남성 생식계

전립선 수술 관련 정보

전립선을 제거하는 수술은 전립선 절제술이라고 합니다. 이 수술은 여러 기술을 사용해서 수행할 수 있습니다. 담당 외과의가 환자에게 적합한 방법을 알려드릴 것입니다. 수술 유형에 따라 외과의가 여러 번의 작은 절개(수술 절단)를 하게 됩니다.

복강경 또는 로봇 보조 근치적 전립선 절제술

근치적 전립선 절제술은 전체 전립선과 정낭을 제거하는 수술로, 전립선을 제거하는 데 사용되는 가장 일반적인 기술입니다. 또한 외과의가 골반의 림프절 일부를 제거할 수도 있습니다. 이는 전립선에서 신체의 다른 부분으로 암 세포가 퍼져 있는지 확인하기 위해 수행됩니다.

복강경 또는 로봇 보조 근치적 전립선 절제술 도중 외과의가 복부(배)에서 여러 차례 절개를 하게 됩니다(그림 2 참조). 절개 부위 하나에 복강경을 삽입하고 가스를 사용해서 복부를 팽창시킵니다. 복강경은 카메라가 달린 관 모양의 기구입니다.

외과의는 다른 절개부에 수술 도구를 삽입하여 전립선을 제거합니다. 수술 도구를 사용하는 데 도움이 되는 로봇을 사용할 수도 있습니다. 이를 로봇 보조 복강경 전립선 절제술이라고 합니다. 외과의가 환자에게 가장 잘 맞는 수술 옵션을 알려 드립니다.

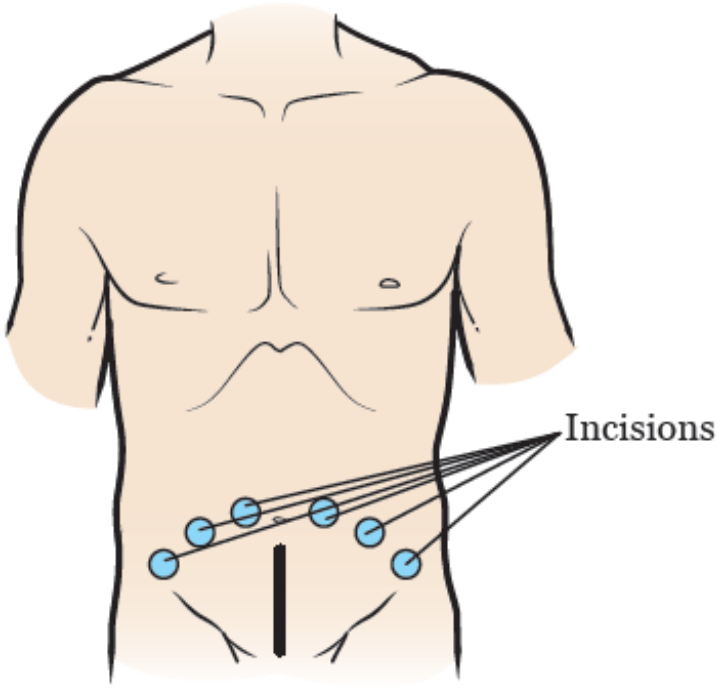


그림 2. 복강경 또는 로봇 보조 전립선 절제술 절개

전립선 수술 전

이 섹션은 수술 준비에 도움이 됩니다. 수술이 예정되어 있을 때 읽으십시오. 수술 전까지 참고로 활용하십시오. 수술 준비를 위해 해야 하는 일에 관한 중요한 정보를 수록하고 있습니다.

이 섹션을 읽으면서 의료진에게 물어보고 싶은 내용을 메모해 두십시오.

섹션 개요

복용하고 있는 모든 약과 보조제를 치료 팀에게 알려주십시오. 또한 알레르기나 수면 무호흡이 있는지 여부, 음주 또는 흡연 사실도 치료 팀에게 알리십시오. 약 복용 및 먹고 마시기를 중단해야 하는 시기와 관련한 지침을 따르십시오. 수실 전날 밤과 수술 당일 아침에 4% 클로르헥시딘 글루코네이트(CHG) 스킨 클렌저를 사용하여 샤워합니다. 보호자 동반 귀가 예약. 발기를 도와주는 약을 복용해야 하는지 물어보십시오. 이 수술 후 생물학적 자녀를 갖지 못하게 되므로, 이 문제를 중요하게 생각하신다면 정자 냉동보존에 대해 문의하시기 바랍니다.

수술 준비하기

케어 팀이 환자의 수술 준비를 도와 드립니다. 위험을 방지할 수 있도록 다음 중 해당하는 사항이 있

는 경우(확실하지 않더라도) 의료진에게 말씀해 주십시오.

- 처방약을 복용하고 있습니다. 처방약은 의료진이 제공한 처방전이 있어야만 구입할 수 있는 약입니다. 예를 들면 다음과 같습니다.
  - 경구섭취용 의약품.
  - 주입(주사)용 의약품.
  - 흡입용 의약품.
  - 부착(패치, 크림)용 의약품.
- 일반의약품을 복용/사용 중이다(패치 및 크림 포함). 일반의약품은 처방전이 없어도 구입할 수 있는 약입니다.

복용 중인 의약품과 보충제를 모두 의료진에게 알려주십시오.

복용하는 의약품과 보충제에 따라서는 수술 전에 특별한 지침을 따라야 할 수도 있습니다. 그러한 지침을 따르지 않으면 수술이 지연되거나 취소될 수 있습니다.

- 약초, 비타민, 미네랄 등 건강 보조 식품을 복용 중이거나 자연 또는 민간 요법을 따르고 있다.
- 심박 조율기, 삽입형 자동 제세동기(AICD), 또는 기타 심장 관련 의료기기를 착용 중이다.
- 과거에 마취제 관련 문제를 겪은 적이 있다. 마취제는 수술 또는 시술 중 잠에 들게 하는 약물입니다.
- 라텍스를 비롯한 특정 재질이나 약물에 알레르기 반응을 보인다.
- 수혈을 받고 싶지 않다.
- 대마초와 같은 기분전환용 약물을 사용한다.

GLP-1 비만 치료제

GLP-1 약을 복용하고 있는 경우, 담당 의료진에게 알리는 것이 중요합니다. 수술 또는 시술 전에 특정 음식 및 음료 섭취 관련 지침을 따라야 합니다. **지난 30일 내 언제든 GLP-1 약을 복용한 적이 있는 경우에는 이러한 지침을 따르는 것이 매우 중요합니다. 이러한 지침을 따르지 않으면 수술 또는 시술이 지연되거나 취소될 수 있습니다.**

- **수술 또는 시술 전날 오전 6시에 유동식을 시작하십시오.** 고형 음식물은 먹지 마십시오. 자세한 내용은 *Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet)을 참조하십시오.
- **병원 도착 8시간 전부터 음료 섭취를 중단합니다.** 이 시간 이후에는 유동식을 포함하여 어떠한 것도 먹거나 마시지 마십시오. 약품과 함께 약간의 물을 마실 수 있습니다.

자세히 알아보려면 *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)을 참조하십시오.

다음은 GLP-1 약품의 몇 가지 예입니다. 이외에 다른 약품들도 있으니 복용하는 모든 약을 치료 팀에게 알려주십시오. 때로 당뇨병이나 기타 질환을 관리하는 데 도움을 주기 위해 이러한 약이 처방됩니다. 또한 체중 감량을 위해 처방되기도 합니다.

• 세마글루타이드(위고비®, 오젬픽®, 리벨서스®) • 둘라글루타이드(트루리시티®)	• 티르제파타이드(젭바운드®, 마운자로®) • 리라글루타이드(삭센다®, 빅토자®)

음주 관련 정보

음주량에 대해 의료진에게 솔직하게 이야기하는 것이 중요합니다. 이 정보가 정확해야 올바른 진료 계획을 세울 수 있습니다.

음주가 잦은 경우 수술 중, 그리고 수술 후에 문제가 나타날 수 있습니다. 이러한 합병증에는 출혈, 감염, 심장 관련 문제, 입원 기간 장기화 등이 포함됩니다.

정기적으로 음주를 하다가 갑작스럽게 금주를 하는 경우 발작, 섬망, 사망으로 이어질 수 있습니다. 이러한 문제가 발생할 위험이 존재한다고 생각하는 경우 의료진이 이를 예방하기 위한 의약품을 처방할 수 있습니다.

문제를 방지하기 위해 수술 전에 할 수 있는 것들을 안내합니다.

- 음주량에 대해 의료진에게 솔직하게 이야기합니다.
- 수술이 계획된 후에는 금주하도록 노력합니다. 다음 증상이 있는 경우 바로 의료진에게 알려주십시오.
  - 두통.
  - 메스꺼움(토할 것 같은 느낌).
  - 평소보다 더 심한 불안감(신경질적이 되거나 걱정이 많아짐).
  - 불면.

이는 알코올 금단 증상의 조기 징후로 치료가 가능합니다.

- 혼자서 금주가 어렵다면 의료진과 상의하십시오.
- 음주와 수술에 대해 궁금한 점이 있으면 의료진에게 물어보십시오. 환자의 모든 의료 정보는 항상 기밀로 유지됩니다.

흡연 관련 정보

흡연을 하거나 전자 흡연 기기를 사용하시면 수술 시 호흡 관련 문제를 겪을 수 있습니다. 전자 흡연 기기의 예로는 베이프와 전자 담배가 있습니다. 수술 전 단 며칠이라도 금연을 하면 수술 도중과 수술 후 호흡 문제를 방지하는 데 도움이 될 수 있습니다.

흡연자분께는 의료진이 금연 치료 프로그램을 안내해 드립니다. 212-610-0507로 전화해 프로그램에 참여할 수도 있습니다.

수면 무호흡 관련 정보

수면 무호흡은 흔한 호흡 장애입니다. 수면 무호흡증이 있는 경우 수면 중 짧은 시간 동안 호흡이 멈추는 증상을 보입니다. 가장 일반적인 유형은 폐쇄성 수면 무호흡(OSA)입니다. OSA 환자의 경우 수면 중에 기도가 완전히 폐쇄됩니다.

OSA는 수술 중, 그리고 수술 후에 심각한 문제를 초래할 수 있습니다. 수면 무호흡증이 있거나 수면 무호흡증이 있다고 의심되는 경우 의료진에게 알려주십시오. CPAP 기구와 같은 호흡기를 사용하는 경우 수술 당일에 가지고 오십시오.

MSK MyChart 사용

MSK MyChart(mskmychart.mskcc.org)는 MSK의 환자 포털입니다. MyMSK를 사용해서 의료진이 보낸 메시지를 읽을 수 있으며 검사 결과를 보고 진료 날짜와 시간을 확인하는 등 여러 가지 작업이 가능합니다. 환자는 간병인을 초대해 계정을 만들고 진료 상황을 공유할 수도 있습니다.

