

がんで命を落とさないために ―予防と検診の重要性について―

日本では毎年30万人ががんで亡くなっています。がんは人類が避けることのできない病気ではありますが、がんで命を落とす確率を下げることはできます。がんの原因は、遺伝によるものはわずか5%で、ほとんどは生活習慣病によるものです。禁煙、節酒、肥満の解消は、確実にがんの予防策となります。WHOは、「がんを確実に予防する効果があるのは運動」と報告しています。また、ウイルスや細菌もがんの原因となります。B型・C型肝炎ウイルスは肝がんを引き起こし、ヘリコバクター・ピロリ菌は胃がんのり

スクです。16型、18型ヒトパピローマ・ウイルスは子宮頸がんを起こします。感染しているかどうか一度も検査したことがない人は、ぜひ検査をお勧めします。肝炎ウイルス、ピロリ菌は治療が可能ですし、パピローマ・ウイルスはワクチンが有効です。

また、「がん検診」を活用して早期に発見することもできます。がん死亡率を明らかに低下させる検診が5つあります。胃がんに対する胃X線または胃内視鏡、子宮頸がんに対する細胞診、乳がんに対するマンモグラフィ、肺がんに対する胸部X線、大腸がんに対する便潜血検査です。国はこれら5つのがん検診を奨励し、健康増進法に基づいて市町村が実施しています。各市町村によって料金や対象年齢が異なりますので、住んでいる市町村のホームページで確認してください。低料金で（自治体によっては無料の所も）、しかもがん発見の効果もありますので、欠かさず受けることをお勧めします。検診の結果、精密検査が必要と判断された場合は、必ず二次検査を受けて下さい。

予防と検診によって、がんで命を落とす人が1人でも少なくなることを願ってやみません。



函館中央病院
健康管理センター

杉浦 博 副センター長

略歴

昭和62年、北海道大学医学部卒業後、北海道大学附属病院、函館市医師会病院、函館赤十字病院などを経て、平成28年から函館中央病院に勤務。



函館中央病院 函館市本町33-2 ☎0138-52-1231(代) <http://www.chubyou.com/>

- 診療科目/内科、消化器内科、腫瘍内科、循環器内科、小児科、外科、整形外科、形成外科
心臓血管外科、皮膚科、産婦人科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科など全24科目
- 受付時間/8:30~11:30、13:30~16:00 ※土曜は午前のみ。診療科や時間帯によっては要予約。
- 休診日/日曜・祝日・年末年始