

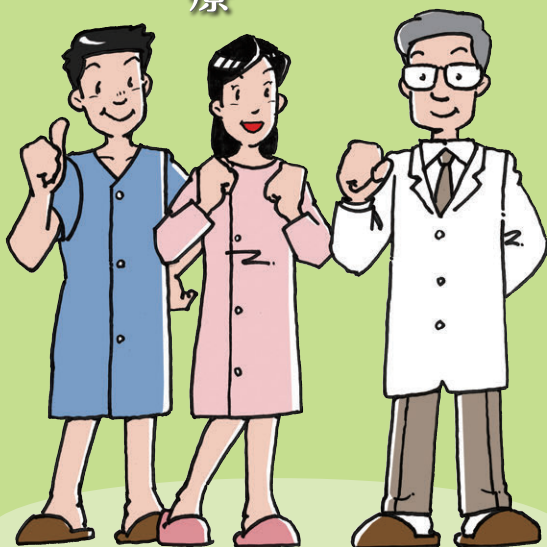


Let's検診

がん検診ハンドブック

早期
治療

早期
発見



山口県

がん検診ハンドブック

目次

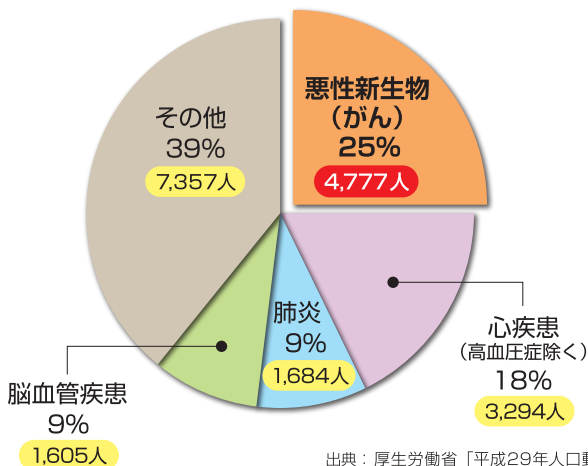
がんは「他人事」ではありません	1
「がん」ができる部位はどこが多いの?	2
がん検診が必要な理由!	4
がん検診とは?	6
胃がん	8
肺がん	12
大腸がん	16
乳がん	20
子宮頸がん	24
市町のお問い合わせ先	28

がんは「他人事」ではありません

全国でも山口県でも死亡原因の第一位は「がん」です。日本人の**2人に1人が「がん」にかかり、3人に1人が「がん」で亡くなっており**、医学が進歩した現在でも、増加を続けています。

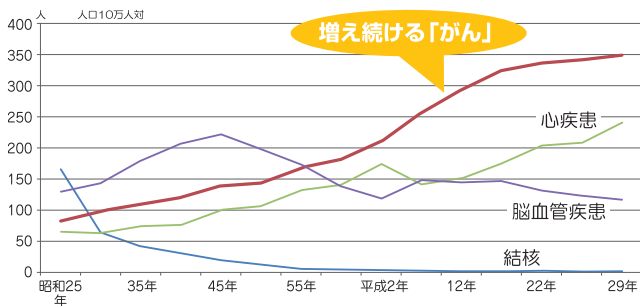
あなたも、あなたの大切な人も、将来かかるかもしれない病気のひとつなのです。

● 山口県の主な死因別死亡者数の状況（平成29年）



出典：厚生労働省「平成29年人口動態統計」

● 山口県の主要死因別死亡率の年次推移



出典：厚生労働省「人口動態統計」

「がん」ができる部位は どこが多いの？



● 山口県のがん部位別死亡者数の順位 (H29)