MSK MyChart 계정이 없다면 mskmychart.mskcc.org를 방문하여 등록하시면 됩니다. 또한 치료 팀에게 초대장을 보내도록 요청할 수도 있습니다.

계정 관련 도움이 필요하면 MSK MyChart 헬프 데스크(646-227-2593)로 전화하십시오. 월요일-금요일, 오전 9시부터 오후 5시(동부표준시)까지 전화할 수 있습니다.

복용 중인 약 확인

발기에 도움이 되는 약을 복용하도록 권장합니다. ED용 약은 음경으로의 혈류를 촉진하여 이러한 조직을 건강한 상태로 유지합니다.

Medicare를 포함한 대부분의 보험사가 실데나필 시트레이트(Viagra®)나 타달라필(Cialis®) 처방에 대해서는 보험을 적용해 주지 않습니다. 수술 전에 보험사에게 연락해서 약관을 확인해 주십시오. 이러한 약에 보험이 적용되지 않을 경우에는 경제적인 옵션을 이용할 수도 있습니다. 의사 및 간호사와 함께 수술 전에 이 프로세스를 시작하십시오.

수술 30일 이내

수술 전 검사(PST)

수술 전에 PST 예약이 있습니다. 예약은 대면 방문 또는 비디오 방문일 수 있습니다. 외과의 사무실에서 연락을 해서 예약 날짜와 시간 및 장소를 알려줄 것입니다. MSK 전 지역에서의 주차 및 찾아가는 길 정보는 www.msk.org/parking을 참조하십시오.

예약 당일에 평상시와 같이 식사를 하고 약을 복용할 수 있습니다.

예약에 다음과 같은 항목들을 가지고 오면 유용합니다.

- 처방약과 일반의약품, 패치, 크림 등 이용 중인 모든 약물 목록.
- 지난해 MSK 외부에서 진행한 의료 검사 결과(있는 경우). 그러한 검사로는 심장 스트레스 검사, 심초음파검사, 경동맥 초음파 검사 등이 있습니다.
- 의료진의 이름과 전화 번호.

PST 예약 중 APP(Advance Practice Provider)와 만나게 됩니다. APP는 MSK의 마취통증의학과 직원과 긴밀하게 협력합니다. 이들은 수술 또는 시술 도중 마취제를 사용하는 것과 관련한 특수 교육을 받은 의사입니다.

APP가 환자와 함께 환자의 병력과 수술 이력을 검토합니다. 올바른 진료 계획을 세우기 위한 다음과 같은 검사를 진행할 수도 있습니다.

- 심박동을 확인하기 위한 심전도(EKG) 검사.
- 흉부 X선.
- 혈액 검사.

APP가 다른 의료진과의 만남을 권장할 수 있습니다. 또한 다음과 같은 절차도 진행됩니다.

- 수술 당일 아침에 어떤 약을 복용해야 하는지 안내합니다.
- 수술 전 음식 및 음료 섭취 관련 지침을 제공합니다.

MSK MyChart 계정에서 의약품, 음식 및 음료 섭취 지침과 같은 시술 전 지침을 확인할 수 있습니다.

1. MSK MyChart 계정으로 로그인합니다. 홈 페이지에서 “방문(Visits)”을 선택합니다.
2. “과거(Past)” 또는 “과거 방문(Past visits)” 섹션으로 이동하고 해당 PST 예약을 찾습니다. “방문 후 요약 보기(View After Visit Summary)”를 선택합니다.
3. 방문 후 요약(After Visit Summary)에서 “시술 전 지침(Preprocedure Instructions)”을 읽습니다.

이러한 시술 전 지침을 따르는 것이 매우 중요합니다. 이러한 지침을 따르지 않으면 수술이 지연되거나 취소될 수 있습니다.

또한 진료 계획을 세우는 데 도움이 되는 소변 검사가 진행될 수도 있습니다.

간병인 신원 확인

간병인은 환자 치료에 중요한 역할을 합니다. 수술 전에 환자와 간병인은 의료진이 제공하는 수술 관련 정보를 배우게 됩니다. 수술 후 퇴원 시 간병인이 환자를 자택으로 모셔다 드리게 됩니다. 자택에서 환자가 스스로를 돌보는 데에도 도움을 주게 됩니다.

간병인용



암 치료가 진행 중인 환자를 돌보는 데에는 많은 책임이 따릅니다. MSK는 이러한 책임을 관리하는 데 필요한 자원과 지원을 제공합니다. 자세한 정보가 필요하면 www.msk.org/caregivers를 방문하거나*간병인 안내서* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)을 읽으십시오.

건강 관리 위임장 작성

건강 관리 위임장을 아직 작성하지 않으셨다면 지금 바로 작성하십시오. 이미 해당 양식을 작성했거나 다른 사전 의료행위 지침서를 가지고 있는 경우 다음 예약 때 가지고 오십시오.

건강 관리 위임장은 법률 문서입니다. 환자가 직접 이야기할 수 없는 경우 환자를 대신해 의사소통할 사람을 지명합니다. 지명된 사람을 건강 관리 대리인이라고 합니다.

- 건강 관리 위임장과 기타 사전 의료의향서에 대해 알아보려면*Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)을 참조하십시오.

- 건강 관리 대리인에 대한 알아보려면 *How To Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)을 참조하십시오.

의료 대리인 지명서 양식 작성과 관련하여 궁금한 점이 있으시면 치료 팀원과 상의하십시오.

정자 냉동보존

이 수술은 불임을 유발합니다. 여전히 오르가슴을 느낄 수 있지만 생물학적 자녀는 가질 수 없습니다. 수술 전에 정자 냉동보존을 고려해야 합니다. 간호사에게 이 프로세스에 대한 자세한 설명을 요청하십시오.

자세한 내용은 *Building Your Family After Cancer Treatment: For People Born With Testicles* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles) and *Sperm Banking* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking)을 참조하십시오.

남성 성 및 생식의학 프로그램

대부분의 경우 수술 직후 발기에 어려움을 느끼게 됩니다. 전문가와의 예약을 잡아 이 수술이 성 건강에 미치는 영향에 대해 상의하는 것이 좋습니다. 646-888-6024로 전화를 걸어 MSK의 남성 성 및 생식 의학 프로그램에 연락할 수 있습니다.

호흡 운동과 기침 유도 운동하기

수술 전에 심호흡과 기침 유도 연습을 하십시오. 의료진이 폐 확장에 도움이 되는 폐활량 측정기를 제공해 드릴 것입니다. 자세한 내용은 *폐활량 측정기 사용법* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)을 참조하십시오.

신체 활동하기

신체 활동은 신체를 수술을 받기 위한 최상의 상태로 만드는 데 도움이 됩니다. 또한 더 빠르고 쉽게 회복할 수 있습니다.

매일 신체 활동을 해보십시오. 걷기, 수영, 자전거 타기와 같이 심박수를 높이는 신체 활동이 좋습니다. 운동에 적합한 날씨가 아니라면 자택 내 계단을 활용하거나 쇼핑몰, 마트를 방문하십시오.

건강한 식단 따르기

수술 전에는 균형 잡힌 건강한 식단을 따라야 합니다. 식단과 관련한 도움이 필요한 경우 의료진에게 임상 영양사와의 상담을 요청하십시오.

골반저근(케겔) 운동 하기

이러한 운동을 통해 수술로 인해 약화되는 근육을 강화할 수 있습니다. 수술 전에 Kegel 운동을 하면 그 느낌을 알 수 있습니다. 자세한 내용은 *Pelvic Floor Muscle (Kegel) Exercises for Males* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males)을 참조하십시오.



Foley 카테터를 사용하는 동안에는 골반저근(Kegel) 운동을 하지 마십시오.

4% 클로르헥시딘 글루코네이트(CHG) 소독용 스킨 클렌저(예: Hibiclens®)를 구매하십시오

4% CHG 용액은 사용 후 24시간 동안 미생물 사멸 작용을 하는 스킨 클렌저입니다. 수술 전에 이 용액을 사용해 목욕하면 수술 후 감염 위험을 줄이는 데 도움이 됩니다. 4% CHG 소독용 스킨 클렌저는 가까운 약국에서 처방전 없이 구매할 수 있습니다.

식염수 관장액(예: Fleet®) 구매

또한 관장을 위해 식염수 관장액을 구매해야 합니다. 가까운 약국에서 처방전 없이 구매할 수 있습니다.

수술 7일 전

아스피린 복용 시 의료진의 지침을 따르십시오

아스피린은 출혈을 유발할 수 있습니다. 아스피린이나 아스피린이 포함된 약을 복용 중인 경우에는 수술 7일 전부터 복용량을 변경하거나 복용을 중단해야 할 수도 있습니다. 의료진의 지침을 따르십시오. **의료진의 지시가 없다면 아스피린을 계속해서 복용하십시오.**

자세한 내용은 *약 또는 보충제에 아스피린, 기타 NSAID, 비타민 E 또는 어유가 함유되어 있는지 확인하는 방법* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)을 참조하십시오.

비타민 E, 종합비타민 및 기타 식이 보충제 복용과 한방 치료 중단

비타민 E, 종합비타민, 한방 치료제 및 기타 식이 보충제는 출혈을 유발할 수 있습니다. 수술 7일 전 복용을 중단하십시오. 의료진이 다른 지침을 제공하는 경우 해당 지침을 따르십시오.

자세한 내용은 *한방 치료제와 암 치료* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)을 참조하십시오.

수술 2일 전

비스테로이드성 소염제(NSAID) 복용 중단

이부프로펜(애드빌®, 모트린®) 및 나프록센(알리브®)과 같은 NSAID는 출혈을 유발할 수 있습니다. 수술 2일 전 복용을 중단하십시오. 의료진이 다른 지침을 제공하는 경우 해당 지침을 따르십시오.

자세한 내용은 *약 또는 보충제에 아스피린, 기타 NSAID, 비타민 E 또는 어유가 함유되어 있는지 확인하는 방법* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)을 참조하십시오.

수술 1일 전

경식 따르기

수술 전날에는 경식을 따르십시오. 경식으로는 작은 샌드위치, 달걀, 토스트, 크래커, 수프 등이 있습니다. 먹고 마시는 유제품의 양을 제한합니다. 양념이 많이 들어간 음식과 튀긴 음식을 피합니다.

관장 준비하기

수술 전날 밤 직접 식염수 관장액을 마셔야 합니다. 상자의 지침을 따르십시오.

수술 시간 숙지

수술 전날 오후 2시 이후에 직원이 전화를 할 것입니다. 수술이 월요일로 예정되어 있다면 금요일에 미리 전화를 드릴 것입니다. 오후 7시까지 전화를 받지 못한 경우에는 212-639-5014로 전화하십시오.

