

知って得する健康コラム～大腸がん予防～

生活習慣の欧米化等に伴い、大腸がんの死亡者数は昭和 40 年代と比べて約 7 倍となっています。平成 29 年度におけるがんの部位別死亡順位では、大腸がんは男性 3 位、女性 1 位となっており男女ともに年々増加傾向にあります。

特に働き盛りの 40 歳くらいからかかる人が増えてきます。

周りの人はどうしている？

歴史みらい館

佐々木安彦館長の取り組み！

Q大腸がん検診を受けたことはありますか？

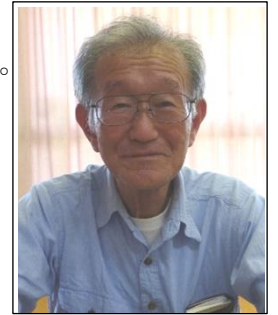
佐々木氏 毎年受けています。精密検査に該当したこともあり、精密検査も受けました。大腸がんではないですが、町の検診で胃がんが見つかりました。自覚症状はなかったです。医師からは見つかりにくい場所だと説明を受け、早期に見つかり感謝ですね。

Q胃がんと聞いた時、どのようなお気持ちになりましたか？

佐々木氏 ショックでしたね。死もよぎりましたよ。手術をして元気である方もいるので不安と希望とが入り混じる感じでした。でも早期に見つかったため内視鏡手術で済み 10 年経ちますが、今も元気です

Q最後に、大腸がん検診やその他のがん検診を受けたことがない方へメッセージをお願いします。

佐々木氏 “自分は大丈夫だ” と思わないことですね。検診を受けて専門医師からみてもらって安心感を持つことが大事だと思います。早期発見・早期治療だと医療費も安く済みますから、皆さん町の検診をぜひ受けましょう！



村田町民の大腸がん検診受診率

受診者 1, 232人 / 対象者 5, 105人 ⇒ 受診率 24.1% (平成 30 年度保健事業実績より)

※町の住民健診を受けた方だけの受診率となっております。

健康むらた 21 計画 大腸がん検診受診率の目標値 ⇒ 30%

★大腸がんは早期発見で 95%完治するとされています。

(健康むらた！ 大腸がん予防のために！)

○40 歳になったら、年に 1 回大腸がん検診を受けましょう！

早期の大腸がんは自覚症状がほとんどありません。実際に大腸がんと診断された方のうち約 4 割の方は自覚症状がないという調査結果があります (出典：厚生労働省『平成 26 年受療行動調査の概況』)。

○今日からできること

- ・たばこは吸わない
- ・お酒はほどほどに
- ・バランスのとれた食生活を (塩辛い食品は控えめに、野菜や果物は不足にならないように)
- ・適度に運動を

今年度の大腸がん検診

会 場：各地区公民館

期 間：9 月の総合健診

対 象：40 歳以上の方

自己負担：500 円

検査方法：専用の容器で 2 日分の便を取ります。自宅で行うことができ、食事制限はありません。

※2 月に申し込みをしていなかった方で検診をご希望の方は、今からでも申し込みできますので、お気軽にご連絡ください。

がんの早期発見のためには、定期的ながん検診が大切です。対象になったら必ず受けましょう！