



Σ(°Д°|||)がん 日本で1番かかっている?! 大腸がん

かわら版

第244号



Quality of Life
一般社団法人 日本予防医学協会

2020.3発行

長寿国日本と呼ばれるようになっていますが、死因のTOPは悪性新生物「がん」です。日本人の約二人に一人ががんにかかり、約三人に一人ががんで亡くなつており、もはや万が一ではなく二分の一なのです。そのがんの中で日本人が最もかかっているがん、それは「大腸がん」です。そこで今回は

『大腸がん』に関するお話です。

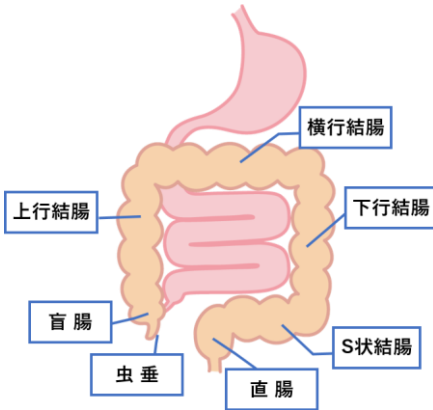
★ 大腸がんの動向 ★

「国立がん研究センター がん登録・統計」による二〇一九年のがん統計予測によると・・・

男性	罹患数…第一位	死亡数…第三位
女性	罹患数…第二位	死亡数…第一位
全体	罹患数…第一位	死亡数…第二位

毎年一〇万人以上が大腸がんにかかっており、死亡率も高くなっています。

好発年齢…五〇歳～七〇歳代
好発部位…肛門に近いS状結腸や直腸



早期に発見し転移などなければ、内視鏡にて切除等の治療が可能です。進行している場合で切除が可能であれば、根治的手術として、腸管の切除や人工肛門造設等があります。また、転移や身体状況に合わせ、化学療法や放射線療法などの選択も考えます。

★ 大腸がんの要因と対策 ★

【要因】

- ①加齢 ②肥満 ③喫煙
- ④飲酒 ⑤運動不足
- ⑥大腸の病気にかかったことがある など

【対策】

- 食べ過ぎや偏った食事を控える！
- 野菜や豆類などの食物繊維を積極的に摂取する！
- 日常生活の中で歩くことを意識するなど
身体を動かす！
- 毎日体重を測定する！
- できれば禁煙にチャレンジを！
- 飲酒回数や飲酒量を減らす！

★ 早期発見・早期治療 ★

大腸がんは初期には自覚症状がほとんどありません。症状が現れている場合には、既に進行し完全に治すことが難しい段階であることがほとんどです。

【自覚症状】

便秘・下痢・血便・腹痛・便が細くなる など

早期の段階で発見でき、適切な治療を受けることができれば、ほぼ一〇〇%と治すことが可能とされています。また、大腸がん検診をしっかり受診していれば、約九〇%の確率で適切な治療や手術が受けられる段階での大腸がんを発見することができます。

【検診での検査】

便潜血検査
大腸がんがあると腸の中で出血が起きやすくなるため、便の中に血液が混入しているかどうかを調べます。二日分の便を調べ、そのうち一回でも陽性になれば、精密検査として大腸内視鏡検査を受けます。

・大腸内視鏡検査

小型カメラのついた内視鏡を肛門から大腸に入れ、大腸の中を観察する検査です。腫瘍やポリープがあれば、内視鏡で詳しく観察し、必要に応じて組織の採取や切除などの治療を行います。
なお、大腸を空の状態にする必要があるため、前日や当日に下剤を内服します。

★ 最後 に … ★

国の指針では、四〇歳以降は便潜血検査を毎年受けることを推奨しています。五〇歳を過ぎると発症頻度が高くなるので、一度は大腸内視鏡検査を受けるようにすると良いですね。

なお、がん対策として重要なのは、『早期発見・早期治療』です。検診の受診、二次検査の受診。その半日もしくは一日の行動が、残りの三六四日・今後の人生を大きく左右します。がん検診について再度考えてみませんか？【T】



(参考資料)

- ・メディアックメディア
病気が見える vol.1 消化器 第4版 p130-138
- ・国立がん研究センター がん情報サービス
一般の方向けサイト 【2020.2.6閲覧】
<https://ganjoho.jp/public/index.html>
- ・国立がん研究センター がん情報サービス
がん登録・統計 【2020.2.6閲覧】
https://ganjoho.jp/reg_stat/index.html
- ・NHKテキスト 子どもの健康 2017.1 p54-69
- ・NHKテキスト 子どもの健康 2018.1 p50-65



毎月タイムリーでホットな情報を無料のメールマガジンにて発信しています。

健康づくりかわら版

検索

