

健康だより

大腸がん検診を 受けよう!

大腸がんの発生率は増加傾向にあり、がんによる死亡数でも胃がんを抜いて第2位になりました。大腸がんから大切な命を守るためには検診がとても有効です。今回は大腸がん検診について一緒に考えてみましょう。



問い合わせ先 健康推進課健康推進係
☎ 0968(25)7219

大腸がんセルフチェック

この項目は大腸がん危険因子です。当てはまることがあれば、大腸がん検診を受けましょう。

- 40歳以上である
- お酒をよく飲む
- 野菜、果物をあまり食べない
- 肉類をよく食べる
- 便秘や下痢などお腹のトラブルがよくある
- この2年間、大腸がん検診を受けていない
- 家族や親戚に大腸がんを患った人がいる

市では過去10年間で3万4567人が大腸がん検診(便潜血検査)を受診しており、59例の大腸がん、653例の大腸ポリープが発見されています。症状がないうちから毎年検査を受けることが、早期発見への近道です。

便潜血検査は手軽にできる検査です。市では平成27年度から自宅で受診できる郵送健診も実施しています。仕事などで検診を受ける機会が無い人、時間の無い人にもおすすめです。ぜひご利用ください。

5月は平成28年度の複合健診の申込月です。5月中旬に各世帯毎に申込書を郵送します。この機会にぜひ自分の健康について知りましょう。

検診セット



専用キットで清潔に採取できます

大腸がんって?

日本人に急増中!
動物性脂肪の取り過ぎや食物繊維の不足などが影響し、日本人に急速に増えているのが大腸がんです。50歳代から増え始め、60〜70歳代の高齢者に発症しやすく、男女差はほとんどありません。

最大の要因は食生活の欧米化と考えられています。昔と比べて肉類、卵、乳製品など、脂肪分や動物性たんぱく質の摂取が増える一方、腸内の調子を調えたり掃除をしたりする役目を果たす食物繊維などの摂取量が減少していることが影響しています。便が腸内に長時間とどまると、それだけ腸内の粘膜に発がん物質などが接する時間も長くなります。他にも、運動不足、肥満、飲酒なども危険因子として挙げられます。

症状は?

早期には症状はありません。進行すると、腹痛や出血、便秘や下痢、便が細くなる、残便感があるなどさまざまな症状が現れます。排便時の出血で異常に気付くことが多いようです。肛門に近い場所の出血は赤く鮮明ですが、遠い場所では黒く

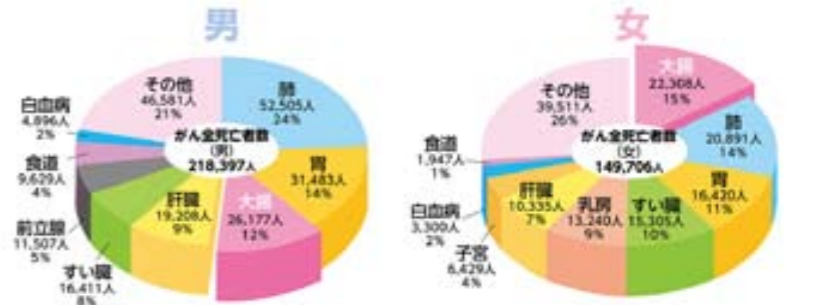
大腸がんによる死亡者増加中!

以前は多かった胃がんによる死亡者数が減少しているのに対し、大腸がんによる死亡者数は増加しています。女性では大腸がんによる死亡者数が最も多くなっています。

便潜血検査って?

大腸がんが大きくなり、大腸がんの表面がくずれると出血し、便に血が混じるようになります。この現象を利用して便中の血液を手がかりに、早期発見に結びつけようとする検査です。検査結果が陽性(血液量が一定量以上混じっている)になっても全てが大腸がんというわけではありません。この検査は大腸の精密検査を受けた方がよい人を選び出すための検査です。

2013年がん部位別死亡者数グラフ (厚生労働省人口動態統計)



全国で2013年にがんで亡くなった人は約37万人。がん部位別死亡者数で大腸がんは、女性は1位の2万1846人、男性は3位の2万5808人が亡くなっています。

けて治療すればほぼ100%治る病気です。しかし、自覚症状が出にくいので、知らないうちに進行している場合があります。

献血にご協力ください

とき 5月30日(月)
午前9時30分〜11時
午後0時15分〜4時
ところ 菊池市役所東側駐車場(移設倉庫前)

内容 400ml献血

薬を飲んでいない人でも献血できる場合があります。会場で医師が判断しますのでご相談ください。皆さんのご協力をよろしくお願いします。

献血の安全性向上のため、運転免許証やパスポートなどの身分証による本人確認をお願いしています。献血カードをお持ちの方は一緒にお持ちください。

HIV検査目的の献血はお断りしています

HIV検査は菊池保健所(☎0968(25)4138)で行ってください。無料・匿名で検査を受けることができます。

歯ツピーキッズ

3歳児健診時「むし歯なし」の子

3月4日・11日の歯科健診の結果で、むし歯がなかった子どもを紹介いたします。(敬称略)

- | | |
|------------------|----------------|
| 岩下幸那 (菊) 下長田 | 松村凜加 (酒) 永出分 |
| 松永日向 (菊) 花房台 | 石原花鈴 (酒) 桜山二 |
| 外村陽武 (菊) 菊池平野 | 板橋あかり (酒) 桜山六 |
| 深田琉生 (菊) 袈裟尾 | 雲田彩新 (酒) 田島団地 |
| 中川優心 (菊) 戸豊水 | 中尾律騎 (酒) 南住吉 |
| 東稜翔 (菊) 上赤星 | 梁池優翔 (酒) 富 |
| 信岡秋羽 (菊) 上赤星 | 立山あおい (酒) 富の原一 |
| 中島健太 (菊) 大琳寺 | 上妻哉翔 (酒) 富の原西 |
| 松本怜奈 (菊) 北宮 | 城見太郎 (酒) 富の原中央 |
| 中嶋快晴 (菊) 立石 | |
| 前島心 (菊) 立石 | |
| 中川光希 (菊) 巨 | |
| 木村莉月 (七) 間所 | |
| 米田悠人 (七) 間所 | |
| 佐藤莉緒菜 (七) 流川 | |
| 栄羽奏 (七) 宮園 | |
| 村上煌獅 (七) 間所 | |
| 三池快士 (酒) あさひが丘住宅 | |
| 藤原朔也 (酒) あさひが丘住宅 | |
| 清水未来 (酒) 伊坂 | |
| 坂本咲 (酒) 川上 | |
| 荒木大輔 (酒) 永 | |

むし歯を予防するためには

①むし歯菌を減らすための毎日の仕上げみがき②甘いものを減らしたおやつ③歯の質を強くするための定期的なフッ化物塗布が重要です。家族ぐるみでむし歯予防に取り組み、健康な歯を保ちましょう。

今回むし歯があった子どもは、なるべく早く歯科医院を受診しましょう。

