



大腸がん検診はお済みですか？定期的ながん検診を

みなさん定期的にかん検診を受けているでしょうか。

「がん」は日本人の死亡原因で最も多く、一生のうちに2人に1人はがんに罹患し、3人に1人はがんで命を落とすと言われ、誰もが「がん」になる可能性があり、身近な病気の1つになっています。

今月のテーマである大腸がんは年々患者数が増えてきており、がんの中でも女性では死亡原因の第1位、男性でも第3位と上位となっています(2018年)。

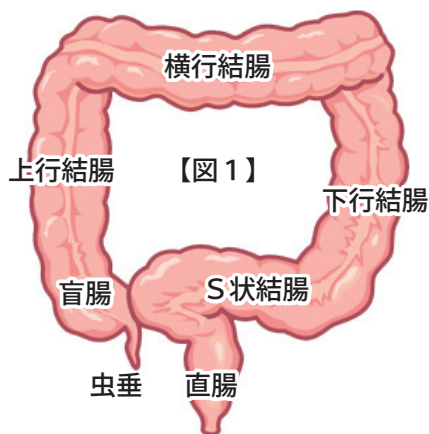
しかし、大腸がんの5年生存率は、早期であれば90%以上まで向上しており、早期に発見して適切な治療を受けることで、ほとんど治すことができるがんとして扱われています。そのため、定期的にかん検診を受け早期発見することが重要です。

大腸について

大腸は小腸を取り囲むように存在する全長1.5m～2mの管状の臓器です。

大腸は結腸と直腸の2つに分けられ、結腸はさらに細かく盲腸・上行結腸・横行結腸・下行結腸・S状結腸に分けられています。【図1】

大腸は腸の内容物から水分を吸収し、肛門に至るまでに徐々に固形の便を形成し、肛門から排泄する役割があります。



大腸がんとは

大腸がんとは大腸の一番内側にある粘膜に発生するがんです。良性のポリープが大きくなる過程でがん化して発生するものと、粘膜の正常な細胞が直接がん細胞に変化して発生するものがあります。

部位別にみると、日本人ではS状結腸と直腸にがんが得意やすいといわれています。大腸がんは進行すると、大腸の壁に深く侵入し、やがて大腸の壁の外まで広がり腹部に散らばったり、リンパ節や肝臓、肺など別の臓器に転移したりします。

大腸がんの危険因子

大腸がんの発生は生活習慣と関わりがあるとされており、危険因子として、赤肉(牛・豚・羊など)や加工肉(ベーコン・ハム・ソーセージなど)の摂りすぎ、飲酒、喫煙、肥満、運動不足などが挙げられています。

症状

早期の大腸がんでは自覚症状がほとんどなく、症状が現れたときにはがんが進行しているということも少なくありません。

自覚症状としては、血便(便に血が混じる)、下血(腸からの出血により赤または赤黒い便が出る、便の表面に血液が付着する)、下痢と便秘を繰り返す、便が細い、残便感、お腹の張り、腹痛、貧血、体重減少などがあります。

症状出現の頻度が高い血便や下血は痔などの良性の病気でも見られることがあります。しかし、「痔だから」などと放置するのではなく、気になる症状があれば早めに病院を受診しましょう。

大腸がんの検診の内容

検診の内容は問診と便潜血検査です。問診では、自覚症状や既往歴、家族の病歴などを確認します。便潜血検査は、大腸がんやポリープなどによる出血が便に混じっていないかを調べるもので、検診前に自宅で便を採取して提出するという検査になります。

便潜血検査の結果、陽性であった場合、病院でより詳しい検査を受けることが必要です。

精密検査では、内視鏡検査や注腸造影検査（バリウムと空気を肛門から注入しレントゲン撮影を行う検査）などが行われます。

しかし、町の検診を受けた方の印象としては内視鏡検査が辛い、前に受けて問題なかったなど様々な理由から大腸がんの精密検査を未受診の方が多い傾向にあります。先ほど述べたように、大腸がんは早期発見が非常に重要なため、検診で要精密検査になった方は必ず早期に病院を受診しましょう。



大腸がんの予防法

これを行うと絶対にがんにならないという方法はありませんが、生活習慣を改善することでがんになるリスクを減らすことができます。

がん予防のポイント

□ 適正体重の維持



□ 栄養バランスの取れた食生活



□ 適度な運動



□ 節酒をする



□ 禁煙



他のがん検診や健康診査も受けましょう！

町の総合健診では、大腸がん検診のみでなく、各種がん検診や健康診査を同時に受診することができます。日々の生活習慣の改善だけでなく、健診（検診）を受けて早期発見・早期治療をすることが重要です。年に1度、健診（検診）で自分自身の健康チェックを行いましょう。

対象事業	対象者	料金	検査項目
特定健康診査	40～74歳 国保加入者	1,500円	問診・診察・身体計測 血圧測定・血液検査 尿検査・心電図・眼底検査
健康診査	39歳以下	3,500円	
後期高齢者 健康診査	75歳以上	300円	問診・診察・身体計測 血圧測定・血液検査・尿検査
胃がん検診	原則 35歳以上	1,000円	問診・胃バリウム検査
肺がん検診		300円	問診・胸部レントゲン検査
大腸がん検診		500円	問診・便潜血検査

◆ 今後の総合健診日程

日程	場所
1月29日（金）	浜佐呂間 活性化センター
30日（土）	町民センター
31日（日）	

※受付は6時～9時30分まで
※新型コロナウイルス感染症等の状況により中止や日程変更になる可能性があります。変更がある場合は広報等でお知らせします。

◆ 各種健診の予約方法

電話、回覧、町ホームページ
▽ホームページからの申し込み方法
『佐呂間町ホームページ』で検索↓
トップページ右側の「特定健診
胃・肺・大腸がん検診 お申込み
はこちら」から申し込みできます。



上記QRコードからも
アクセスできます。

◆ 無料クーポン券の活用を！

4月1日現在の年齢が「40・45・50・55・60歳」の方は無料クーポン券の対象であり、今年度大腸がん検診を無料で受けることができます。対象者には無料クーポン券を送付していますので、活用してさらにお得に検診を受診しましょう！