담당 직원이 수술을 위해 병원에 도착해야 하는 시간을 알려줄 것입니다. 또한 어디로 가야하는지도 알려 줍니다.

다음 중 한 곳으로 가게 됩니다.

- The Josie Robertson Surgery Center (JRSC)
  1133 York Ave. (East 61st Street과 East 62nd Street 사이)
- The Presurgical Center (PSC) at Memorial Hospital on the 6th floor
  1275 York Ave. (East 67th Street과 East 68th Street 사이)

MSK 전 지역에서의 주차 및 찾아가는 길 정보는www.msk.org/parking을 참조하십시오.

4% CHG 소독용 스킨 클렌저(예: 히비클렌스)를 사용한 샤워

수술 전날 밤, 취침 전에 4% CHG 소독용 스킨 클렌저를 사용하여 샤워하십시오.

1. 평소 사용하는 샴푸와 컨디셔너로 머리를 감아 줍니다. 머리를 잘 헹굽니다.
2. 평소 사용하는 비누로 얼굴과 생식기(사타구니) 부위를 씻습니다. 온수로 전신을 잘 헹굽니다.
3. 4% CHG 병을 엽니다. 손이나 깨끗한 샤워타월에 소량 덜어냅니다.
4. 샤워 물줄기에서 떨어집니다. 목부터 발끝까지 전신에 4% CHG를 부드럽게 문지릅니다. 얼굴이나 생식기 부위에는 사용하지 마십시오.
5. 샤워기로 4% CHG를 헹굽니다. 온수를 사용하십시오.
6. 깨끗한 수건으로 몸을 말립니다.

샤워 후에 로션, 크림, 데오드란트, 화장, 파우더, 향수, 콜론 등을 사용하지 마십시오.

음식 섭취 지침

중요 사항: GLP-1 약을 복용하고 있다면 다음 지침을 따르지 마십시오. 대신 *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)의 지침을 따르십시오.



수술 또는 시술 전날 자정(오전 12시)부터 음식 섭취를 중단하십시오. 여기에는 단단한 캔디와 껌이 포함됩니다.

의료진이 음식 섭취 중단 시기에 대해 다른 지침을 제공할 수도 있습니다. 그러한 경우 그 지침을 따르십시오. 몇몇 사람들은 수술 또는 시술 전 더 오랜 시간 동안 공복을 유지해야(음식을 섭취하지 않아야) 합니다.

수술 당일

음료 섭취 지침

중요 사항: GLP-1 약을 복용하고 있다면 다음 지침을 따르지 마십시오. 대신 *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)의 지침을 따르십시오.

자정(오전 12시)부터 병원 도착 2시간 전 사이에는 아래 나열된 액체만 섭취하십시오. 그 외에는 다른 어떤 것도 먹거나 마시지 마십시오. 병원 도착 2시간 전부터 음료 섭취를 중단합니다.

- 물.
- 맑은 사과 주스, 맑은 포도 주스 또는 맑은 크랜베리 주스.
- 게토레이 또는 파워에이드.
- 블랙 커피 또는 플레인 티. 설탕을 더하는 것은 괜찮습니다. 그 외에는 다른 어떤 것도 추가하지 마십시오.
    - 어떤 종류의 우유 또는 크림도 소량이라도 추가하지 마십시오. 식물성 우유와 크림도 마찬가지입니다.
    - 향이 있는 시럽은 추가하지 마십시오.

당뇨가 있으신 분들은 음료에 함유된 설탕의 양에 주의해야 합니다. 무설탕 또는 저설탕 음료를 마시면 혈당 수치를 쉽게 조절할 수 있습니다.

수술 및 시술 전에 충분한 수분을 섭취하는 것이 도움이 되므로, 목이 마르면 허용되는 음료를 마시기 바랍니다. 다만 필요 이상으로 마시지는 마십시오. 수술 또는 시술 중에 정맥(IV) 액체가 주입됩니다.



병원 도착 2시간 전부터 음료 섭취를 중단합니다. 여기에는 물이 포함됩니다.

의료진이 음료 섭취 중단 시기에 대해 다른 지침을 제공할 수도 있습니다. 그러한 경우 그 지침을 따르십시오.

지침에 따른 약 복용

의료진이 수술 당일 아침에 어떤 약을 복용해야 하는지 안내합니다. 물과 함께 안내받은 약을 복용합니다. 일상적으로 복용하는 약에 따라, 평상시 아침에 복용하는 약의 일부 또는 전부에 해당하거나 완전히 새로운 약물일 수 있습니다.

4% CHG 소독용 스킨 클렌저(예: 히비클렌스)를 사용한 샤워

병원으로 출발하기 전에 4% CHG 소독용 스킨 클렌저(예: 히비클렌스)를 사용해서 샤워하십시오. 전날 밤과 같은 방법으로 사용합니다.

샤워 후에 로션, 크림, 데오드란트, 화장, 파우더, 향수, 콜론 등을 사용하지 마십시오.

기억해야 할 사항

- 편안하고 헐렁한 옷을 착용하십시오.
- 콘택트 렌즈를 착용하는 경우 안경을 쓰십시오. 수술 중 콘택트 렌즈를 착용하고 있으면 눈 부상을 입을 수 있습니다.
- 금속 물체를 착용하지 마십시오. 바디 피어싱을 포함해 모든 장신구를 제거합니다. 수술 중에 사용하는 도구가 금속에 닿을 경우 화상이 초래될 수 있습니다.
- 귀중품은 자택에 두고 옵니다.

가져와야 하는 물품

- 헐렁한 바지(예: 운동복 바지).
- 평소 입는 것보다 한 치수 또는 두 치수 더 큰 브리프 스타일의 속옷.
- 끈을 묶는 방식의 스니커즈. 수술 후 발이 약간 부을 수 있습니다.
- 수면 무호흡 환자의 경우 사용 중인 호흡기(예: CPAP 기구).
- 강화폐활량계(소유하고 있는 경우).
- 건강 관리 위임장과 기타 사전 의료의향서(작성한 경우).
- 휴대폰과 충전기.
- 신문과 같은 소액 구매를 위한 소정의 경비.
- 개인 소지품을 담을 케이스(있는 경우). 개인 용품의 예로는 안경, 보청기, 의치, 보철 장치, 가발, 종교 용품 등이 있습니다.
- 해당 가이드. 수술 후 자기 관리 방법을 확인할 때 사용합니다.

병원 도착 후

많은 병원 관계자가 이름과 생년월일을 물어보고 스펠링을 알려달라고 할 것입니다. 이것은 환자의 안전을 위해서입니다. 이름이 같거나 비슷한 사람이 환자와 같은 날에 수술을 받을 수 있기 때문

입니다.

수술을 위해 옷을 갈아입을 때 병원 가운, 로브, 미끄럼 방지 양말을 받게 됩니다.

간호사와의 만남

수술 전에 간호사와 만나게 됩니다. 전날 밤 열두 시(밤 12시) 이후에 복용/사용한 약물의 양과 복용/사용한 시간을 간호사에게 알려주십시오. 처방약과 일반의약품, 패치, 크림을 모두 포함시켜야 합니다.

간호사가 정맥(IV) 주사선을 정맥에 삽입할 수 있습니다(보통 팔이나 손에). 간호사가 IV 주사선을 삽입하지 않은 경우에는 마취전문의가 수술실에서 삽입할 것입니다.

마취전문의와의 만남

또한 수술 전에 마취전문의와 만나게 됩니다. 치료 팀은,

- 환자와 함께 환자의 병력을 검토합니다.
- 과거에 마취제 관련 문제를 겪은 적이 있는지 묻습니다. 여기에는 메스꺼움(토할 것 같은 느낌) 또는 통증이 포함됩니다.
- 수술 중 불편 방지와 안전에 관해 알려드립니다.
- 환자가 받게 될 마취 종류에 관해 알려드립니다.
- 마취에 관한 궁금증을 해결해 드립니다.

수술 준비하기

수술 시간이 되면 안경, 보청기, 의치, 보철 장치, 가발, 종교 물품과 같은 개인 소지품을 벗게 됩니다.

수술실로는 걸어 들어가거나 직원에 의해 들것에 실려 들어가게 됩니다. 수술실의 팀원이 수술대에 눕는 것을 도와줄 것입니다. 압박 부츠도 신겨 줍니다. 이 부츠는 부드럽게 팽창 및 수축하면서 다리의 혈액 순환을 돕습니다.

편안한 상태가 되면 마취의가 IV 라인을 통해 마취제를 투여하고 환자는 잠이 들게 됩니다. 또한 수술 중, 그리고 수술 후에도 IV 라인을 통해 수액을 공급받습니다.

수술 도중

마취로 완전한 수면 상태에 접어든 후 치료 팀이 호흡관을 입으로 기도에 위치시킵니다. 이렇게 하면 호흡에 도움이 됩니다. 또한 방광에 비뇨기(폴리) 카테터를 삽입합니다. 이 카테터는 수술 중 소

변(오줌)을 배출하기 위한 용도입니다.

외과의는 수술이 끝나면 봉합사(스티치)로 절개부를 봉합합니다. 또한 절개부에 Steri-Strips™(얇은 수술용 테이프 조각) 또는 Dermabond®(수술용 접착제)가 사용되었을 수도 있습니다. 절개부에 붕대를 드레싱합니다.

수술실에 있는 동안 일반적으로 치료 팀이 환자에게 호흡관을 연결합니다.

전립선 수술 후

이 섹션은 수술 후에 어떤 일이 진행되는지 이해하는 데 도움이 됩니다. 병원과 집에서 안전하게 회복하는 방법을 알려드릴 것입니다.

이 섹션을 읽으면서 의료진에게 물어보고 싶은 내용을 메모해 두십시오.

섹션 개요

귀가할 때, 방광의 소변을 배출하는 요도 카테터를 달고 돌아가게 됩니다. 일반적으로 수술 후 7-14일이 지나면 의료진이 카테터를 제거합니다. 카테터는 깨끗하게 유지하고 지침대로 물을 마시십시오. 소변에 약간의 피가 섞여 나올 수 있습니다. 자주 걷고, Kegel 운동으로 하고, 지시대로 발기부전약을 복용하십시오. 1개월 동안은 무게가 10파운드(약 4.5kg) 이상인 물건을 들어올리지 마십시오. 101 °F(38.3 °C)의 열이 나거나, 하복부 통증이 심하거나, 카테터 배출이 없거나, 제거 후 소변을 볼 수 없으면 즉시 병원으로 전화하십시오.