順位	男	女
1位	肺がん	大腸がん
2位	胃がん	肺がん
3位	大腸がん	すい臓がん
4位	肝がん	胃がん
5位	すい臓がん	肝がん

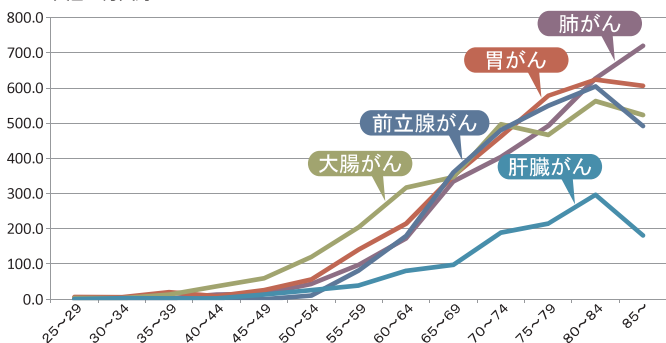
● 山口県のがん部位別罹患数の順位 (H26)

順位	男	女
1位	胃がん	乳がん
2位	前立腺がん	大腸がん
3位	肺がん	胃がん
4位	大腸がん	肺がん
5位	肝がん	子宮がん

年齢に比例して、がんにかかる確率は、いずれの部位でも高くなります。女性に関しては、**子宮頸がん**は20歳代から**40歳代**の若年層の罹患率が高く、**乳がん**は、**40歳代**から**60歳代**の罹患率が高くなっています。

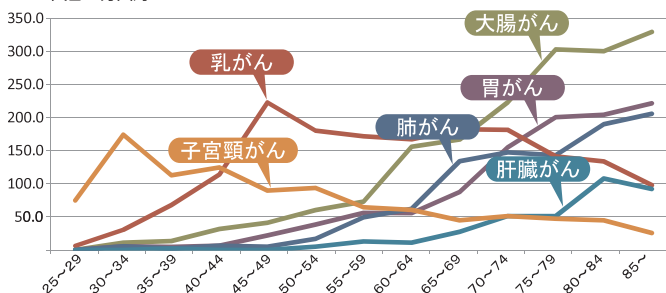
● 年齢階級・主要部位別粗罹患率(山口県・男性)

人口10万人対



● 年齢階級・主要部位別粗罹患率(山口県・女性)

人口10万人対



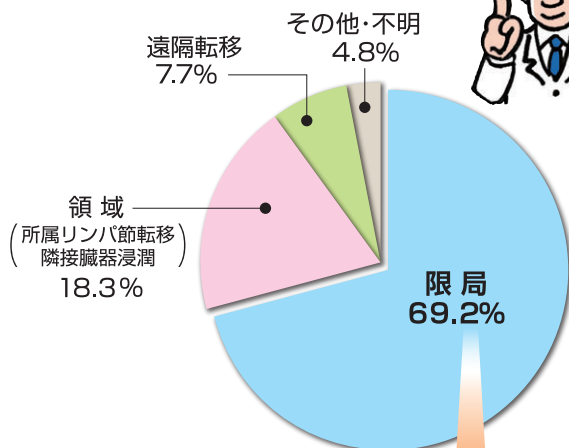
出典：「山口県がん登録(平成25年罹患集計)」

がん検診が必要な理由!

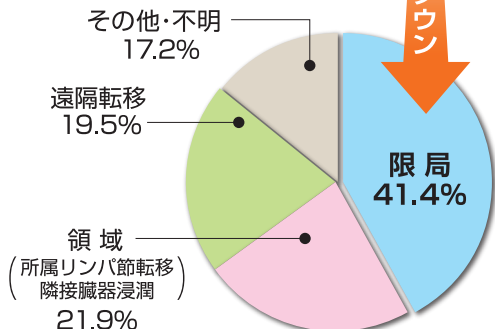
がん検診により、約7割が、がんの発生臓器内に止まっている「**限局**」の状態、つまり早期がんで発見されていますが、検診以外での発見は、約4割と低くなっています。

