



유방통

(유방통증)

작성자: Lydia Choi, MD, Karmanos Cancer Center

검토/개정일 2024년 2월 8일

원인 | 평가 | 치료 | 요점

유방통을 경험하는 여성은 많습니다. 유방통은 한쪽 또는 양쪽 유방에서 발생할 수 있습니다.

([유방 질환의 개요](#)도 참고.)

유방통 원인

유방통의 가능한 원인은 유방의 특정 부위에서 또는 유방 전체에서 통증을 느끼는지에 따라 다릅니다.

통증이 한 부위에서만 발생하는 경우, 이는 다음 때문일 수 있습니다.

- [유방 낭종](#)
- 드물게 농양과 같은 [유방 감염](#)

통증이 전체 유방에 영향을 미치는 경우, 이는 다음 때문일 수 있습니다.

- 호르몬 변화
- [섬유낭성 변화](#)
- 지탱 조직을 신장시키는 큰 유방
- 가끔 광범위한 유방 감염

유방통이 유일한 증상인 경우, 이는 보통 [유방암](#)의 증후가 아닙니다.

여성 호르몬 에스트로겐과 프로게스테론 수치 변화가 유방통을 야기할 수 있습니다. 이 호르몬 수치는 월경 주기 직전 또는 동안과 임신 기간 동안 증가합니다. 이 수치가 증가하면, 젖샘과 유관이 비대해지고 유방이 체액을 보유하게 됩니다. 그러면 유방이 부풀어 오르고 때로는 아프기도 합니다. 이러한 통증은 대개 유방 전체적으로 느껴지고 유방을 만지면 아픕니다. 월경 기간 관련 통증은 수개월이나 수년 간 있다가 사라집니다. 피임약(경구용 피임약) 또는 폐경 후 호르몬 요법 복용이 또한 호르몬 수치를 증가시켜 이러한 통증을 야기할 수 있습니다.

유방통 평가

경고 징후

특정 증상 및 특성은 우려해야 합니다.

- 심한 통증, 붉어짐, 부종
- 몽우리, 함몰 유두 또는 피부의 특정 변화 존재

의사의 진찰이 필요한 경우

중증 통증, 발적 또는 부종이 있는 경우, 유방 감염이 있을 수 있기에 하루 또는 이를 내에 의사의 진찰을 받아야 합니다.

유방통이 지속되면(예, 1달 이상 지속) 의사의 평가를 받아야 합니다().

의사가 하는 일

의사들이 여성에게 통증을 설명하도록 요청합니다. 의사들은 통증이 (월경 주기와 관련된) 달의 특정 시간에 발생하는지 질문합니다. 또한 가능한 원인을 시사할 수 있는 다른 증상, 장애, 약물(예, 피임약)에 관해 질문합니다.

의사들은 유방과 인근 조직에 피부 변화, 몽우리, 압통과 같은 이상이 있는지 검사합니다. 이상이 없는 경우, 통증은 아마도 호르몬 변화 또는 큰 유방 때문일 수 있습니다.

여성이 월경 생략, 입덧과 같은 임신을 시사하는 증상을 보이는 경우, 임신 검사를 실시합니다. 여성의 다른 증상에 기반하여 다른 검사를 실시할 수 있습니다.

유방통 치료

경미한 유방통은 보통 치료하지 않아도 저절로 사라집니다.

월경 기간 중에 발생하는 통증은 보통 아세트아미노펜 혹은 비스테로이드 항염증약(NSAID)을 복용하면 완화될 수 있습니다.

월경 동안 중증의 통증에는 다나졸(테스토스테론 관련 합성 호르몬) 또는 타목시펜(유방암 치료제)을 사용할 수 있습니다. 이 약물들은 유방을 부풀리고 아프게 만들 수 있는 여성 호르몬 에스트로겐과 프로게스테론의 활성을 억제합니다. 장기간 복용하는 경우 이 약물들이 부작용이 있기에, 보통 단기간 동안만 사용합니다.

임신과 관련된 유방통의 경우, 고정되고 지지해 주는 브라 착용, 아세트아미노펜 복용 또는 둘 다가 도움이 될 수 있습니다.

피임약 사용 또는 내분비 요법 중단이 증상 완화에 도움이 될 수 있습니다.

영양 보충제 달맞이유가 일부 여성에서 월경 또는 임신과 관련된 유방통을 완화시키는 데 도움이 될 수 있습니다.

특정 질병이 원인으로 식별된 경우 질병을 치료합니다. 예를 들어 낭종이 원인일 경우, 낭종에서 액체를 빼내면 대개 통증이 완화됩니다.

요점

- **유방통의 원인은 통증이 한쪽 부위에 있는지(일반적으로 낭종에 의한 것) 전체 유방에 있는지에(호르몬 변화, 섬유낭성 변화 또는 가슴에 커서 나타남) 따라 다릅니다.**
- **유방통이 유일한 증상인 경우, 이는 보통 유방암의 증후가 아닙니다.**

- 유방통이 심하거나 1개월 넘게 지속되면 평가를 받아야 합니다.
- 검사 필요성 여부는 여성의 다른 증상에 따라 다릅니다.
- 원인에 따라 치료가 다르지만, 때때로 아세트아미노펜 또는 비스테로이드성 항염증제(NSAID)와 같은 약물이 통증 완화에 도움이 될 수 있습니다.



Copyright © 2025 Merck & Co., Inc., Rahway, NJ, USA 및 소속 계열사. All rights reserved.