

「がん」といかに向き合おうか

茨城県立中央病院 朝戸 裕一

我が国における死因の第一位は、1981年から脳血管障害からがんに入れ替わり、以後、がんによる死亡者は増える一方で、現在その数は年間30万人を超えています。がんになる人はさらに多く、日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人(正確には30%)ががんで亡くなる時代です。自分がならなくても身近な人ががんになる場合もあり、がんと関わらずに一生を終える人はいないのではないのでしょうか。

がんと正面から向き合うには、がんについて知っておく必要があります。

国は、現在「第3次対がん10カ年総合戦略」でがん対策を行っていますが、依然としてがん死亡率を減少させるには至っていません。

このような状況で、私たちはどのように対処すべきでしょうか。がんにならないような生活習慣を心掛け、なってしまったとしても早期に発見するための検診を受け、がんになった後は適切な治療を受けることが必要です。

がんは予防可能です

まず、がんは予防可能な病気です。これまでの研究からがんの原因の多くがたばこや飲酒、食事などの日常の生活習慣に関わるものと報告されています。喫

がん検診で早期発見を

次にがんの早期発見にはがん検診の受診が重要になります。欧米のデータで見るとがん検診の受診率が50%に達すると死亡率が減ることがわかっています。

厚生労働省も平成24年までに日本のがん検診受診率を50%まで上げるという目標を掲げていますが、依然として20〜30%に留まっているのが現状です。

胃癌の場合、検診で発見された場合の5年生存率が90%近いのに対して、その他の状況で発見された場合は50%程度であったという報告もあります。

自分と家族のために検診を受けるといふ姿勢が大切です。

納得のいく治療を受けよう

「がん対策基本法」では、日本のどこに住んでいても同じレベルのがん医療を提供できる体制をつくることを義務付けています。がん診療の中心となる都道府県がん診療拠点病院や地域がん診療拠点病院が指定され、これらが連携しながら良質の医療を提供するような体制をつくることが求められています。

県では国の指定以外にも独自に標準的ながん診療を行う病院を定めています。各拠点病院には相談支援センターが設置されていますので、受けている診療に疑

間がある場合にはセカンドオピニオンを受けることも可能であり、自分で納得のいく治療を受けることが肝要です。

がんの基本的な知識を得よう



がんの基本的な知識、がんになった場合の対処法などをやさしく解説した冊子患者必携「がんになったら手にとるガイド」が国立がん研究センターによりホームページで公開されています。今後、書店で購入することも可能になります。がんに対する情報収集する上での入門書として、がんでない方にもぜひ一読をお勧めしたい一冊です。

「敵を知り、己を知れば、百戦危うからず」という言葉があります。がんに対する知識を身につけることでがんに対する恐怖心もなくなるのではないのでしょうか。

11月中旬新築オープン



皆様に愛されて100余年、お陰様をもちましてこの度店舗を新築いたしました。米、大豆、塩など厳選した素材を使用しております。創業以来の独自の手づくり製法により作り上げた最高の味と香りをご賞味ください。今後ともよろしく願い申し上げます。



有限会社 **湊屋味噌醸造所**
茨城県笠間市石井1104
電話 0296(72)0271 FAX 0296(72)5089