「遠隔転移」等進行がんでの発見割合は、がん検診が7.7%であるのに対し、検診以外では19.5%と高くなっています。

● がん検診での発見による病期



● がん検診以外での発見による病期

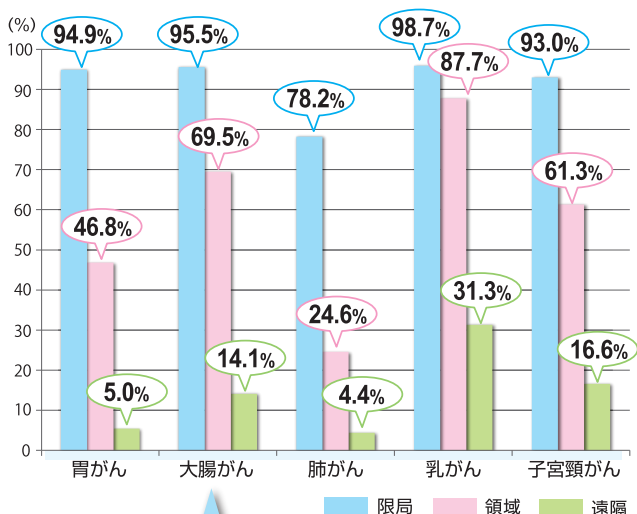


出典：山口県「山口県がん登録」集約データ

5大がんの進行度別 5年生存率

〈がんと診断後、5年生存している割合〉

がんになっても、早くに見つけて治療すれば、より高い確率で治すことができます。しかし、初期の段階で自覚症状がないことがほとんどです。そのため、症状がなくても定期的に受診するがん検診が重要なのです。



定期的に
がん検診を受ける

検診で早期発見

がんが早期の段階で
治療を開始した場合

(例：大腸がん)

95.5%

がん検診を受けない

がんが進行!
自覚症状が出てから
病院を受診して
がんと診断される

がんが進行
(遠隔転移あり)してから
治療した場合

(例：大腸がん)

14.1%

がん検診とは？

がん検診とは、がんがあるかどうかを調べる検査で、一般に健康だと思われている人が受けるものです。
初期のがんは、自覚症状がないことが多いため、早期発見・早期治療には、がん検診が最も有効です。

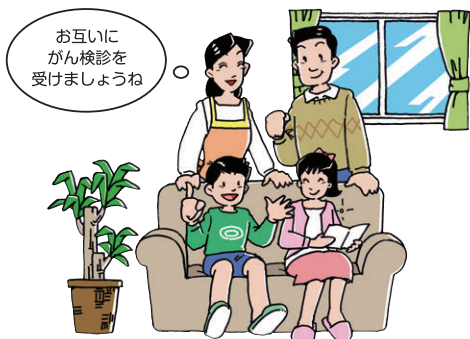
対象年齢になったら 「がん検診」を 受けましょう



	肺がん	大腸がん	乳がん	胃がん	子宮頸がん
対象者	40歳以上		50歳以上	20歳以上	
受診間隔	年1回		2年に1回		

* 胃部X線検査に関しては40歳以上の方を対象とする場合があります。
また、胃部X線検査を年1回実施とする場合があります。

一定年齢の方を対象に、がん検診（大腸がん、乳がん、子宮頸がん）の検診無料クーポン事業を実施しています。
詳しくは、お住まいの市町担当窓口（P28）へお問い合わせください。



