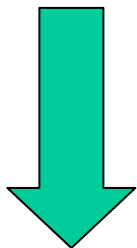




変わってきたがん検診（1）



結核予防法の一部改正



昭和26年に施行された結核予防法が平成17年度から一部改正されました。

《対象年齢：65歳以上毎年全員》



がん検診指針も一部改正

□実施機関に3年間の保存が義務づけられました。

□肺がん検診

• 胸部エックス線検査は年齢によって撮影条件が違います。

○65歳未満：肺がん検診に適したもの

○65歳以上：結核予防法に基づいた撮影条件

• 原則として2年に1回ですが、受診の機会は毎年設けられます。





変わってきたがん検診（2）



これまでの“がん検診”では**死亡率の減少に繋がっていない！**という指摘を受け、厚生労働省では検診の新しい指針をつくりました。

乳がん検診

これまで…

- ・ 30才以上49才未満：医師による視触診
- ・ 50才以上：マンモグラフィと視触診を併用
- ・ 毎年受診



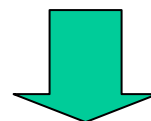
あたらしい指針

- ・ 40才以上：マンモグラフィを原則として医師の視触診を併用
- ・ 2年に1度の受診

子宮がん検診

これまで…

- ・ 30才以上に頸癌検診を実施



あたらしい指針

- ・ 20才以上に頸癌検診を実施（初回妊娠時に実施）
- ・ 2年に1度の受診





がんの原因の第一位は食生活



“がん”って？！

■がんは遺伝子の異常によって発生します。塩基（3個で一個のアミノ酸になる）の組み合わせがたった1つ異常を起こすだけで**細胞はがん化**します。

■人間の体を形成している細胞は60兆個。正常細胞の時はがん細胞は眠っていますが、「発がんイニシエータ（がん遺伝子めざまし隊）」と「発がんプロモーター（細胞分裂を促す応援団）」の働きによって発がん遺伝子は目を覚まし、**がん細胞が完成**します。



発がんを抑制するあれこれ

β-カロチン	ピーマン、カボチャ、にんじん、ニラなどの緑黄色野菜
ポリフェノール	イチゴ、ぶどう、豆類、日本茶、ゴマ、赤ワイン
食物繊維	海藻類に含まれるアルギン酸、果物のペクチン、こんにやくマンナンなど
カテキン	緑茶の苦み成分
含硫化合物	タマネギやネギの辛み成分

発がん物質あれこれ

かび、焼けこげた肉や魚、あくの強い山菜類など・・・



定期検診を受けましょう



生活習慣病検診

がん検診

検診項目は

- ・ 診察
 - ・ 血圧測定尿検査
 - ・ 貧血検査
 - ・ 眼底検査
 - ・ 糖尿病の検査
 - ・ 心電図
 - ・ コレステロールなどの血液検査（貧血も含む）
- などかなりの数になります。



高血圧や糖尿病は長期間無症状です。検診を受けてはじめて高血圧やコレステロールが高いことが判る場合がありますその時には、治療を始めて脳卒中や心筋梗塞などを予防することが可能です。

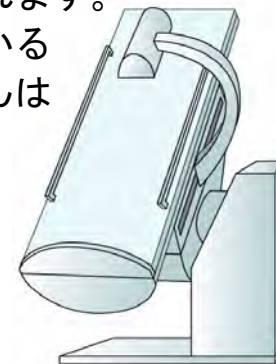
04年のがんによる死者は32万人

厚生労働省が発表した04年の人口動態統計概数によると同年のがんによる死亡者は32万0315人！

32万人を超えたのは初めて。

がん検診による早期発見

がんの1~2.5割はがん検診で発見されます。何か症状があり、病院や医院で見つかるがんと比べれば検診で発見されるがんは当然早期がんが多いと考えられます。





こんな症状がでたら要注意



わが国最大の感染症

結核とは・・・

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症を起こす病気です。患者さんが咳やくしゃみをしたときに結核菌が飛び散り、それを周りの人が吸い込むことで感染します。



高齢者の発症する割合が増加

若い頃に結核が流行した世代の人は、結核菌が肺の中に眠っており、体力・抵抗力が低下した時に発症する場合があります。なんとなく体調が悪と思ったら早めの受診を心掛けましょう。



