

がん検診で命を守ろう

早期発見で90%以上が治ります

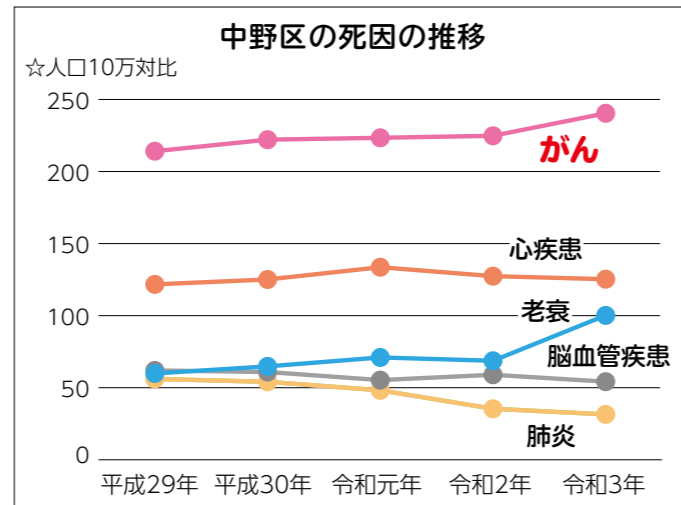
区民健診係(中野区保健所) ☎(3382)2429 FAX(3382)7765

日本人の2人に1人がかかると言われているがん。早期に発見し、治療につながれば、命を守れる可能性が高まります。初期は症状がないことも多く、気付かないまま病状が進行してしまうことも。早期発見には、がん検診を定期的に受けることが大切です。



中野区では死因の約3割が「がん」

令和3年の中野区の死亡数は2,909人で、うち825人ががんで亡くなっています。がんは、主な死因の第1位で、第2位の心疾患430人を大きく上回っています。右表は人口10万人当たりの死因の推移を表したものです。年々がんの割合が増えています。



出典:「令和4年版中野区健康福祉部事業概要」



早期発見につながる / 区のがん検診は4種類

子宮頸がん

若い女性に目立つがんです。20歳以上の女性は2年に一度検診を受けましょう。問診、視診、医師が採取した細胞による細胞診と内診を行います。細胞診では、医師が子宮頸部から専用のブラシなどで細胞をこすり取ります。器具を入れる時に違和感を持つ人もいますが、個人差があります。

乳がん

日本人女性の9人に1人がかかると言われています。乳がん検診は2年に一度、40歳以上の女性が対象ですが、若い方も普段から自分の乳房をチェックしましょう。乳房X線(マンモグラフィ)検査は、乳房を平らに圧迫するため、多少痛みを感じる場合があります。

胃がん

胃がんは、かなり進行しても自覚症状がない場合も。40歳以上の方は2年に一度、胃部X線検査を受けられます。50歳~69歳の方は、胃カメラを口または鼻から入れる胃内視鏡検査を選ぶことも可能です。☆将来的に胃がんになるリスクを調べる診査もあり(40歳以上の方)

大腸がん

早期の大腸がんはほとんど自覚症状がありません。40歳以上の方は毎年受けましょう。問診と免疫学的便潜血検査を行います。2日分の便を採取して医療機関に提出します。

区のがん検診について詳しくは、4ページをご覧ください

ドクターに聞きました

がん検診の疑問・質問

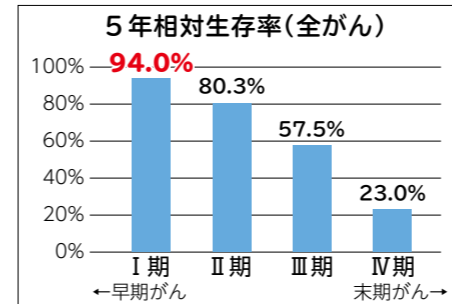


回答者: やなだクリニック 院長 薬田

Q なぜがん検診が大事なの?

A 早期発見・治療につながり命を守れます

早期発見・治療によって多くのがんは治る時代です。がん検診で自覚症状のない初期の段階でがんを見つけられます。



出典: (公財)がん研究振興財団「がんの統計2022」

Q 以前受けたので、もう必要ないのでは?

A がん検診は定期的に受けることが大切です

小さいがんは発見が困難です。更に、発見できる大きさになった状態から早期がんのステージに進むまで、たった1年~2年と言われています。がんをできるだけ早期に発見するため、定期的ながん検診を受けることが重要です。

Q がんが見つかったら怖いのですが

A 不安な方こそ受けましょう

万一がんが見つかったとしても、早期に見つければ完治もでき生存率も高くなります。また、治療開始が早いほど短い治療期間で終了するため、治療による体への負担や経済的な負担を少なくすることができます。

Q 検診は良いことだけなの?

A メリットがありますが、デメリットも起こりえます

最大のメリットは、がんを早く見つけられることです。デメリットとしては、がんが100%見つかるわけではないことや不要な検査や治療を招く恐れがあることなどがあります。不安があれば、かかりつけ医とよく相談して検診を受けることをおすすめします。



5つの心掛けでがんを予防

生活習慣を改善することで誰でもがん予防に取り組みます。普段の生活を見直しませんか。ウイルスや細菌の感染もがんの要因になるので、積極的に検査を。

1 食事はバランス良く



2 たばこを吸わない



3 体を動かす



4 お酒は適度に



5 体重は適正に



※国立がん研究センター「がん情報サービス」サイト参照