

## 암생존자통합지지사업에 참여하는 암생존자란?

암을 진단 받고 완치 목적의 주요 치료(수술, 항암 화학요법, 방사선치료 등)를 마친 자와 그 가족입니다.

### ※ 제외대상

- 수술, 항암화학요법, 방사선치료 등의 암 치료 중인 암환자
- 호스피스 및 완화의료 서비스 대상 암환자

## 암생존자가 겪는 어려움은?

암 치료 후 암생존자는 신체·심리에서 후유증 및 합병증, 일상생활·사회복귀 등에서 다양한 어려움을 가지고 있습니다.

- **신체** : 피로, 통증, 림프부종, 이차암, 재발 등
- **심리** : 우울, 재발 두려움, 불면 등
- **생활** : 대인관계 및 직업복귀의 어려움 등

## 암생존자통합지지센터는?

암생존자와 가족의 건강증진과 사회복귀를 통한 삶의 질 향상을 위해 의사, 간호사, 사회복지사 등 전문가들이 다양한 서비스를 제공합니다. 또한 필요시 암생존자 클리닉 및 지역사회 자원과 연계합니다.

## 암생존자 통합지지 서비스를 통해서

- 암으로 인한 증상별 자가 관리를 할 수 있습니다.
- 신체 활동량과 체력을 증진할 수 있습니다.
- 자신감 회복을 통해 사회복귀를 할 수 있습니다.

## 어디로 연락하면 되나요?



1577-9740으로 전화하거나  
권역암생존자통합지지센터로 방문하시면,  
참여 절차와 서비스에 대한 안내를  
받으실 수 있습니다.



# 암 치료가 끝난 암생존자를 위한 암생존자 통합지지 서비스 안내



<http://www.youtube.com/암생존자통합지지센터>



<http://www.cancer.go.kr/survivor>



## 암생존자 통합지지 프로그램



### 심층상담

신체·심리·사회적 어려움에 대해 전문가들  
에게 상담을 할 수 있습니다.

### 신체

신체 활동량과 체력을 증진하도록 스트레칭,  
전신근력운동, 바른 걷기 자세를 배우고,  
건강한 식생활 방법 등을 익힙니다.

### 마음

디스트레스를 이해하고 올바른 수면 정보를  
습득하고, 피로 완화와 복식호흡·점진적 근육  
이완 등 스스로 마음을 건강하게 관리하는  
방법을 익힙니다.

### 생활

일상생활 및 사회로 복귀하기 전에 몸과 마음을  
어떻게 준비해야 하는지 배웁니다.

## 암생존자 클리닉(진료)

신체·심리적 어려움에 대해 진료가 필요한 경우  
전문 진료과로 연계 받을 수 있습니다.

※ 별도의 진료비가 청구될 수 있습니다.

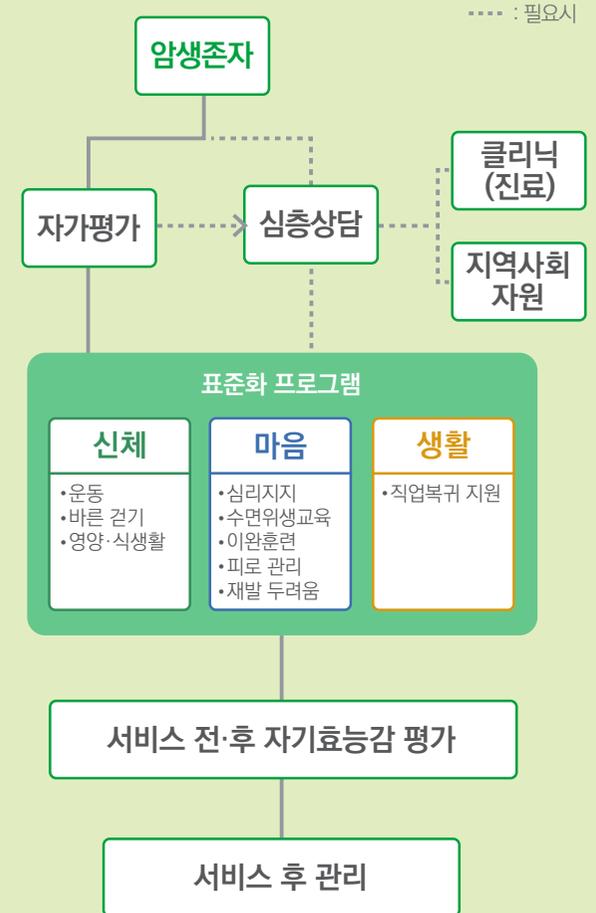
## 지역사회 자원 연계

건강한 사회복귀를 위해 보건소, 고용복지플러스  
센터 등 다양한 지역사회 자원을 연계 받을 수  
있습니다.



※ 권역암생존자통합지지센터마다 다양한 자체 프로그램도 운영하고 있습니다.  
상세 내용은 가까운 권역암생존자통합지지센터에 문의하시기 바랍니다.

## 서비스 이용 절차



국가암정보센터 누리집에서  
온라인 “자가평가”를 할 수 있습니다.