



定期的ながん検診を！

日本で2017年に「がん」で亡くなった人は37万3334人で、死亡総数の27.9%を占めています。年次推移をみると1981年以降、「がん」が死因の第一位となっています。「自分はがんにならないだろう」と思っている方もいるかもしれませんが、日本人の2人に1人が一生のうち一度はがんにかかり、年間に3人に1人ががんで亡くなっています。がんは特別な病気ではなく、誰でもなる可能性があるとても身近な病気です。一方、がんを早期発見し早期治療すれば、9割以上が治る時代でもあります。

今回はがんの中でも『胃がん』についてお伝えします。がんが発生する部位別にみると胃がんは男性で最も罹患数が多く、女性では3番目に罹患数が多いがんです。【表1・2】

【表1：罹患数が多い部位（2014年）】

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

【表2：死亡数が多い部位（2017年）】

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

公益財団法人がん研究振興財団「がんの統計 '18」より

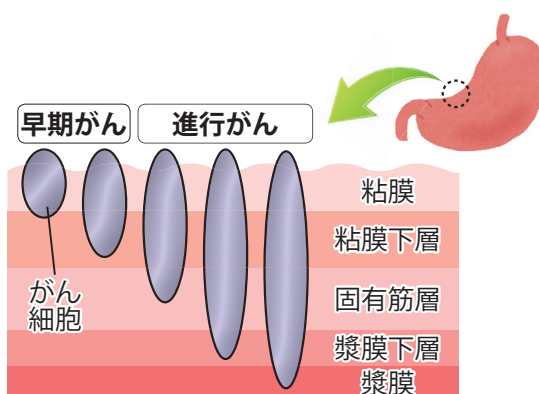
胃の構造

胃は筋肉でできており、入口と出口が狭くなっている袋状の形状をしています。食道に繋がる入口付近を噴門部と言い、十二指腸とつながる出口付近を幽門部、それ以外の部分を胃体部と言います。胃の壁は、内側から粘膜、粘膜下層、固有筋層、漿膜（しょうまく）下層、漿膜という層が重なってできています。

胃がんとは

胃がんは、胃の壁の内側にある粘膜に発生します。内側の粘膜から徐々に粘膜下層、固有筋層、漿膜へと外側に向かって、がんが広がっていきます。がん細胞が、粘膜または粘膜下層にとどまっているものを「早期胃がん」といい、固有筋層より深く達したものを「進行胃がん」といいます。【図1】

【図1：がんの進行度】



胃がんの発生要因

胃がんが発生する原因については、多くの研究が行われており、いくつかリスク要因が指摘されています。主なりリスクとして、多量の塩分、ヘリコバクターピロリ菌、喫煙、多量の飲酒があります。

胃の粘膜の細胞が何らかの刺激や原因でがん細胞となることでがんが発生します。胃への刺激を減らすた

めに塩分の摂り過ぎに注意したり、野菜や果物を摂ることで胃がんのリスクが低下すると言われています。

ヘリコバクターピロリ菌

胃にとりついて炎症を起こす細菌。50歳以上の方は約70%以上がピロリ菌に感染しています。胃がんの危険因子のひとつとされますが、感染した人全てが胃がんになるというわけではありません。

胃がんの症状

胃がんは、早い段階では自覚症状がほとんどありません。また、かなり進行していても症状がない場合があります。代表的な症状は胃（みぞおち）の痛み・不快感・違和感、胸やけ、吐き気、食欲不振などです。また、胃がんから出血することによって起こる貧血や黒い便が発見のきっかけになる場合もあります。しかし、これらは胃がんだけにみられる症状ではなく、胃炎や胃潰瘍の症状でも起こります。

また、食事がつかえる、体重が減る、といった症状がある場合は進行胃がんの可能性があるため、検診を待たずに医療機関を受診しましょう。

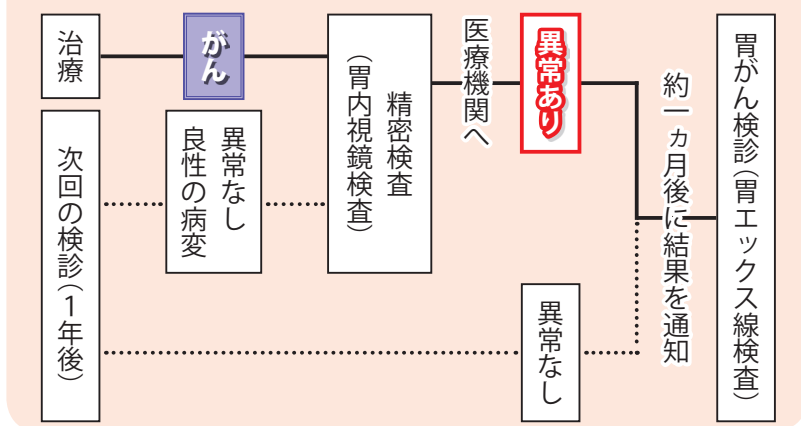
胃がん検診を受けましょう！

胃がんを早期に発見するためには定期的に検診を受けましょう。町では、毎年夏と冬の健診に合わせてがん検診を実施しています。【左表】町の胃がん検診はエックス線検査（バリウム検査）です。【図2】バリウムを飲み、胃の形や粘膜などの状態や変化をエックス線写真で確認する検査になります。がん検診の結果、精密検査が必要

日程	検診会場	受付時間
令和元年 8月 2 3 日(金)	若佐コミセン	6時～9時
8月 2 4 日(土)	町民センター	
8月 2 5 日(日)		
令和 2 年 2 月 7 日(金)	浜佐呂間活性化センター	
2 月 8 日(土)	町民センター	
2 月 9 日(日)		

※胃がん検診の他に大腸がん検診、肺がん検診も行っています。また、国民健康保険に加入している方は特定健診も同日に受診できます。

【図2：町の胃がん検診のながれ】



と判定された場合は、「がんの疑いを含め異常がありそう」と判断されたということになります。原因を調べるためより詳しい検査を行い、本当に異常があるかどうか調べる必要があります。症状がないからといって精密検査を受けないで放置していると、がん検診で見つかるはずのがんを放置してしまうことになり、早期治療に繋がりにません。精密検査が必要と判定された方は、すぐに専門医を受診しましょう。

がんになるリスクを減らす

胃がんに限らず、様々な種類のがんがありますが、がんの原因はひとつではなく、複数の要因が関連して発生します。これをすれば絶対にがんにかか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に繋がります。国立がん研究センターでは「日本人のためのがん予防法」として「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」「感染」を重要項目として取り上げています。

・たばこは吸わず他人のたばこの煙を避ける
・お酒を飲むなら節度のある飲酒
・食事は偏らずバランスよく摂る
・日常生活を活動的に過ごす
・体重を適正な範囲に維持する
・肝炎ウイルス感染の検査やピロリ菌感染の検査を受け、状況に応じた対応をとる
こうした生活習慣の見直しですが、がんのリスクを減らすことにもつながります。検診受診とあわせて、自身の生活習慣を見直しましょう。