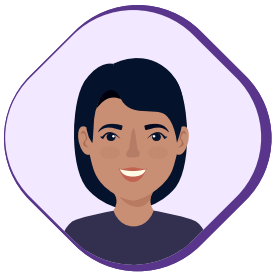


# 만성골수성백혈병 치료 중에도 성생활을 어떻게 유지할 수 있을까요?



만성골수성백혈병 진단 후에는 만성골수성백혈병과 그 치료가 일상 생활에 미치는 신체적, 정서적 영향에 대해 궁금해질 수 있습니다. 그 중에서도 가장 흔한 고민은 친밀감, 인간관계, 성생활에 어떤 영향을 줄 수 있는지에 관한 것입니다.<sup>1,2</sup>



**만성골수성백혈병 진단을 받았을 때 성생활이나 친밀감은 우선순위에서 밀릴 수 있지만, 만성골수성백혈병이 친밀한 관계에 어떤 영향을 줄 수 있는지 인식하는 것은 도움이 될 수 있습니다.<sup>3</sup>**



## 만성골수성백혈병 치료와 친밀감

만성골수성백혈병과 치료의 부작용은 누군가와 가까이 지내는 것부터 성생활에 이르기까지 다양하게 영향을 미칠 수 있습니다. 예를 들어 다음과 같은 변화가 나타날 수 있습니다:<sup>1,3</sup>

- 신체 건강 (예. 발기부전, 질 건조증, 근육통, 메스꺼움)
- 자신감
- 신체에 대한 감정 (예. 자의식)
- 에너지 수준 (예. 피로감)
- 정신 건강 (예. 불안)
- 성욕과 성생활 우선순위

하지만 이러한 어려움을 겪고 있다면 도움을 받을 수 있습니다. 처음에는 불편하더라도 파트너나 가까운 친구처럼 신뢰할 수 있는 사람과 이 문제에 대해 이야기하는 것이 도움이 될 수 있습니다.



만약 여러분이 싱글이라면, 신뢰할 수 있는 친구나 지원 체계 내에서 안심하고 대화할 수 있는 상대를 찾아보세요. 파트너가 있다면, 두 사람 모두 편안한 상태일 때 대화할 수 있는 시간을 마련해 보세요. 해당 주제는 누구에게나 어려운 이야기일 수 있습니다.<sup>3</sup>


## 파트너와 소통하기

친밀감이나 성생활에 대해 걱정되는 점이 있다면 파트너에게 솔직하게 이야기해 보세요. 자신의 감정을 솔직하게 전달하고, 평소 관계에서 변화가 필요한 부분이 있는지 알려주세요. 함께 노력하면 두 사람 모두에게 맞는 친밀한 방법을 찾아갈 수 있습니다.<sup>4</sup>

## 의료진과 상담하기

의료진은 만성골수성백혈병 치료가 건강에 걸림돌이 되지 않도록 도와줄 수 있습니다. 치료가 친밀한 관계에 미치는 영향에 대해 질문할 수 있고, 성 건강, 인간관계, 만성골수성백혈병과 임신에 관한 정보와 조언도 받을 수 있습니다. 필요하다면 상담사와 연결해주거나, 치료 부작용 관리도 지원받을 수 있습니다.<sup>3</sup>



‘CML 삶의 질 다이어리’를 사용하시면 의료진과 대화할 준비가 더 잘 되었다고 느끼실 수 있습니다. 

환우회와 같은 환자 커뮤니티에 연락해보는 것도 도움이 될 수 있습니다. 비슷한 상황에 있는 사람들과 교류하며, 이 민감한 주제를 그들이 어떻게 접근하고 극복했는지 들어볼 수 있습니다.

친밀감은 우리 삶에서 중요한 부분입니다.  
— 친밀한 순간을 더욱 의미 있게 보내는 방법에 대해  
의료진과 상담해 보세요.<sup>1-3</sup>

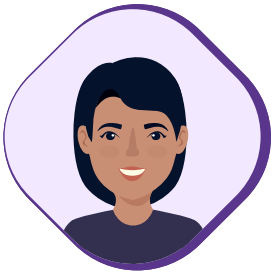
## References

1. Leukemia & Lymphoma Society. Sexual health and intimacy. Available from: <https://www.lls.org/managing-your-cancer/sexual-health-and-intimacy> Last accessed June 2025. 2. Leukemia Foundation. Relationships and sex. Available from: <https://www.leukaemia.org.au/blood-cancer/living-well-with-blood-cancer/emotional-health/relationships-and-sex/> Last accessed June 2025. 3. Leukemia & Lymphoma Society. Sexuality and Intimacy Facts. Available from: [https://www.lls.org/sites/default/files/file\\_assets/FS11\\_Sexuality\\_Intimacy\\_FINAL\\_6.1.16.pdf](https://www.lls.org/sites/default/files/file_assets/FS11_Sexuality_Intimacy_FINAL_6.1.16.pdf) Last accessed June 2025. 4. Leukaemia Foundation. Chronic myeloid leukaemia (CML). Available from: <https://www.leukaemia.org.au/blood-cancer/types-of-blood-cancer/leukaemia/chronic-myeloid-leukaemia>. Last accessed June 2025.

