

『がん』について

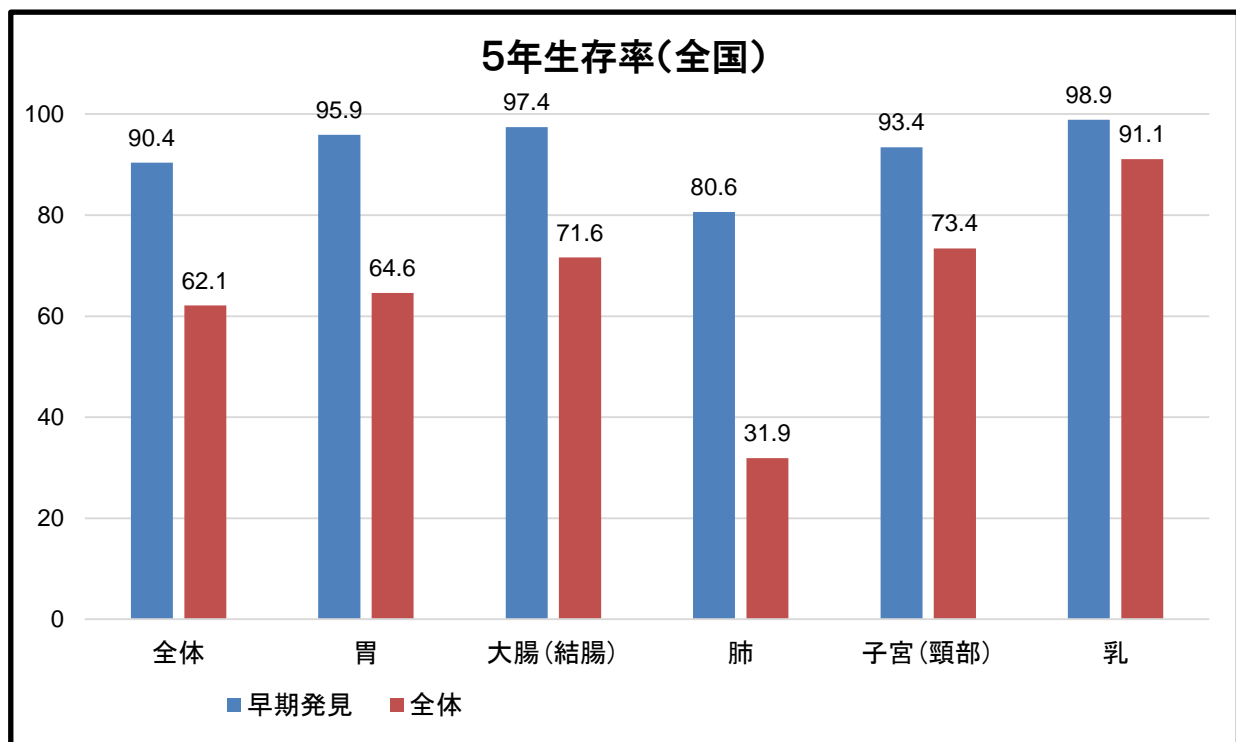
9月は“がん征圧月間”です。1981年（昭和56年）以降、がんは死因の第一位となり、現在 **3人に1人が、がんで亡くなっています**。

この機会にがんに対する正しい知識を持ち、生活習慣を見直すとともに、早期発見のためにがん検診を受けましょう。

がんは早期発見が大切！！

医学の進歩により、一部のがんでは早期発見・早期治療が可能となってきました。がんはかなり進行しないと症状が出ません。がん検診を受け、症状が出る前に見つけることが大切です。がん検診は、がんの死亡率を減少させることができる確実な方法です。

厚生労働省が、がん検診の効果が科学的に証明されていると検診を推奨しているがんは**肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮がん**です。



公益財団法人 がん研究振興財団 がんの統計'18より

☆がんを早期に発見することができれば生存率に大きな差が出ます☆

日本人のがんの原因

	1位	2位	3位
男性	喫煙 (29.7%)	感染性要因 (22.8%)	飲酒 (9.0%)
女性	感染性要因 (17.5%)	喫煙 (5.0%)	飲酒 (2.5%)

※感染性要因…ピロリ菌（胃がん）、B型・C型肝炎ウイルス（肝臓がん）、ヒトパピローマウイルス（子宮がん）など

○タバコを吸う人は…

全がん・食道がん・肺がん・胃がん・膵がん・子宮頸がん・肝がん・頭頸部がん・膀胱がんのリスクは確実に増加

大腸がん・乳がんのリスクは増加の可能性あり

○B型・C型肝炎ウイルスで…

肝がんのリスクは確実に増加

○ヒトパピローマウイルスで…

子宮頸がんのリスクは確実に増加

○ヘリコバクター・ピロリで…

胃がんのリスクは確実に増加

○適量を超えて飲酒すると…

全がん・肝がん・大腸がん・食道がんのリスクは確実に増加



がんを防ぐための新12か条

- ①タバコは吸わない
- ②他人のタバコの煙をできるだけ避ける
- ③お酒はほどほどに
- ④バランスのとれた食事を
- ⑤塩辛い食品は控えめに
- ⑥野菜や果物は不足にならないように
- ⑦適度に運動
- ⑧適切な体重維持
- ⑨ウイルスや細菌の感染予防
- ⑩定期的ながん検診を
- ⑪身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
- ⑫正しいがん情報でがんを知ることから