병원에서

수술이 끝나면 마취 후 회복실(PACU)이나 회복실에서 깨어나게 됩니다. 간호사가 체온, 맥박, 혈압, 산소 수치를 계속해서 확인할 것입니다. 그리고 코 아래에 설치되는 관이나 코와 입을 덮는 마스크를 통해 산소를 공급받습니다. 압박 부츠도 계속 신고 있습니다.

병실에 가면 입원 기간 동안 여러분을 돌봐줄 간호사를 만나게 됩니다. 침대에 도착하자마자 간호사가 침대에서 일어나 의자에 앉을 수 있도록 도와줄 것입니다.

치료 팀이 수술 후 회복하면서 스스로 돌보는 방법을 알려줄 것입니다.

방광에 요도 카테터를 사용하게 됩니다(그림 3 참조). 이는 소변의 양을 추적하기 위한 조치입니다.

또한 절개부 아래에 모이는 체액을 뽑아내기 위해 Jackson Pratt(JP) 배출관을 사용할 수도 있습니다.

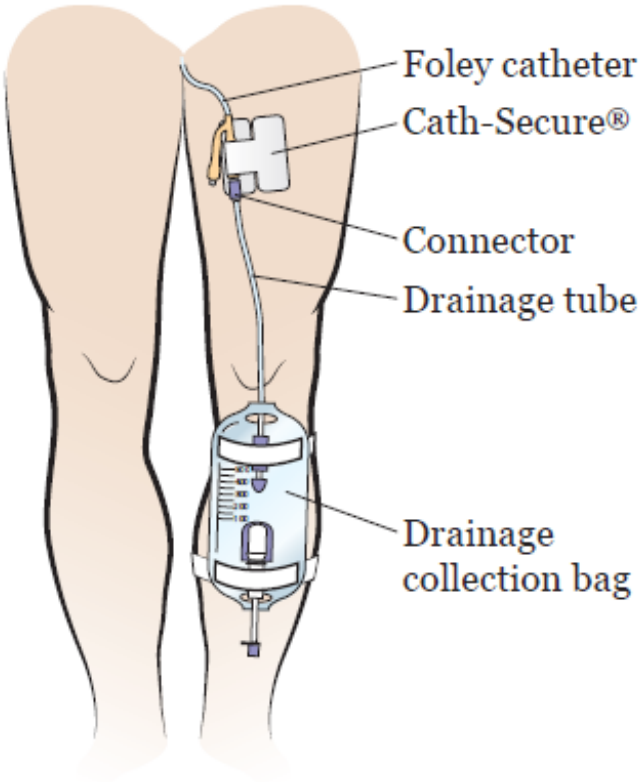


그림 3. 요도(폴리) 카테터

퇴원 시에도 요도 카테터를 착용한 상태로 귀가하게 됩니다. 간호사가 카테터의 관리 방법을 알려주고 집으로 가지고 갈 용품을 제공해 드립니다. 일반적으로 수술 후 7-14일이 지나면 의료진이 카테터를 제거합니다.

카테터를 착용한 동안 소변에 혈액, 섬유질이 많은 조직, 혈전이 섞여 나올 수 있습니다. 이는 정상적인 현상입니다. 신체 내 절개부가 치유되고 있고 딱지가 빠져나오기 때문에 생기는 현상입니다. 혈액이 쉽게 통과할 수 있도록 깨어 있는 동안 매 시간마다 물을 1컵(8온스) 마십니다.

또한 걷거나 배변(대변) 활동을 할 때 카테터 주변 음경 끝에서 혈액이나 소변이 누출될 수 있습니다. 배액 주머니로 소변이 들어가는 것이 보인다면 이는 정상적인 현상입니다. 배액 주머니에 소변이 보이지 않으면 의료진에게 연락하십시오.

카테터 관리는 수술 후 직접 돌보아야 할 가장 큰 부분입니다. 음경 끝을 청결하고 건조하게 유지하십시오. 간호사가 제공한 윤활용 젤을 음경 끝 주변에 바릅니다. 이렇게 하면 자극이 방지됩니다.

자세한 내용은 *요로(폴리) 카테터 정보: 세척 및 관리 방법*(www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter)을 참조하십시오.

진통제

IV 진통제를 투여받을 경우 IV 라인을 통해 혈류에 주입하게 됩니다.

간호사가 수술 후 회복 방법을 알려 드릴 것입니다. 아래는 안전하게 회복하는 데 도움이 될 수 있는 몇 가지 예시입니다.

- 간호사 또는 물리 치료사의 도움을 받아 걷는 것을 권장합니다. 통증을 완화할 수 있는 약을 병원에서 제공해 드릴 것입니다. 걷기는 혈전과 폐렴의 위험을 낮추는 데 도움이 됩니다. 또한 장이 다시 작동하기 시작하도록 자극하는 데도 도움이 됩니다.
- 폐활량 측정기를 사용하십시오. 폐를 확장시켜 폐렴을 방지하는 데 도움이 됩니다. 자세한 내용은 *폐활량 측정기 사용법*(www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)을 참조하십시오.

통증 관리

수술 후에는 약간의 통증이 있을 것입니다. 전립선 수술 후 일반적인 통증은 다음과 같습니다.

- 절개부 주변의 복부 통증.
- 가스 통증.
- 등이나 어깨와 같은 다른 신체 부위의 통증.
- 직장 압박감(배변을 해야 할 것 같은 느낌). 전립선은 직장 바로 위에 있으므로 이러한 느낌은 일반적인 것입니다. 시간이 지나면 이 느낌이 사라집니다.

의료진이 통증에 대해 자주 물어보고 필요하다고 판단되면 약을 처방해 드릴 것입니다. 통증이 완화되지 않으면 의료진에게 알리십시오. 강화폐활량계를 사용하고 움직일 수 있도록 통증을 조절하는 것이 중요합니다. 통증을 조절하면 더 빠르게 회복하는 데 도움이 될 수 있습니다.

가스 통증

복강경 또는 로봇 보조 복강경 수술을 받은 경우에는 어깨 통증이 생길 수 있습니다. 연관 통증이라고 하는 이 통증은 일반적인 현상입니다. 수술 도중 복부에 주입된 가스에 의해 생기는 통증입니다. 이 통증은 며칠이 지나면 사라집니다.

어깨 통증이 있는 경우에는 의료진에게 알리십시오. 의료진이 제공하는 핫팩을 어깨에 대고 있으면 통증을 줄이는 데 도움이 됩니다. 주변을 걸어다니면 신체가 가스를 더 빠르게 흡수해 통증을 줄이는 데 도움이 됩니다.

병원을 떠나기 전 진통제를 처방받게 됩니다. 가능한 부작용과 관련해 의료진과 상의하십시오. 언제부터 처방전이 필요치 않은 진통제로 바꿔서 복용해도 되는지 물어보십시오.

방광 경련

수술 후 방관 경련이 생길 수 있습니다. 하복부와 음경에 갑작스럽고 강렬한 경련통이 느껴질 수 있습니다. 또한 급하게 배뇨(소변)가 필요한 것처럼 느껴질 수도 있습니다. 이러한 경련은 시간이 지나면서 괜찮아집니다.

멍

복부, 상부 대퇴, 음경 및 음낭에 약간의 멍이 생길 수 있습니다. 이 증상은 수술 후 1-2주가 지나면 사라집니다.

팽만감

며칠 동안 복부 팽만 증상이 생길 수 있습니다. 걷기가 가스와 팽만을 줄이는 데 도움이 될 수 있습니다. 가스가 통과하기 시작할 때까지는 탄산(거품이 나는) 음료를 피하십시오.

운동 및 걷기

움직이고 걷는 것은 혈전 및 폐렴(폐 감염)의 위험을 낮추는 데 도움이 됩니다. 또한 가스를 배출하고 장운동(배변)을 다시 시작하는 데 도움이 됩니다. 필요한 경우 간호사, 물리치료사 또는 직업치료사가 활동을 도와줄 것입니다.

걷기가 회복에 어떻게 도움이 될 수 있는지 자세히 알아보려면*Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)을 참조하십시오.

입원 중에 안전을 유지하고 낙상을 방지하기 위해 무엇을 할 수 있는지 알아보려면*Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)을 참조하십시오.

폐 운동

충분히 팽창할 수 있도록 폐 운동하는 것이 중요합니다. 폐 운동은 폐렴을 방지하는 데 도움이 됩니다.

- 깨어 있을 때마다 폐활량 측정기를 10회 사용하십시오. 자세한 내용은*폐활량 측정기 사용법* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)을 참조하십시오.

- 기침과 심호흡 운동을 하십시오. 의료진이 방법을 알려드릴 것입니다.

음식물 섭취

수술 후 식단에는 제한이 없습니다. 원하는 것은 무엇이든 먹거나 마실 수 있지만, 식욕은 그다지 좋지 않을 수 있습니다. 이 문제는 며칠 동안 지속될 수 있습니다. 일반적인 식사를 하는 것보다는 스낵류를 먹는 것이 도움이 될 수 있습니다.

배고프지 않거나 목마르지 않으면서 억지로 먹거나 마시려 하지 마십시오. 배고플 경우에만 음식을 드십시오. 배가 고프지 않으면 먹지 마십시오.

식단에 대해 궁금한 점이 있으면 임상 영양사에게 문의하십시오.

관 및 배액관 관리

환자분은 요도(폴리) 카테터를 착용한 상태로 귀가하게 됩니다. 카테터 관리는 수술 후 직접 돌보아야 할 가장 큰 부분입니다. 음경 끝을 청결하고 건조하게 유지하십시오. 간호사가 제공한 윤활용 젤을 음경 끝 주변에 바릅니다. 이렇게 하면 자극이 방지됩니다.

자세한 내용은 *요로(폴리) 카테터 정보: 세척 및 관리 방법*(www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter)을 참조하십시오.

이때 간병인도 함께 카테터 관리 방법을 배우는 것이 도움이 됩니다. 그러면 집에서 스스로 관리하는 과정을 보다 쉽게 도울 수 있습니다.

샤워

목욕은 수술 후 24시간이 지나면 할 수 있습니다. 따뜻한 물로 샤워하는 것은 긴장을 풀어주고 근육통을 줄이는 데 도움이 됩니다. 수술 후 첫 진료 시 의사와 상의하기 전까지는 욕조 목욕을 하지 마십시오.

샤워하는 동안 비누를 사용하고 절개부를 살살 씻어내십시오. 샤워 후 수건으로 해당 부위를 두드려 말리고, 배액 중이 아닌 한 절개 부위를 덮지 않은 상태로 두십시오. 절개부에 발적이나 배액이 보이면 의사에게 전화하십시오.

퇴원

병원을 나서기 전에 의료진과 함께 절개부를 살펴보십시오. 절개부가 어떤 모양인지 알아두면 나중에 변화가 있을 때 알아채는 데 도움이 됩니다.