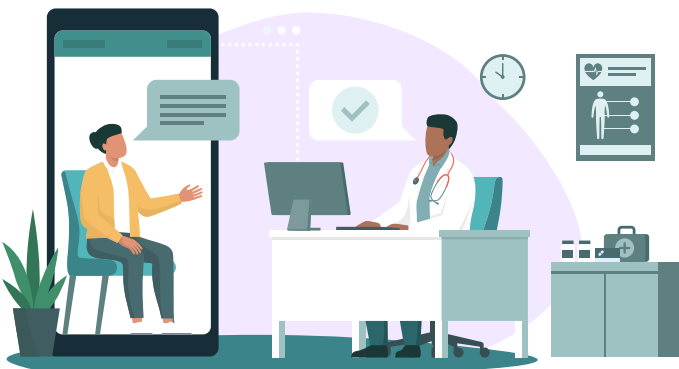
# 의료진은 성생활 유지에 어떻게 도움을 줄 수 있나요?

만성골수성백혈병과 함께 살아가다 보면, 친밀한 관계를 맺거나 유지하고, 성생활을 즐기는 데 어려움을 겪을 수 있습니다.

만성골수성백혈병으로 인해 자신감이 낮아지거나 성욕이 줄어들고, 피로감, 메스꺼움, 근육통 같은 부작용을 경험했다면, 이러한 어려움을 극복할 수 있는 방법이 있을 수 있습니다. 그 시작은 의료진과 솔직한 대화를 나누는 것입니다.<sup>1-3</sup>



만성골수성백혈병 진단을 받았을 당시에는 성생활이나 친밀감이 우선순위가 아니었을 수 있습니다. 하지만 시간이 지나면서, 이러한 주제가 점점 더 중요하게 느껴질 수 있습니다.<sup>3</sup>



## 의료진과 상담하세요

의료진은 언제나 여러분에게 도움을 줄 준비가 되어 있습니다.

성 건강과 친밀감은 의료 현장에서 종종 간과되기도 하지만, 그렇다고 해서 이 주제를 꺼내는 것을 주저하지 마세요.<sup>3</sup>

## 조언 및 가이드라인 제공

친밀감 문제의 원인을 찾기 위해 의료진이 여러분의 인간관계에 대해 대답하기 어려운 질문을 할 수도 있습니다. 가능한 한 솔직하고 열린 마음으로 대답하려고 노력해 보세요. 친구나 파트너처럼 함께 있어줄 사람이 있다면 도움이 될 수 있습니다. 하지만 혼자서 대화를 나누고 싶다면 그 또한 괜찮습니다.

진료 시간이 짧게 느껴질 수도 있으므로 궁금한 질문들을 미리 준비해 가세요. 진료 중에 참고하거나 의료진과 공유할 수 있습니다. 자주 묻는 질문들은 다음과 같습니다:<sup>3</sup>

- 만성골수성백혈병 치료가 성관계, 성적 욕구, 친밀감을 느끼는데 영향을 줄 수 있나요? 그렇다면 그 이유는 무엇인가요?
- 진단이나 치료가 생식 능력에 영향을 미칠 수 있나요?
- 치료 중에 임신해도 괜찮을까요?



다음은 의료진과 보다 효과적인 대화를 나누는데 도움이 되는 **진료 체크리스트**입니다.

## 상담사와 연결

의료진은 상담 치료를 위해 상담사를 추천할 수 있으며, 파트너가 있다면 함께 상담에 참여할 수도 있습니다. 상담사는 성생활과 인간관계에 대한 의사소통 개선에 도움을 주는 전문가로, 친밀감을 유지하는 데 중요한 역할을 합니다.<sup>3</sup>

## 치료 부작용 관리

모든 치료에는 부작용이 있을 수 있으며, 일부 부작용은 관계에 영향을 미칠 수 있습니다. 예를 들어, 일부 치료는 피로감, 근육통, 메스꺼움, 발기부전, 질 건조증 등을 유발할 수 있습니다. 부작용이 발생했다면 의료진에게 알려, 향후 이러한 부작용을 피할 수 있도록 치료 계획을 조정할 수 있습니다.<sup>1,3</sup>

## 어디에 도움을 더 요청할 수 있을까요?

만성골수성백혈병을 경험한 환자들의 조언을 듣는 것도 도움이 될 수 있습니다. 환자 커뮤니티에 문의해 보세요.



친밀감은 우리 삶에서 매우 중요한 부분입니다 —  
의료진과 상담하며 어떻게 하면 친밀한 관계를 잘 유지할 수  
있을지 함께 이야기해 보세요.<sup>1-3</sup>

## References

1. Leukemia & Lymphoma Society. Sexual health and intimacy. Available from: <https://www.lls.org/managing-your-cancer/sexual-health-and-intimacy> Last accessed June 2025. 2. Leukemia Foundation. Relationships and sex. Available from: <https://www.leukaemia.org.au/blood-cancer/living-well-with-blood-cancer/emotional-health/relationships-and-sex/> Last accessed June 2025. 3. Leukemia & Lymphoma Society. Sexuality and Intimacy Facts. Available from: [https://www.lls.org/sites/default/files/file\\_assets/FS11\\_Sexuality\\_Intimacy\\_FINAL\\_6.1.16.pdf](https://www.lls.org/sites/default/files/file_assets/FS11_Sexuality_Intimacy_FINAL_6.1.16.pdf) Last accessed June 2025.