

今月は

がん のお話です。



先月号は定期健康診断の内容をお伝えさせて頂きました。今月は、その定期健康診断とセットで検診することが多い「がん検診」を中心にお伝えします。

なぜ、定期健康診断とがん検診がセットになっていることが多いのでしょうか？
まずはがん検診について見てみましょう。

職場での定期健康診断は法律で定められたもので、「事業主」にも「従業員」にも定期健康診断の受診が「義務」付けられています。

しかし、がん検診は定期健康診断のように法律で定められたり、義務が発生するという健診ではありません。
このため、福利厚生のある 1 つという立ち位置になります。



【 身近ながん 】

ここで「がん」のお話に戻ります。

日本でがんになる人は 2 人に 1 人と言われています。

国立開発研究法人国立がんセンターの最新データによりますと、

日本人が一生のうちにがんと診

断される確率(2019 年データ)

- ★ 男性 65.5%(2 人に 1 人)
 - ★ 女性 51.2%(2 人に 1 人)
- となり、また

日本人ががんで死亡する確率

(2020 年のデータ)

- ★ 男性 26.7%(4 人に 1 人)
 - ★ 女性 17.9%(6 人に 1 人)
- と発表されています。

このように数字で見ると、がんは身近な病気の一つになっていることがお分かりになると思います。

【 細胞のがん化 】

人間の体は約60兆個の細胞で構成されています。

細胞は一定の期間が経つと死滅するため、細胞を分裂させてその数を維持増殖する作業もしています。

分裂後に同じ機能を持つ細胞を生成するための設計図がDNAであり、毎日数千億回複製されます。

この複製の際に、稀に複製ミスが起こります。このミスで出来た細胞のがんの元になります。



誰だってミスは起こしたくないですよね？
ただ厄介なことに、このミスは本人が意図せず体の中で「勝手に」起こってしまうものです。
またDNAの複製ミスだけでなく、細胞が傷付けられてしまうこともあります。

その原因は何でしょうか？

- * タバコ
- * 悪しき生活習慣
- * 好ましくない食生活
- * 過度な飲酒習慣
- * ストレス
- * 睡眠不足 など



一方で、がんの研究も進んでおり、細胞のがん化する要因が幾つか分かっています。

【 早期発見早期治療 】

病気に対して早期発見早期治療効果は高いことが知られていますが、がんにも同じことが言えます。

早期発見早期治療に繋げるには、定期健康診断とセットでがん検診も受ける必要があります。

しかし、自覚症状も何もない中、がん検診を受けに行く機会は、ある様でなかなかないのが現代社会とも言えます。

多くの方が働いており、定期健康診断が義務化されているので、そこにがん検診をセットすることで受診し忘れることも防げ、早期発見にも繋がる……

こうして「定期健康診断」と「がん検診」がセットになってきたわけです。

現在推奨されているがん検診は以下の5つです。

- * 胃がん
- * 肺がん
- * 大腸がん
- * 乳がん
- * 子宮頸がん

しかし、定期健康診断にがん検診をセットにされていない企業や事業所もまだあります。

ご自分の所属している企業や事業所がセットにしていない場合、自衛手段として市区町村が提供しているがん検診を受診されることをお勧めします。

「あなたの健康はあなたのもの！」

今回は

免疫力について

お伝えします。

