



# 保健師だより



現在、日本人は3.5人に1人ががんで死亡しています。

今回は佐井村でも3番目に死亡数の多い胃がんについてのお話です。全国的には肺がんに次ぐ死亡数の胃がんですが、平成24年は全国で4万9,100人が胃がんで亡くなっています。



## \*胃がんとは

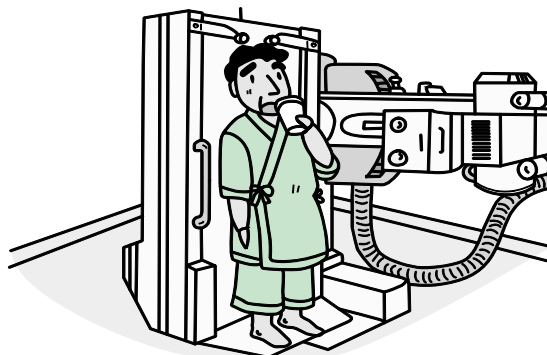
胃がんは40歳代から増加傾向にあり60歳代でピークを迎えます。男女比はほぼ2:1と男性に多くみられますが、早期に適切な治療を行えば9割以上が完治します。

胃の内側の粘膜から発生する悪性腫瘍ですが、タバコや飲食物に含まれる発がん物質、熱い食物による熱刺激、ヘリコバクターピロリ菌などによって引き起こされる慢性胃炎など、さまざまな原因が積み重なって発生するものと考えられています。

## \*胃がん検診

村の集団検診や個別健診では胃X線検査を行っています。胃を膨らませる発泡剤と造影剤のバリウム液を飲んで、X線(レントゲン)で映し胃内の凹凸や胃の形を観察する検査です。

胃炎、潰瘍やがんがある場合は、バリウムが均一に付かず、たまった部分が白く濃く映ります。



## \*胃がんの特徴と予防

ヘリコバクターピロリ菌とは胃の粘膜に感染する細菌で、日本人の40歳以上では約7割の人が感染しているといわれています。これは、昔、井戸水を生活用水に使っていたことや川などで遊んでいた習慣があったためといわれています。

他にも、塩分と胃がんの関係は深く、塩分摂取量の多い地域では胃がんの発生率が高いというデータもあります。また、喫煙、飲酒、魚・肉類の焦げた部分や熱すぎる飲食物なども発症要因の1つと考えられています。

胃がんは進行しても症状があらわれないこともあれば、早期の段階から胃部不快感、消化不良、食欲不振、食習慣の変化、貧血などの症状がみられることもあります。胃炎や胃潰瘍のような痛みをみぞおちに感じることもあります。だからこそ症状がなくても検診を受けることが大切です。

## \*がんの進行

がん検診でがんを発見できる最小の大きさは直径約1センチです。

1個のがん細胞が1cmになるまでには10~15年かかります。ところが、1cmのがんが2cmになるのに必要な期間は1~2年です。ここまでが早期発見の期間です。

この期間にがんを取り除いたり死滅させることができれば、ほぼ、がんを治すことができますが、がんが大きくなるにつれ血液やリンパに乗って違う場所に転移していきます。