がん検診の流れ

特に今は自覚症状などが無い状態

① 何か自覚症状がある場合は、早期治療のためにも早めに医療機関を受診してください。

がん検診 (第1次) スクリーニング

肺がん

問診、胸部X線検査
必要に応じて喀痰細胞診

胃がん

問診、胃部X線検査
又は胃内視鏡検査

大腸がん

問診、便潜血検査

乳がん

問診
マンモグラフィ検査

子宮頸がん

問診、視診
子宮頸部の細胞診

異常あり

がんの可能性があるかもしれません。

精密検査（二次検診）
を受けてください

異常なし

ひとまず安心

今後も定期的に健診を
受けましょう。

精密検査（二次検査）

内視鏡検査などで本当に
がんかどうか確かめます。

異常なし

がんと診断（確定診断）

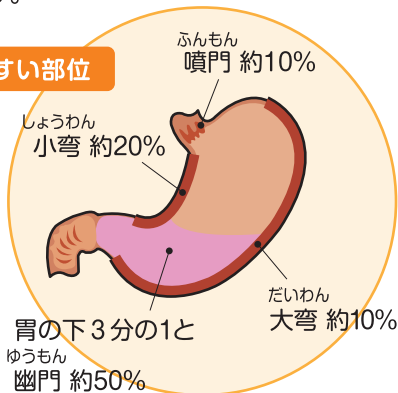
医療機関で治療へ

胃がん

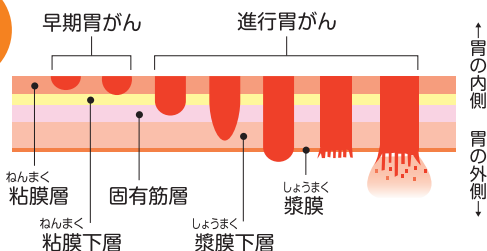
胃がんとは？

胃がんは、胃の粘膜にできる悪性腫瘍（悪性のできもの）です。胃の壁は内側から、大きく分けて粘膜層と筋層からできています。がんが粘膜にとどまっているものを「早期胃がん」、がんが筋層以上に深く進んだものを「進行胃がん」と呼んでいます。

胃がんのできやすい部位



深達度の分類図



胃がんの症状

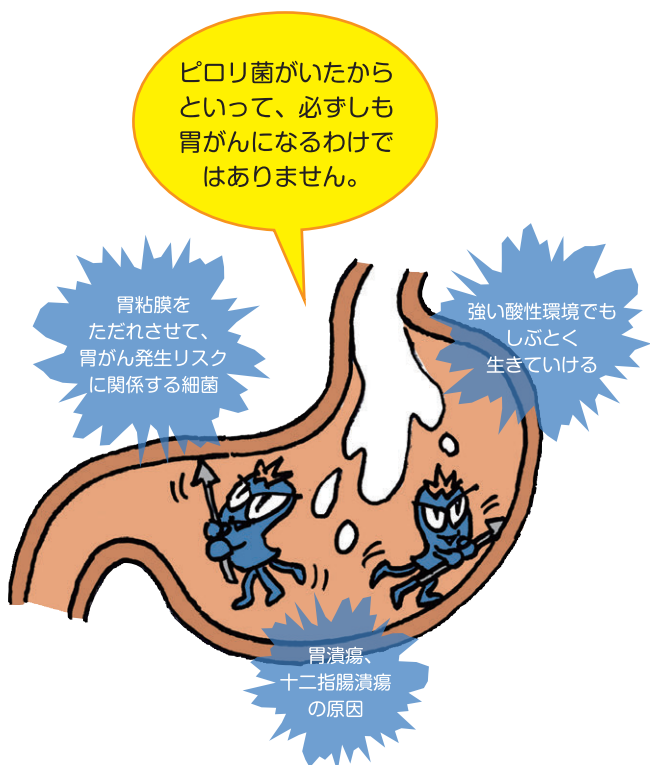
早期の胃がんは、症状がないことも多いですが、がんの進行によって症状が出現します。早期胃がんの症状は、合併する胃潰瘍や慢性胃炎の症状のことが多いと言われています。

<主な症状>

食欲不振、嘔吐、体重減少、胃痛、吐血、下血など

胃がんの最大の危険因子・ピロリ菌！

ピロリ菌（ヘリコバクター・ピロリ）は、胃にとりついて炎症や萎縮を起こす細菌で、胃がんの最大の危険因子です。ピロリ菌の除菌によって、胃がんになる確率は、なんと3分の1に抑えられるという研究結果もあります。日本では、人口の半数以上が感染し、50歳以上では7割以上が感染していると言われています。



ピロリ菌に感染していても、多くの場合、日常生活になんの支障ありませんが、慢性胃炎や胃・十二指腸潰瘍の原因にもなります。こうした症状を繰り返す場合は、ピロリ菌を除菌したほうがいいかどうか、医師に相談してください。