퇴원 당일 오전 11시쯤 퇴원할 계획을 세우십시오. 퇴원 전에 의료진이 퇴원 지시서와 처방전을 작

성해 드립니다. 서면 퇴원 지침도 받게 됩니다. 의료진 중 한 명이 퇴원 전에 환자와 함께 이 지침을 검토할 것입니다.

퇴원 준비를 마쳤을 때 이동 수단이 병원에 도착해 있지 않은 경우, 환자 라운지에서 대기할 수도 있습니다. 치료 팀이 자세한 정보를 제공해 드립니다.

병리학 결과 받기

외과의가 수술 후 10-14일(영업일 기준) 뒤 환자의 결과를 받게 됩니다. 14일(영업일 기준) 후에도 전화를 받지 못할 경우에는 담당의에게 전화를 거십시오. 의사와 다음 사항에 대해 상담합니다.

- 최종 병리학 보고서.
- PSA 결과.
- 회복 관련 문제점.

필요할 수도 있는 다른 치료.

자택에서

낙상 방지를 위한 조치(www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)를 읽어 자택에 있을 때와 진료를 받기 위해 MSK에 머무는 동안 낙상을 방지하기 위해 무엇을 할 수 있는지 알아보십시오.

Recovery Tracker(회복 질문지) 작성

MSK에서 환자분들이 퇴원 후 어떤 느낌을 가지는지 알아보고자 합니다. 진료에 도움이 될 수 있도록 MSK MyChart 계정으로 질문을 보내 드릴 것입니다. 퇴원 후 10일 동안 매일 보낼 것입니다. 이러한 질문은 Recovery Tracker(회복 질문지)라고 합니다.

매일 자정(밤 12시) 전에 Recovery Tracker(회복 질문지)를 작성해 주십시오. 질문지 작성에는 2-3분 정도밖에 걸리지 않습니다. 이러한 질문에 답하시면 MSK가 환자분의 기분이 어떻고, 환자분이 무엇을 필요로 하는지 이해하는 데 도움이 됩니다.

답변을 기준으로, 추가 정보를 얻기 위해 MSK에서 환자분에게 연락할 수 있으며, 때로는 담당의에게 전화를 걸도록 환자분께 요청을 드릴 수도 있습니다. 문의 사항이 있으시면 언제든 담당의에게 연락하십시오.

자세히 알아보려면 *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)을 참조하

십시오.

통증 관리

통증이나 불편감이 지속되는 기간은 사람마다 다릅니다. 퇴원하는 중에도 여전히 약간의 통증이 있을 수 있으며 진통제를 사용하게 될 수 있습니다. 사람에 따라 절개부 주변이 6개월 이상 아프거나, 당기거나, 근육통이 있을 수도 있습니다. 이것은 정상입니다.

아래의 가이드라인을 따르면 자택에서 통증을 관리하는 데 도움이 됩니다.

- 지침과 필요에 따라 약을 복용합니다.
- 처방받은 약이 통증 완화에 도움이 되지 않으면 의료진에게 문의합니다.
- 처방받은 진통제를 복용하는 기간 동안은 운전이나 음주를 하지 마십시오. 처방받은 진통제 중 일부는 졸음(매우 나른함)을 유발할 수 있습니다. 알코올은 졸음을 더 악화시킬 수 있습니다.
- 절개 부위가 치유되면서 통증이 줄어들고 진통제 복용량이 감소하게 됩니다. 일반의약품으로 판매되는 진통제는 통증과 불편을 완화하는 데 도움을 드릴 것입니다. 일반의약품으로는 아세트아미노펜(타이레놀®)과 이부프로펜(애드빌 또는 모트린) 등이 있습니다.
    - 처방받은 진통제 복용을 중단하려면 의료진의 지침을 따르십시오.
    - 지나치게 많은 약을 복용하지 마십시오. 라벨에 표시되어 있는 지침 또는 의료진이 알려주는 지침을 따르십시오.
    - 복용 중인 모든 약의 라벨을 읽으십시오. 아세트아미노펜을 복용 중인 경우에는 특히 중요합니다. 아세트아미노펜은 처방약과 일반의약품에 흔히 사용되는 성분입니다. 복용량이 너무 많으면 간에 해로울 수 있습니다. 치료 팀과 상의하지 않은 채 아세트아미노펜이 함유된 약을 두 개 이상 복용하지 마십시오.
- 진통제는 일상적인 활동을 재개할 때 도움이 됩니다. 충분히 복용하면 활동과 운동을 수월하게 하는 데 도움이 됩니다. 활력이 증가하면서 통증이 약간 커질 수도 있습니다.
- 진통제를 복용하는 때를 기록해 두십시오. 복용 후 30-45분 정도 지나면 약 효과가 가장 높아집니다. 참다가 통증이 악화되었을 때 복용하는 것보다 통증이 느껴지는 초기에 복용하는 것이 더 좋습니다.

일부 처방 진통제(예: 오피오이드)는 변비를 유발할 수 있습니다. 변비란 평소보다 배변 횟수가 줄거나, 배변에 어려움이 있거나, 두 가지 모두가 나타나는 것을 말합니다.

변비 예방 및 관리

변비 예방과 관리 방법을 의료진과 상의하십시오. 다음과 같은 가이드라인을 따를 수도 있습니다.

- 매일 같은 시간에 화잘실에 갑니다. 습관이 되면 인체가 반응을 하게 됩니다. 단, 다른 시간에라도 배변 욕구가 느껴지면 참지 마십시오.
- 식후 5-15분 뒤에 화장실을 이용해 봅니다. 아침 식사 이후가 좋은 때입니다. 이 시간에 대장 반응이 가장 활발하게 이루어집니다.
- 가능하다면 운동을 합니다. 걷기는 변비 예방 및 관리에 도움이 되는 좋은 운동입니다.
- 가능하다면 매일 액체 8-10컵(2리터)을 마십니다. 물, 주스(예: 푸룬 주스), 수프, 밀크쉐이크를 선택하십시오. 카페인(예: 커피, 탄산음료) 음료는 제한하십시오. 카페인을 마시면 인체에서 체액이 빠져나갈 수 있습니다.
- 식단 중 섬유질을 하루 25-35그램으로 서서히 늘립니다. 껍질을 까지 않은 과일, 채소, 통곡물, 씨리얼에는 섬유가 함유되어 있습니다. 누설치술을 받았거나 최근 장 수술을 받은 경우, 식단을 바꾸기 전에 의료진에게 문의하십시오.
- 일반의약품과 처방약 모두 변비를 치료할 수 있습니다. 변비약을 복용하기 전에 의료진에게 문의하십시오. 누설치술을 받았거나 장 수술을 받은 경우 의료진에게 문의하는 것이 굉장히 중요합니다. 라벨에 표시되어 있는 지침 또는 의료진이 알려주는 지침을 따르십시오. 변비용 일반의약품으로는 다음과 같은 약품이 있습니다.
    - 도큐세이트 나트륨(Colace®) 부작용이 적은 대변 연화제(배변이 잦아지고 연해지도록 하는 의약품)입니다. 변비 예방에 도움이 될 수 있습니다. 미네랄 오일과 함께 복용하지 마십시오.
    - 폴리에틸렌글리콜(MiraLAX®). 부작용이 적은 완하제(배변이 잦아지는 의약품)입니다. 액체 8온스(1컵)와 함께 복용하십시오. 변비가 있는 경우에만 복용하시면 됩니다.
    - 센나(Senokot®). 자극성 하제로, 경련통을 유발할 수 있습니다. 취침 시에 복용하는 것이 좋습니다. 변비가 있는 경우에만 복용하시면 됩니다.

    이러한 의약품 복용 시 설사(연하거나 묽은 배변)가 동반되면 복용을 중단하십시오. 필요하면 다시 복용하셔도 됩니다.

수술 후 최대 5일 동안 배변을 하지 못할 수도 있습니다. 이는 정상적인 현상입니다. 퇴원 후 둘째 날 저녁까지 가스가 나오고도 배변을 하지 못할 경우 MiraLAX를 복용합니다. 배변이 정상화될 때까지 계속 복용하면 됩니다. 2일 내에 가스가 나오지 않거나 4일 후에도 배변이 없으면 의료진에게 전화하십시오.

수술 후 최소 6주 동안은 관장액이나 좌약을 사용하지 마십시오.

절개부 관리

절개부 위치는 받은 수술 유형에 따라 다릅니다.

절개부 아래 피부가 마비되는 것은 정상입니다. 이 증상은 수술 중 신경 일부가 절단된 경우에 발생합니다. 무감각은 시간이 지나면 사라질 것입니다.

퇴원 전에 간호사와 함께 절개부를 살펴보고 상태를 확인합니다. 퇴원 준비가 될 때 무렵이면 절개부가 아물기 시작할 것입니다. 절개부에서 배액이 흘러 나오면 그 양과 색을 메모해 두십시오. 절개부 배액에 대해서는 의사 진료실로 전화를 걸어 간호사와 상의하십시오.

다음과 같은 경우에는 의료진 진료실로 전화하십시오.

- 절개부 주변 피부가 매우 붉거나 더 붉어지는 경우.
- 절개부 주변 피부가 평소보다 더 따뜻함.
- 절개부 주변에서 부종이 시작되거나 더 붓는 경우.
- 고름처럼 보이는 배액(진하고 유백색)이 보이는 경우.

하루에 한 번 이상 붕대를 교체하고, 배액으로 인해 젖은 경우에는 더 자주 교체합니다. 절개부에서 더 이상 배액이 나오지 않으면 붕대를 대지 않고 놓아 둘 수 있습니다.

절개부에 Steri-Strips를 붙이고 귀가할 경우, 시간이 지나면 느슨해지다 저절로 떨어집니다. 10일 내에 떨어지지 않으면 직접 떼어내셔도 됩니다.

봉합사 위에 글루를 바르고 귀가할 경우, 느슨해지다가 저절로 떨어집니다. 글루를 떼어내거나 벗겨내지 마십시오.

음경과 음낭의 붓기 감소

음경과 음낭에 붓기와 멍이 생기게 됩니다. 음낭이 그레이프프루트만큼 커질 수도 있습니다. 이는 정상적인 현상으로 점차 사라지게 됩니다. 앉거나 누워 있는 자세에서 둥글게 만 수건 위에 음낭을 올리면 붓기를 줄이는 데 도움이 될 수 있습니다. 또한 복서형 속옷을 입는 대신 삼각 팬티를 입는 것이 도움이 됩니다.

포경수술을 받지 않은 음경의 관리

수술 후 포피(음경 머리 부분을 덮고 있는 느슨한 피부)를 뒤로 당겨서 음경 끝을 세척하거나 윤활

할 수 있습니다. **세척 또는 윤활 후에는 항상 포피를 음경 머리 부분으로 돌려 놓으십시오.**

포피를 당긴 상태로 놓아 두면 음경 머리 부분 뒤에서 갇혀 음경의 혈액 순환을 막을 수 있습니다. 음경 머리 부분으로 돌려 놓으면 심각한 문제가 방지됩니다.