こんな症状がでたら要注意

長引く咳（2週間以上）
長引く微熱
長引く倦怠感（からだがだるく活力が出ない）
痰が出る
体重減少
胸痛

そこで・・・

年1回はレントゲンによる検診（結核・肺がん検診）を受け、早期発見に努めましょう。

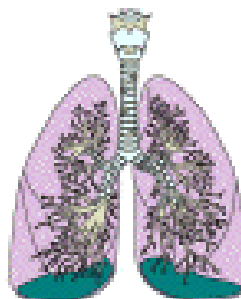


こんなシグナルには要注意



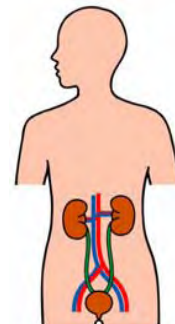
肺がん

せきが続いたり、痰に血が混じることがないか？



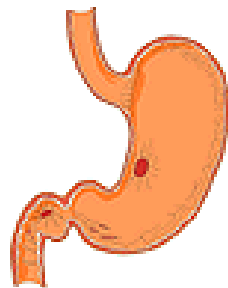
腎臓・膀胱・前立腺がん

尿の出が悪かったり、尿に血が混じったりしないか？



胃がん

最近、「胸焼けがする」、「胃がもたれる」など胃の調子が悪くないか？



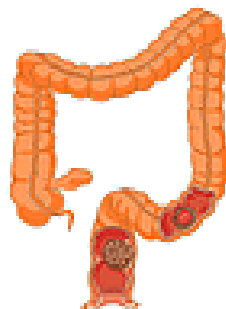
乳がん

乳房の中にしこりはないか？乳首が左右どちらかに引っ張られていないか？



大腸がん

便秘と下痢を繰り返していないか？便に血液や粘液が混じっていないか？



ただし、がんがあっても症状のない人の方が、圧倒的に多いのです！





がんの治療法あれこれ



組み合わせる場合もあります！

外科療法（手術）

病院での癌の手術を言います。癌を患部より切除する事によりその他の臓器の進行をしないようにしたり、部分的切除で体力の回復させ**その他の治療を行う場合もあります。**

化学療法

抗がん剤による治療法です。抗がん剤の種類としては、代謝拮抗剤、アルキル化剤、抗ガン性抗生物質、植物アルカロイド剤などがあり、ガンによって使われるものは様々で、ひとつないし複数組み合わせられ、**全身に投与されるほか局所にも使われます。**

放射線療法

放射線（X線、 γ 線）をガンにあてることで、ガンを死滅させる治療法です。状態に合わせて単独、あるいは他の治療法と組み合わせられて行われます。

凍結療法

ガンを凍らせることでガンを死滅させる治療法です。体外より少し太めの針をガンに刺し、 -180 度で凍らせます。短時間で手術痕も小さいことから、体への負担が軽いといえますが、ガンの**大きさやその位置する場所によって制限されます。**

温熱療法

ガン細胞が正常細胞より熱に弱いといったことを利用して、ガンを**熱することでガンを死滅させる治療法**です。方法としては、マイクロ波や電磁波を使ったり、直接ガンに針を刺して熱したりします。局所その他、全身を温める全身療法もあります。

栓塞療法

ガンの近くの動脈を塞ぐことで**ガンへの酸素、栄養供給を絶ち**、兵糧攻めにしてガン細胞にダメージを与えるといった治療法です。



レントゲンを使用した検査



胸部X線

胸部はX線により非常に多くの情報がえられます。正常では肺以外に、左右の肺の間にはさまれる縦隔と心臓・大動脈などの縦隔内構造、胸椎・鎖骨・肋骨などの骨、乳房などの軟部組織および頸部・腹部の一部などがとらえられます。

胸部CT検査

従来の胸部X線検査では発見が遅れがちであった微少な肺癌もこのCT検査によって、治療可能な段階で診断できるようになりました。

消化管X線検査

食道・胃・十二指腸・結腸・直腸の一連の管を消化管と称し、夫々に炎症、潰瘍、癌が出来ます。現在でも、胃癌が日本人の癌発生率の第1位を占めています。最近では食事の欧米化に伴い、大腸癌も次第に増加しつつあります。

骨密度

骨密度の測定方法には、
DXA法 (Dual energy X-ray Absorptiometry) 一高、低2種類のX線を照射し、その透過強度の差から骨密度を計算する方法
MD法 (Micro Densitometry) 一手のひらのX線写真をとって、その陰影濃度をアルミニウム階段の陰影濃度と比較して求める方法
CT法—コンピュータX線断層撮影装置 (Computed Tomography) の画像濃度で骨密度を測定する方法
超音波法—超音波を骨に当て、伝達速度と減衰率を測定して骨密度を測定する方法
があります。

また、測定部位も全身、腰椎、前腕骨（橈骨・尺骨）、頸骨など様々です。

どの方法が正しいのかは研究者に任せるとして、私たちは、同一測定方法間での加齢に伴う変化に注意しましょう。