

# さやだより

平成 30 年 9 月号



## 今月のテーマは **がんの話**

10月にはピンクリボン運動月間  
ピンクリボン運動は乳がん検診推進と  
患者さん支援のための運動です

### ◆がん統計から

日本人が一生のうちのがんと診断される確率は2人に1人！2016年の統計によると日本人の死因第1位はがんであり、男性の4人に1人、女性の6人に1人ががんで亡くなっています。

しかし、診断方法や治療法の進歩によりがんと診断されても生存期間は延長し「長く付き合っていく病気」となりつつあります。治療効果を高めるには早期発見・早期治療！そしてがん細胞を増やさない生活を心がけましょう。

部位	3年生存率 (%)	5年生存率 (%)
前立腺がん	99.0	98.4
乳がん	95.2	92.7
大腸がん	78.1	72.9
胃がん	74.3	71.1
肝臓がん	53.6	39.6
肺がん	49.4	40.0
全体	71.3	65.8

国立がん研究センター発表(H30年9月)

### ◆がんと癌

「がん」と「癌」は医学的に使い分けられています。体の表面、内臓の内側などを形作っている上皮細胞が悪性化したものを「癌」と表記します。皮膚癌、乳癌、胃癌、大腸癌などがこれにあたります。

筋肉、骨、血液細胞やリンパ球など上皮細胞ではない細胞が悪性化したものは「肉腫」「リンパ腫」などと呼ばれ「癌」ではなく「がん」と表記されます。「がん」は「癌」も含む全てのがんを表しますので、病院名称も「癌センター」ではなく「がんセンター」と記載されるのですね。

### ◆抗がん剤の話

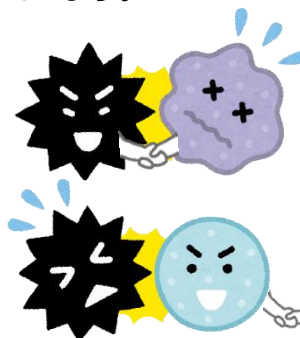
ヒトの体の中では、60兆個もの細胞が増殖や増殖の休止を繰り返しながら健康を保っています。しかし、加齢、紫外線、化学物質などの刺激を受けて遺伝子が傷つくと、細胞は異常な増殖を繰り返し、がん化してしまいます。

そこで、これまでの抗がん剤は主に“細胞の異常な増殖を止める”ことを目的に開発されてきました。多くの抗がん剤は、増殖中の正常細胞にも作用するので副作用が起きてしまうのです。

遺伝子の傷ついた細胞が体内にできても、通常は体に備わっ



ている免疫機能によって排除されるため、すぐにがん化するわけではありません。しかし、がん細胞の中には免疫細胞の働きを止めてしまう仕組みも存在します。この仕組みをブロックし、自分の免疫力を高めることでがんを攻撃しようと開発されたのが、本庶佑氏のノーベル賞受賞で話題となっている「免疫チェックポイント阻害薬」です。高額であり、効く人と効かない人がいるということは今後の課題となっています。



がん細胞と手をつないだ免疫細胞は働けない

薬と手をつないだ免疫細胞はがん細胞と手をつなげないから元気になる

## ◆標準治療と先進医療

### ○標準治療

科学的根拠があり現在認められている最良の治療のことです。様々な治療法の中の真ん中ぐらいの効果の治療ではありません。多くの研究者が話し合う会議で最良と認められていて、健康保険での治療ができます。

### ○先進医療

高度な医療技術を用いた治療法で、安全性や効果について一定の基準を満たしています。健康保険と組み合わせることは可能ですが先進医療部分は保険適応にはならず高額となります。

## ◆がんと遺伝

米国女優のアンジェリーナ・ジョリーさんが、遺伝性乳癌のため予防手術を受けたことが日本でも話題になりました。

「うちもがんになった親族が多いのよ。」と心配な方も多いかもしれませんが、遺伝性のがんは一部の大腸癌でも乳がんでも5~10%ほどです。それよりも“家族であれば生活環境や食生活が似ているので同じような病気にかかりやすい”といった要因の方が大きいとも言えます。

遺伝かも?と心配な方はがんセンター等の医療機関で「遺伝カウンセリング」を受けることができます。

遺伝の可能性はあるか?  
遺伝子検査を受けるべきか?  
などの相談に応じてくれます。



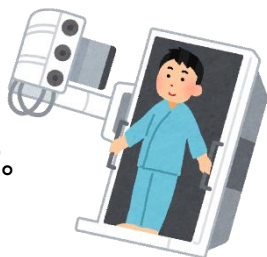
## ◆健診と検診と受診

**健診**(健康診断)は自覚症状がない人が健康の確認のために受ける検査のことです。生活習慣病の予防や隠れた病気を発見するために行われます。

**検診**は特定の病期を早期発見早期治療するために行う検査のことです。ですから「がん検診」はこちらにあたります。

自覚症状があり「がんかも?」と思った時はがん検診ではなく**受診**しましょう。

健康診断やがん検診は自費、または市町村などからの補助を差し引いた自己負担金の支払いになりますが、受診した場合の検査は健康保険での支払いになります。



## ◆日本人のためのがん予防法

1. **喫煙** 禁煙する。  
他人のタバコの煙を避ける
2. **飲酒** 適量を守る
3. **食事** バランスの取れた食生活
4. **運動** 適度に体を動かす
5. **体形** やせや肥満を避ける
6. **感染** 肝炎やピロリ菌の検査を受ける

国立がん研究センター  
2017年8月1日改定

## ◆がん検診に行ってみよう!

がん検診は**職場の健康診断のオプション**や**市町村のがん検診**を利用すると費用の補助が受けられる場合があります。セルフメディケーション税制の申請を考えている方は、申請の条件となっている「健康への取り組み」のひとつとして「市町村が行うがん検診受診」を使うことができます。

熊谷市で行っているがん検診:胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん(40歳以上)、  
子宮頸がん(20歳以上)、前立腺がん(50歳以上)

残念なことに埼玉県のがん検診受診率は40%以下です。早期発見すれば助かる命があります。「がん検診」の案内が来ている方はぜひ検討してみてください。案内が来ていない方は市役所等にお問い合わせください。熊谷市の方は熊谷保健センターへ 電話 048-526-5737