소변 조절

카테터 제거 후 소변을 조절하는 데 문제가 생길 수 있습니다. 그 이유는 방광에 소변을 모아두는 근육이 약해지기 때문입니다.

소변 누출을 일으킬 수 있는 다른 원인으로는 다음과 같은 것들이 있습니다.

- 방광이 가득 참.
- 피곤함.
- 알코일이나 카페인이 함유된 음료 섭취.

방광을 다시 완전히 조절할 수 있기까지 몇 개월이 소요될 수 있습니다.

카테터를 제거하고 나면 운동을 통해 근육을 강화할 수 있습니다. 이는 수술 전에 했던 골반저근(Kegel) 운동입니다.

힘을 쓰거나 기침을 하거나 무언가를 들어 올릴 때 약간의 누출이 생길 수 있습니다. 이는 복압성요실금이라는 현상입니다.

처음에는 야간에 방광 조절이 더 잘 된다는 느낌이 들 수 있습니다. 그 이유는 누워 있을 때 방광에 가해지는 압박이 적기 때문입니다. 수술 후 처음 몇 개월 동안은 종종 급하게 소변이 마려울 수 있습니다. 카테터로 인해 방광이 비워진 상태로 유지되었다가 다시 팽창하는 데 시간이 걸리게 됩니다.

대부분의 경우, 소변 조절은 문제가 되지 않습니다. 수술 후 최대 12개월 동안 근력이 계속 좋아질 것입니다. 12개월 후에도 소변 조절에 문제가 있으면 외과의와 상의하십시오. 요도 슬링 또는 인공 요도괄약근 이식과 같은 외과적 시술이 도움이 될 수 있습니다. 자세한 사항은 National Association for Continence 웹사이트(www.nafc.org)를 참조하십시오.

다음과 같은 경우 즉시 의사에게 전화하십시오.

- **소변을 볼 때 하복부에 심한(매우 나쁜) 통증이 있는 경우**
- **소변을 볼 수 없음.**

카테터를 다시 착용해야 할 수도 있습니다.

음식물 섭취

수술 후 처음 며칠 동안은 샌드위치, 요거트, 수프, 유동식 등의 경식을 드셔야 합니다. 콩, 브로콜리, 양파, 양배추, 콜리플라워 등 가스를 유발할 수 있는 음식은 피하십시오. 첫 배변 시까지는 이 지침을 지켜야 합니다. 첫 배변이 시작되고 견딜만 하다면 정상 식단으로 돌아갈 수 있습니다.

수술 후 카테터를 착용한 상태에서는 충분한 양의 수분을 섭취합니다. 식욕이 다시 돌아올 때까지는 수프와 죽을 드시는 것이 좋습니다.

신체적 활동과 운동

절개부는 퇴원할 때에는 겉으로 보기에 치유된 것처럼 보일 수 있습니다. 안쪽은 치유되지 않았을 것입니다. 수술 후 1개월 동안:

- 10파운드(약 4.5킬로그램)보다 무거운 물건을 들지 마십시오.
- 격렬한 활동(예: 조깅, 테니스)을 하지 마십시오.
- 접촉이 많은 스포츠(예: 축구)를 피하십시오.

걷기나 계단 오르기와 같은 신체 활동을 하면 근력을 기를 수 있으며 기분 전환에도 도움이 됩니다. 하루에 적어도 2~3번 20~30분의 신체 활동을 해주십시오. 예를 들어, 야외를 걷거나 실내 쇼핑몰 또는 쇼핑 센터를 걸을 수 있습니다.

수술 후 평상시보다 활력이 떨어지는 것은 정상입니다. 회복 시간은 사람마다 다릅니다. 매일 가능한 만큼 활동량을 늘려 가십시오. 항상 활동 시간과 휴식 시간의 균형을 유지해야 합니다. 휴식은 회복에서 중요한 부분을 차지합니다.

성활동

요도 카테터 제거 후에는 성생활을 재개할 수 있습니다.

운전

의료진에게 운전해도 되는지 문의하십시오. 대부분의 경우 카테터를 제거하고 나면 다시 운전을 시작할 수 있습니다. 졸음을 유발할 수 있는 진통제를 복용하고 운전을 하면 안 됩니다.

동승자로 탑승하는 경우는 퇴원 후 언제든지 가능합니다.

수술 후 최소 한 달 동안은 자전거나 오토바이를 타지 마십시오.

업무로의 복귀
귀하의 직업과 관련해 의료진과 상의하십시오. 귀하의 직업을 기준으로 언제 안전하게 업무를 다시 시작할 수 있는지 알려줄 것입니다.

대부분의 경우 수술 후 약 2-4주가 지나면 직장으로 돌아갈 수 있습니다. 이동이 많거나 무거운 물건을 드는 직업을 가진 경우에는 복귀가 약간 더 늦어질 수 있습니다. 카테터를 빼고 나면 책상이나 사무실 업무에 편안함을 느낄 수도 있습니다.

여행
수술 후 평상시처럼 여행을 할 수 있습니다.

수술 후 약 3개월 동안은 혈병이 발생할 위험이 더 큽니다. 활력을 유지해야 한다는 점을 기억하십시오. 여행 중 앉아 있어야 할 때는 발목과 무릎을 풀어 줍니다.

감정 관리
중병으로 인해 수술을 받은 뒤 낯설고 혼란스러운 감정을 느낄 수 있습니다. 많은 분들이 한 번쯤은 눈물이 날 것 같은 기분, 슬픔, 걱정, 불안, 예민 또는 화를 느낀다고 합니다. 이런 감정들을 통제하기가 어렵다고 느끼실 수도 있습니다. 이러한 경우에는 감정 지원을 구하는 것이 좋은 방법입니다. 의료진이 MSK 상담 센터를 추천해 드릴 수 있습니다. 또한 646-888-0200으로 전화해서 연결할 수도 있습니다.

감정 대처의 첫 번째 단계는 내가 어떤 기분인지를 말하는 것입니다. 가족이나 친구가 도움이 될 수 있습니다. 또한 의료진이 안심시켜 드리고 지지하고 안내해 드릴 수 있습니다. 어떤 경우든 저희 병원과 가족, 친구들에게 내 감정을 알리는 것이 좋은 방법입니다. 환자와 가족들이 이용할 수 있는 많은 리소스가 있습니다. 저희 센터가 환자와 환자의 가족과 친구가 질환의 감정적 측면을 조절할 수 있도록 도와드릴 것입니다. 병원에 계시든 자택에 계시든 상관없이 도와드리겠습니다.

수분 섭취량 감소
카테터 제거 후에는 평상시보다 매일 마시는 수분의 양을 줄이십시오. 매일 4-6컵(8온스)의 액체를 마셔야 합니다.

- 오후 7시 이후에는 마시는 액체의 양을 제한하고 취침 전에 방광을 비워 줍니다. 이렇게 하면 야간에 깨어나는 것을 방지할 수 있습니다.
- 소변 누출이 많다면 카페인이 함유된 액체나 알코올의 섭취를 제한하십시오.
- Kegel 운동을 재개하려면 먼저 의료진과 상의하십시오.

발기

발기 부전(ED)은 발기가 되지 않는 것을 의미합니다. 전립선 수술 후 발기 기능이 회복되는 데는 일정 시간이 필요합니다. 몇 주에서 몇 개월이 걸릴 수 있습니다.

카테터를 제거하고 난 후 처음 몇 주 동안은 성생활에 충분할 정도로 발기가 이루어지지 않을 수 있습니다. 실데나필 시트레이트(Viagra)와 같은 약을 복용해도 이 문제가 지속될 수 있습니다. 치료팀이 발기 기능을 개선할 수 있는 옵션을 알려 드릴 것입니다.

ED 치료 옵션

매일 ED용 약을 복용할 것을 권장합니다. ED용 약은 음경으로의 혈류를 촉진하여 이러한 조직을 건강한 상태로 유지합니다.

대부분의 보험사가 실데나필 시트레이트(Viagra) 처방에 대해서는 보험을 적용해 주지 않습니다. 수술 전에 보험사에게 연락해서 약관을 확인해 주십시오.

의사 또는 간호사가 의약품 복용 계획에 대한 정보를 제공해 드릴 것입니다. 수술 후 외래로 외과의를 만날 때까지 이 계획을 계속 따르십시오.

계획은 다음 중 하나일 수 있습니다.

의약품	정상 복용량	시험 복용량
실데나필 시트레이트(Viagra) 100 mg 알약	주 6회, 밤에 알약(25 mg) 1개를 복용합니다. 25 mg의 복용량을 만들기 위해 100 mg 알약을 4조각으로 나눕니다. 가까운 약국에서 알약 절단기를 구해서 사용하십시오.	주 1회, 밤에 알약(100 mg) 1개를 복용합니다. 총 복용량은 100 mg입니다.
실데나필 시트레이트(제네릭) 20 mg 알약	주 6회, 밤에 알약(20 mg) 1개를 복용합니다.	주 1회, 밤에 알약(20 mg) 5개를 복용합니다. 총 복용량은 100 mg입니다.
실데나필 시트레이트(제네릭) 25 mg 알약	주 6회, 밤에 알약(25 mg) 1개를 복용합니다	주 1회, 밤에 알약(25 mg) 4개를 복용합니다. 총 100 mg입니다.
타다라필(Cialis) 20 mg 알약	격일로 1회, 알약(20 mg) 1개를 복용합니다.	시험 복용량을 복용하지 마십시오. 20 mg이 최대 복용량입니다.
타다라필(Cialis) 5 mg 알약	주 6회, 밤에 알약(5 mg) 1개를 복용합니다.	주 1회, 밤에 알약(5 mg) 4개를 복용합니다. 총 복용량은 20 mg입니다.

시험 복용량 정보

- 시험 복용량은 공복에 복용하십시오. 저녁 식사 약 2시간 전에 복용하면 됩니다.
- 약이 효과를 보이기 시작하는 데는 30-60분 정도 걸리며, 약효는 최대 8시간 동안 지속됩니다. 이 8시간 동안 언제든 파트너와의 접촉을 통해 또는 혼자서 성적 흥분을 끌어올려 봅니다. 어떤 일이 있었는지 기록해 두었다가 다음에 병원에 방문할 때 의사에게 알려주십시오.
- 4주 동안 시험 복용량을 시도한 후에도 아무런 반응이 없으면 의사 진료실로 전화하십시오. 의사가 성의학 약물 팀에게 연결해 드릴 수 있습니다.

