

# 「大腸がん」の予防と早期発見



健診センター長  
外科部長  
石尾 哲也

山香病院だより vol.42

日本人の死因の第1位は、悪性新生物(がん)です。

その中でも大腸がんは、男性で第3位、女性では第1位となっております。よって、大腸がんは、日本人において最もありふれた「がん」の一つと言えます。大腸がんに限らず、全ての「がん」において重要なことは、①「がん」にならないこと(予防)と②「がん」を早く見つける(早期発見)ことです。そこで、今回は大腸がんの予防と早期発見について説明したいと思います。

まず、大腸がんの予防ですが、大腸がんの主な原因は、生活の欧米化(肉食の増加、野菜・食物繊維の不足)と言われています。また、アルコールや運動不足、便秘なども大腸がんの増加因子と言われています。よって、予防としては、脂肪分

の少ない和食中心の食生活にし、過度の飲酒は避け、適度な運動をする、といったこととなります。

しかし、「がん」発生の原因は単純なものではないため、前述の予防を心がければ絶対に大腸がんにはならないというわけではありません。よって、予防と同時に定期検査を受けて早期発見に努めることも重要です。通常の大腸がん検診では、便潜血検査が行われ、陽性の場合、精密検査(大腸内視鏡検査)を受けるように指示されることが多いと思われるます。

この便潜血検査(2日法)で、進行がんの約80%、早期がんの約50%を拾い上げることができると言われています。よって、検診を受けない人に比べればかなりの確率で無症状の

大腸がんを発見できることになり、ますので、検診は非常に有用です。しかし、逆に言えば、便潜血検査でも進行がんの約20%、早期がんの約50%は見逃されるわけですから、最も確実な検査は、大腸内視鏡検査になります。

実際に最近私が経験した進行大腸がん患者のほとんどは、初めての「大腸内視鏡検査」で見逃されており、これまで便潜血検査すら受けていなかった人や、便潜血検査で陽性でも精密検査を受けなかった人が大半です。定期的な大腸内視鏡検査を受けられている患者さんでは、たとえ大腸がんを発見したとしても、早期で発見されています。

早期の大腸がんや大腸ポリープ(前がん病変)であれば、内視鏡的に切除・治療可能な症例がほとんどです。定期的な大腸内視鏡検査を受けていけば、大腸がんも怖くありません。できれば定期的な大腸内視鏡検査を、せめて毎年、便潜血検査(2日法)を受けるようにしましょう。

大腸検査を希望される人は、お気軽に当院外科もしくは内科にご相談ください。