

健康管理室だより 2021年9月号

がん検診について

令和3年9月15日
 ボルテックスセイゲン
 健康管理室 佐藤

2人に1人はがんになる！日本人の死因第1位

日本人の2人に1人は何かしらのがんにかかります。



がんになる
確率は生涯
で**65%**

がんで死亡する
確率は生涯で
27%



がんになる
確率は生涯
で**50%**

がんで死亡する
確率は生涯で
18%

★がんにならないように、予防策を行うことも必要ですが、完璧に予防出来るわけではありません。がんになった時に早期発見することが重要です。

2018年 がん罹患数の順位

出典：国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター

	1位	2位	3位	4位	5位
総数	大腸	胃	肺	乳房	前立腺
男性	前立腺	胃	大腸	肺	肝臓
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮

2019年 がん死亡数の順位

	1位	2位	3位	4位	5位
男女計	肺	大腸	胃	膵臓	肝臓
男性	肺	胃	大腸	膵臓	肝臓
女性	大腸	肺	膵臓	胃	乳房

がん罹患数（なった人）・がんで死亡した人、共にトップ3は**肺がん・胃がん・大腸がん**。
 症状が出ないうちに受診し、早期治療を行えば、**肺がんは約8割・胃がんや大腸がんはほとんど治癒が可能です。**

**危険因子の多くは生活習慣の中に。
がん全体の 4 割は喫煙が関係しています！！**

がんになる原因は、喫煙・受動喫煙・飲酒・塩分摂取・肥満・野菜や果物不足・運動不足などの生活習慣や細菌・ウイルス感染・体質など様々です。

これらの原因がいくつか重なった時にがんになるリスクが高くなります。

男性のがんの原因

- 1 位・・・喫煙
- 2 位・・・感染
- 3 位・・・飲酒

女性のがん原因

- 1 位・・・感染
- 2 位・・・喫煙
- 3 位・・・飲酒

5つを実践する人は、全く実施しないか1つのみの人に比べ、男性では43%・女性で37%がんになるリスクが低くなるという統計があります。

がんのリスクを下げるためのカギを握るのが、

- ①禁煙 ②節酒 ③食生活の見直し ④活発な身体活動 ⑤適正体重の維持
- という5つの健康習慣です。

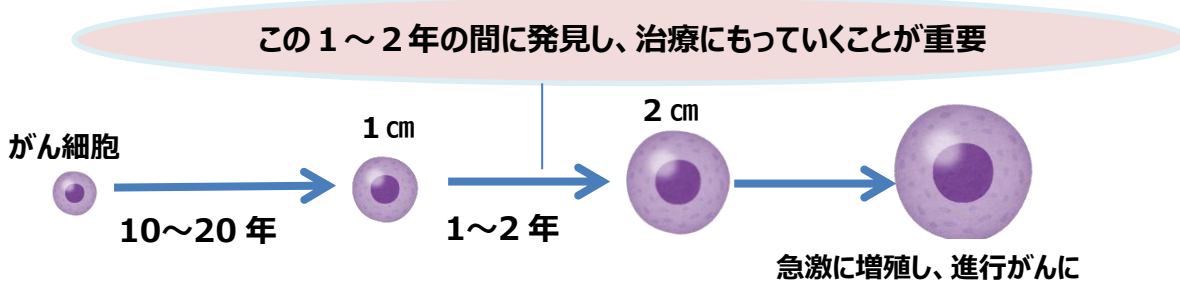
1年に1回のがん検診はなぜ必要？

がん細胞は、細胞のコピーミスによって1日1000個以上が作られます。

免疫細胞が退治しきれなかったがん細胞は、1個が2個、2個が4個・・・と倍々ゲームのように増えていきます。

がんが検査で発見出来る1cm（PETでは0.5cmで発見可能）の大きさになるまでは10～20年かかりますが、その後2cmになるまでは、1～2年です。

がんの種類にもよりますが、早期がんとされるのは直径2cm程度まで。これ以上大きくなり、進行がんになると、体に痛みなどの症状が現れます。



医療では、科学的に有効と証明されたがん検診の実践が常識になっています。

対象臓器	効果のある検診方法
胃	胃 X 線検査 胃内視鏡検査
子宮頸部	子宮頸部細胞診
乳房	マンモグラフィ（乳房 X 線）
肺	胸部 X 線とハイリスク者に対する喀痰細胞診の併用
大腸	便潜血検査

がんは意外に身近な病気です。早期発見・早期治療を行えばがんは治せる病気になっていますので、がん検診を受ける事が重要です。
検診で再検査になったら、そのままにせず精密検査へ行きましょう。