알약이 효과가 없을 경우 필요한 조치

Viagra와 같은 약을 사용했는데도 곧바로 성행위에 충분할 정도로 발기가 되지 않을 수 있습니다. 여기에는 시간이 필요합니다. 처방약을 복용하면 발기 능력을 개선하는 데 도움이 될 수 있지만, 모든 사람에게 효과가 있는 것은 아닙니다.

약이 효과가 없으면 발기를 위해 다른 것을 시도해볼 수 있습니다.

발기 부전을 치료하기 위한 다른 옵션에 대해 자세히 알아보려면 남성 성 및 생식의학 프로그램 팀과 상의하십시오. 예약을 원하시면 646-888-6024로 전화주십시오.

후속 진료

수술 후 전립선 특이 항원(PSA) 혈액 검사를 받아야 합니다. PSA는 전립선에 의해 만들어지는 일반적인 단백질입니다. 일반적으로 암이 존재하면 PSA 수치가 증가합니다. 암이 완전히 제거되었다면 PSA 수치가 나타나지 않아야 합니다.

다음과 같은 시점에 PSA 혈액 검사를 받게 됩니다.

- 수술이 끝나고 6-8주 후
- 수술이 끝나고 3-6개월 후
- 수술이 끝나고 12개월 후
- 수술이 끝나고 12개월 이후부터는 6개월마다 PSA 혈액 검사를 받게 됩니다. 이 검사 간격은 수술 후 5년 동안 이어집니다.
- 수술이 끝나고 5년 이후부터는 12개월마다 PSA 혈액 검사를 받게 됩니다. 이 검사 간격은 평생 동안 이어집니다.
- 의사가 더 자주 PSA 혈액 검사를 받으라고 지시할 수도 있습니다. 그러한 경우에는 간호사가

추가 정보를 제공해 드릴 것입니다.

가능하면 MSK 병원이나 분원에서 PSA 혈액 검사를 받으십시오. MSK 병원에서 검사를 받을 수 없는 경우에는 거주하고 있는 지역의 가까운 병원을 찾아갈 수 있습니다. 팩스를 이용해서 MSK 의사의 진료실로 결과를 전달되로록 하십시오.

MSK에서 이어지는 후속 진료

MSK의 생존권 프로그램은 MSK에서 전립선암 치료를 받은 분들을 위한 포괄적인 후속 진료를 진행합니다. 환자가 언제 이 단계에 참여할 준비가 되었는지 판단할 수 있도록 담당 의사가 도와 드릴 것입니다. 이 프로그램은 전립선암의 신체적, 정서적 영향으로부터 회복할 수 있도록 지원해 줍니다. 또한 암 재발 징후도 감시합니다.

APP(Advance Practice Provider)는 의사와 긴밀하게 협력하고 환자의 진료를 담당합니다. APP는 MSK의 전립선암 치료 팀 구성원으로, 암 생존자의 진료에 있어 전문가입니다.

APP의 역할은 다음과 같습니다.

- 암 징후가 다시 보이는지 확인.
- 통증 및 피로(평상시보다 더 지치거나 약해진 느낌)와 같은 치료로 인한 영향 관리.
- 다른 암을 확인하기 위한 선별 검사 권장.
- 식단, 운동, 금연 등 건강한 생활 방식에 대한 상담 제공.

APP와 만나는 동안 진행되는 사항:

- 환자 본인의 의료 기록에 대한 대화.
- 신체 검사를 실시합니다.
- X선, 스캔, 혈액 검사 등 검사 안내.
- 필요한 경우 다른 의료진 추천.
- 필요한 경우 약 처방.

생존권 프로그램에 대한 자세한 정보가 필요하면 의사나 간호사와 상의하거나 온라인 생존권 센터(www.msk.org/experience/living-beyond-cancer)를 방문할 수 있습니다.

의료진에게 전화해야 하는 경우

다음 증상이 있는 경우 바로 의료진에게 전화하십시오.

- 101 °F(38.3 °C) 이상의 열.
- 소변을 볼 때 하복부(배)의 심한 통증.
- 소변을 볼 수 없음.
- 종아리 또는 허벅지의 부종 또는 압통(특히, 한쪽 다리가 다른쪽 다리보다 더 많이 부은 경우).
- 숨이 가쁘거나 기침할 때 피가 함께 나오는 증상.

연락처 정보

궁금한 점이나 우려 사항이 있으면 의료진에게 연락하십시오. 월요일-금요일, 오전 9시부터 오후 5시까지는 담당 치료 팀이 답변해 드릴 것이며, 그외 시간인 경우 메시지를 남기거나 다른 MSK 직원과 대화하실 수 있습니다. 항상 의사 또는 간호사와 통화 가능합니다.

담당 의료진에게 연락하는 방법을 잘 모르면212-639-2000으로 전화하십시오.

지원 서비스

이 섹션에서는 지원 서비스 목록을 확인할 수 있습니다. 이러한 서비스는 수술 준비를 하고 수술 후 회복하는 데 도움이 됩니다.

이 섹션을 읽으면서 의료진에게 물어보고 싶은 내용을 메모해 두십시오.

MSK 지원 서비스

접수처
212-639-7606
개인실 요청을 포함해서 입원 수속과 관련해 궁금한 점이 있으면 전화로 문의해 주십시오.

마취과
212-639-6840
마취 관련 문의가 있는 경우 전화하십시오.

헌혈실
212-639-7643
정보가 필요하거나 혈액 또는 혈소판 기증에 관심이 있으시면 전화를 걸어 주십시오.

Bobst International Center

www.msk.org/international
888-675-7722
전 세계 각지에서 저희 센터를 찾아오신 환자분들을 환영하며 도움이 될 만한 다양한 서비스를 제공합니다. 국제 환자의 경우 전화하여 일정 조율과 관련한 도움을 받으십시오.

상담 센터
www.msk.org/counseling
646-888-0200
많은 분들이 상담의 도움을 받고 계십니다. MSK 상담 센터는 개인, 커플, 가족 및 단체를 위한 상담을 제공합니다. 불안이나 우울감을 느낄 경우 도움이 될 만한 의약품도 처방해 드릴 수 있습니다. 상담을 받으려면 치료 팀에게 의뢰를 요청하거나 위 번호로 전화하십시오.

푸드 팬트리 프로그램
646-888-8055
암 치료 중에 필요한 식품을 제공합니다. 자세한 정보가 필요하면 치료 팀에 문의하거나 위 번호로 전화하십시오.

통합 의학 및 웰빙 서비스
www.msk.org/integrativemedicine
통합 의학 및 웰빙 서비스는 전통 의학을 보완하는 다양한 서비스를 제공합니다. 예를 들어 음악 치료, 정신/신체 요법, 춤 및 활동 요법, 요가, 촉각 요법을 제공하고 있습니다. 이러한 서비스를 예약하려면 646-449-1010으로 전화하십시오.

또한 통합 의학 및 웰빙 서비스 팀 의료진과의 상담도 예약하실 수 있습니다. 건강한 생활 방식을 만들고 부작용을 관리하는 계획을 마련할 수 있도록 도와 드릴 것입니다. 상담을 예약하려면 646-608-8550으로 전화하십시오.

MSK 라이브러리
library.mskcc.org
라이브러리 웹사이트를 방문하거나 라이브러리 참고 스태프에 이메일 (asklibrarian@mskcc.org)을 보내서 상의할 수 있습니다. 참고 스태프를 통해 암 종류에 대한 자세한 정보를 확인할 수 있습니다. 라이브러리의 환자 교육 리소스 가이드를 참조할 수도 있습니다.

영양 서비스
www.msk.org/nutrition

212-639-7312
영양 서비스는 임상 영양사를 통해 영양 상담을 제공합니다. 임상 영양사가 환자의 식습관에 대해 이야기할 것입니다. 치료 중과 치료 후에 무엇을 먹어야 하는지에 대한 조언도 줄 수 있습니다. 상담을 받으려면 치료 팀에게 의뢰를 요청하거나 위 번호로 전화하십시오.

환자 및 커뮤니티 교육
www.msk.org/pe
환자 및 커뮤니티 교육 웹사이트에서 교육 자료, 동영상 및 온라인 프로그램을 검색해 보십시오.

Patient Billing
646-227-3378
보험사 관련 사전인증에 대한 문의사항이 있으면 전화해 주십시오. 이는 사전승인이라고도 합니다.

환자 담당자 사무실
212-639-7202
건강 관리 위임장에 대해 궁금한 점이 있거나 치료 관련 문의 사항이 있는 경우 전화하십시오.

수술실 간호사 연락 담당자
212-639-5935
수술을 진행하는 동안 MSK가 제공하는 정보에 대해 궁금한 점이 있다면 전화하십시오.

Private Duty Nurses and Companions
646-357-9272
병원과 자택에서 환자를 돌봐줄 개인 전담 간호사 또는 동반인을 요청할 수 있습니다. 자세한 정보가 필요하시면 전화주십시오.

재활 치료 서비스
www.msk.org/rehabilitation
암과 암 치료로 인해 기운이 없거나 근육이 결리거나 뻐근한 느낌이 동반될 수 있습니다. 때로 림프부종(종창)이 유발될 수 있습니다. 재활전문의(재활의학과 전문의), 직업 치료사(OT) 및 물리 치료사(PT)가 일상 활동으로 돌아가도록 도와 드릴 수 있습니다.

- **재활의학과 전문의**는 몸을 움직이고 활동하는 방식에 영향을 미치는 문제를 진단하고 치료합니다. 재활 치료 프로그램을 설계하고 MSK나 자택과 가까운 곳에서 프로그램에 참여하도록 지원합니다. 자세한 정보가 필요하면 재활의학과(646-888-1929)로 전화하십시오.

- OT는 일상 활동에 어려움이 있는 분들에게 도움을 드리고 있습니다. 예를 들어, 일상 업무를 더 수월하게 처리할 수 있도록 돕는 도구를 권장합니다. PT는 근력과 유연성을 높이는 데 도움이 되는 운동을 지도할 수 있습니다. 자세한 정보가 필요하면 재활 치료과(646-888-1900)로 전화하십시오.

암 이후 생활(RLAC) 프로그램 관련 자료
646-888-8106
치료 이후에도 MSK의 간호가 이어집니다. RLAC 프로그램은 치료를 마친 환자와 가족을 위한 프로그램입니다.

이 프로그램에는 다양한 서비스가 포함되어 있습니다. 이 프로그램은 암 치료 후 생활에 관한 세미나, 워크샵, 지원 단체, 상담을 제공합니다. 보험 및 고용 문제도 지원합니다.

성건강 프로그램
암과 암 치료는 성건강, 생식능력에 영향을 미칠 수 있습니다. MSK의 성건강 프로그램은 치료 중과 치료 전후 환자에게 도움이 될 수 있습니다.

- 여성 성의학 및 여성 건강 프로그램에서 조기 폐경, 생식 기능 문제 등 성건강 문제를 겪는 분들에게 도움을 드리고 있습니다. MSK 치료 팀 담당자에게 추천해줄 것을 요청하거나 646-888-5076으로 전화를 걸어 자세한 사항을 문의하십시오.
- 남성 성 및 생식 의학 프로그램은 발기부전(ED) 등 성건강 문제를 겪는 분들께 도움이 될 수 있습니다. 치료 팀 담당자에게 추천해줄 것을 요청하거나 646-888-6024로 전화를 걸어 자세한 사항을 문의하십시오.

사회복지 업무
www.msk.org/socialwork
212-639-7020
환자와 환자의 가족 및 친구들이 암환자들에게 흔히 발생하는 문제를 극복할 수 있도록 사회복지사가 도와드립니다. 치료 과정 전반에 걸쳐 개인 상담 및 지원 단체를 소개해 드립니다. 자녀와 가족 구성원들과 소통할 수 있도록 도와드립니다.

저희 사회복지사도 지역사회 기관 및 프로그램을 추천해 드릴 수 있습니다. 비용 문제가 있는 경우, 금융 서비스에 대한 정보도 제공해 드립니다. 자세한 정보가 필요하시면 위 번호로 전화주십시오.

정신 건강 관리
212-639-5982

MSK의 채플린(영성 상담사)이 가족의 이야기를 듣고, 지원을 제공하고, 기도해 드립니다. 지역사회 성직자나 종교 모임과 연계해드리고, 편안한 영적 동반자가 되어 드립니다. 영적 지원은 누구나 요청하실 수 있습니다. 종교 소속 여부와는 상관이 없습니다.

MSK 예배실은 Memorial Hospital 메인 로비 근처에 있습니다. 이곳은 하루 24시간 운영됩니다. 긴급 상황 시 212-639-2000으로 전화하시면 됩니다. 통화 중 채플린을 요청하십시오.

금연 치료 프로그램
www.msk.org/tobacco
212-610-0507
금연을 원하시면 MSK의 전문가들이 도움을 드릴 수 있습니다. 자세한 정보가 필요하시면 전화주십시오.

가상 프로그램
www.msk.org/vp
MSK에서는 환자와 간병인을 위한 온라인 교육과 지원을 제공합니다. 라이브 세션으로 진행되며 말을 하거나 듣기만 할 수도 있습니다. 진단 결과와 치료 중 예상되는 사항, 다양한 암 치료를 준비하는 방법을 알아볼 수 있습니다.

이 무료 세션은 비공개로 유지되며 전문가가 진행합니다. 가상 프로그램에 대한 자세한 정보가 필요하거나 등록하려면 웹사이트를 방문하십시오.

외부 지원 서비스

Access-A-Ride
web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm
877-337-2017
뉴욕시에 소재하고 있는 MTA는 대중 버스나 지하철을 탈 수 없는 장애인을 위한 공유 차량, 도어투 도어 서비스를 제공합니다.

Air Charity Network
www.aircharitynetwork.org
877-621-7177
치료 센터까지 교통편을 제공합니다.

미국 암 학회(ACS)
www.cancer.org

800-ACS-2345(800-227-2345)
암 치료 중인 환자와 간병인을 위한 무료 숙박 시설인 Hope Lodge를 비롯한 다양한 정보 및 서비스를 제공합니다.

Cancer and Careers
www.cancerandcareers.org
646-929-8032
암 진단을 받은 직장인들을 위한 교육 자료와 각종 도구, 이벤트를 확인할 수 있습니다.

Cancer*Care*
www.cancercare.org
800-813-4673
275 Seventh Avenue (Between West 25th & 26th Streets)
New York, NY 10001
상담, 지원 단체, 교육 워크샵, 발행물, 재정 지원을 제공합니다.

암 지원 커뮤니티
www.cancersupportcommunity.org
암환자들에게 지원 및 교육을 제공합니다.

Caregiver Action Network
www.caregiveraction.org
800-896-3650
만성 질환 또는 장애가 있는 가족을 보살피는 분들을 위한 교육 및 지원을 제공합니다.

Corporate Angel Network
www.corpangelnetwork.org
866-328-1313
비즈니스 제트기의 빈 좌석을 이용해 전국을 대상으로 무료 교통편을 제공합니다.

Good Days
www.mygooddays.org
877-968-7233
치료 중 본인부담금에 대한 재정 지원을 제공합니다. 의료보험이 있고, 소득 기준을 충족하고, 처방된 의약품이 Good Days 처방집에 속하는 환자만 해당됩니다.

HealthWell Foundation

www.healthwellfoundation.org
800-675-8416
특정 의약품과 특정 질환에 대한 치료에 대한 본인부담금, 의료보험비, 가입자 부담금과 관련한 재정 지원을 제공합니다.

Joe's House
www.joeshouse.org
877-563-7468
암 환자 및 가족에게 치료 센터 인근의 숙박 가능한 시설 목록을 제공합니다.

LGBT Cancer Project
www.lgbtcancer.com
온라인 지원 단체 및 LGBT 친화적 임상 시험 데이터베이스를 포함하여 LGBT 커뮤니티에 대한 지원과 지지를 제공합니다.

LIVESTRONG Fertility
www.livestrong.org/fertility
855-744-7777
불임 위험이 있는 의학적 치료를 받는 암환자 및 생존자를 위한 생식 관련 정보 및 지원을 제공합니다.

Look Good Feel Better Program
www.lookgoodfeelbetter.org
800-395-LOOK (800-395-5665)
이 프로그램은 외모에 더 자신감을 갖기 위해 할 수 있는 일들을 배워보는 워크숍을 제공합니다. 자세한 정보가 필요하거나 워크숍에 등록하려면 위 전화 번호로 전화를 걸거나 프로그램 웹사이트를 방문하십시오.

국립 암 연구소
www.cancer.gov
800-4-CANCER (800-422-6237)

National Council on Aging (NCOA)
www.benefitscheckup.org
고령자를 위한 정보와 리소스를 제공합니다. Medicare의 Extra Help 프로그램을 포함하여 다양한 처방 지원 프로그램에 연결해 주는 무료 온라인 도구인 BenefitsCheckUp®을 제공합니다.

국립 LGBT 암 네트워크
www.cancer-network.org
고위험 LGBT 암 생존자에 대한 교육, 훈련, 지원을 제공합니다.

Needy Meds
www.needymeds.org
브랜드 및 일반 의약품에 대한 환자 지원 프로그램을 소개합니다.

NYRx
www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm
뉴욕주 공공 고용주의 유자격 현직자 및 은퇴자에게 처방 혜택을 제공합니다.

Patient Access Network(PAN) Foundation
www.panfoundation.org
866-316-7263
보험이 있는 환자의 본인부담금을 지원합니다.

Patient Advocate Foundation
www.patientadvocate.org
800-532-5274
간병, 재정 지원, 보험 지원, 고용 유지 지원, 국가 불충분 피보험자 자료 디렉토리를 지원합니다.

Red Door Community(이전 이름: Gilda's Club)
www.reddoorcommunity.org
212-647-9700
암에 걸린 사람들이 연대, 워크샵, 강의, 사회적 활동을 통해 사회적 및 정서적 지원을 찾을 수 있는 장소.

RxHope
www.rxhope.com
877-267-0517
환자에게 경제적으로 부담되는 의약품들을 이용할 수 있도록 지원합니다.

Triage Cancer
www.triagecancer.org
암 환자와 간병인에게 법, 의학, 재정 관련 정보와 자료를 제공합니다.

전립선암 지원 서비스

The American Urologic Association Foundation

www.auafoundation.org
866-746-4282
전립선 질환에 대한 정보를 무료로 제공합니다.

MSK 실금 전문가

646-497-9068
실금 전문가인 비뇨기과 외과의와 상담하는 것이 좋겠다고 판단되면 담당 의사에게 추천을 요청하십시오.

MSK 전립선암 지원 그룹

646-888-8106
전립선암 치료를 받은 남성을 위한 월례 모임입니다. 추가 정보가 필요하거나 등록을 하시려면 전화로 문의해 주십시오.

National Association for Continence

www.nafc.org
실금을 겪고 있는 분들을 위한 정보와 지원을 제공합니다.

National Comprehensive Cancer Network (NCCN)

www.nccn.org
215-690-0300
지원 그룹과 교육을 포함하여 암 환자와 그 간병인을 위한 정보와 자료를 보유하고 있습니다. *Prostate Cancer Guidelines for Patients*(전립선암 환자 가이드라인)도 도움이 될 수 있습니다.

Prostate Cancer Foundation

www.pcf.org
800-757-CURE (800-757-2873)
전립선암 교육 및 지원 프로그램을 제공합니다.

US TOO

www.ustoo.org
800-808-7866
전립선암 교육 및 지원 프로그램을 제공합니다. 전립선암 환자와 그 간병인을 위한 모임이 열립니

다. US TOO는 Hotsheet라는 월간 뉴스레터를 발간합니다.

교육 리소스

이 섹션은 본 가이드에 언급된 교육 자료를 포함하고 있습니다. 이러한 자료는 수술 준비를 하고 수술 후 회복하는 데 도움이 됩니다.

이러한 자료를 읽으면서 의료진에게 물어보고 싶은 내용을 메모해 두십시오.

- *간병인 안내서* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)
- *요로(폴리) 카테터 정보: 세척 및 관리 방법* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter)
- *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Building Your Family After Cancer Treatment: For People Born With Testicles* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles)
- *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
- *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)
- *한방 치료제와 암 치료* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)
- *How To Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)
- *약 또는 보충제에 아스피린, 기타 NSAID, 비타민 E 또는 어유가 함유되어 있는지 확인하는 방법* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)
- *폐활량 측정기 사용법* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/how-

use-your-incentive-spirometer)

- *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)
- *Pelvic Floor Muscle (Kegel) Exercises for Males* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males)
- *Sperm Banking* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking)
- *낙상 방지를 위한 조치* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

궁금한 점이나 우려 사항이 있으면 의료진에게 연락하십시오. 의료진이 월요일부터 금요일까지 오전 9시 와 오후 5시 사이에 연락을 드릴 것입니다. 그외 시간인 경우 메시지를 남기거나 다른 MSK 직원과 대화하실 수 있습니다. 항상 의사 또는 간호사와 통화 가능합니다. 담당 의료진에게 연락하는 방법을 잘 모르면 212-639-2000으로 전화하십시오.

추가 자료는 www.mskcc.org/pe의 가상 라이브러리에서 확인하실 수 있습니다.

About Your Prostate Surgery - Last updated on March 30, 2026
모든 권리는 Memorial Sloan Kettering Cancer Center가 소유하고 보유합니다