胃がん検診

対象年齢

50歳以上の人

検診間隔

2年に1回

検診項目

問診、胃部エックス線検査
又は胃内視鏡検査

*胃部X線検査に関しては40歳以上の方を対象とする場合があります。
また、胃部X線検査を年1回実施とする場合があります。

検査前日の夕食は午後8時くらいまでに済ませましょう。お水、お茶などはその後も飲んで大丈夫。朝もコップ1杯程度の水であれば構いません。



1

検査着に着替え



夜食、朝食も抜いたから胃はカラッポだ

2

まずはじめに少量の水と炭酸を発生する粉末(発泡剤)を飲みます。その後は、ゲップしないように注意しましょう。

小さじ1杯くらいの炭酸



3



バリウム
コップ1杯くらいの量(150cc)
昔より少なく、飲むのは
思いのほか簡単

胃がん検診Q & A

Q 胃がん検診は2年に1回で大丈夫ですか？

A 2年に1回継続的に検診を受けることで胃がんの死亡リスクは減少します。ただし、がんの中には急速に成長を遂げてしまうケースもあります。検診結果が異常のない場合でも、気になる症状が現れたら、なるべく早く病院を受診してください。

倒れていくぞ

胃を360°
撮影するんだ

4

検査台が倒れたり、立ったり動きます。手すりにしっかりとつかまって、検査技師の指示に従い、落ちないように気をつけながら動きましょう。



5

早期胃がんや
胃潰瘍は
バリウムが白く
たまって見える



異常なし

これからも定期的に
胃がん検診を受けましょう。

要精密検査

詳しい検査が必要
ですので、病院を
受診してください。

肺がん

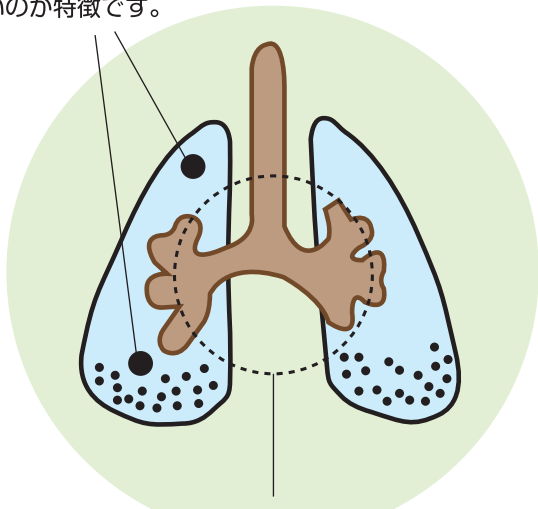
肺がんとは？

肺がんは、発生した部位によって、肺の入り口付近の太い気管支にできる「中心型（肺門型）」と、太い気管から離れた末梢の細い気管支、肺胞などの肺の端のほうにできる「末梢型（肺野型）」の2つに分けられます。

肺がんのできやすい場所と症状

末梢型（肺野型）

非喫煙者にも比較的によく見られ、かなり進行するまで自覚症状はほとんど出ないのが特徴です。



中心型（肺門型）

喫煙が大きく影響し、また比較的早い時期から咳、血痰などの症状が現れるのが特徴です。

たばこと肺がん

たばこを吸うと肺がんになる危険性は5～20倍に！
受動喫煙によっても肺がんのリスクは1.2～2倍になります！

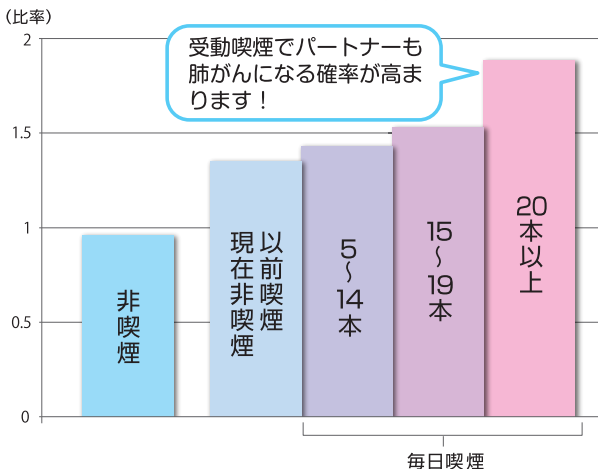
特に注意が必要な方！！

50歳以上
喫煙指数（一日本数×年数）>600



**たばこの害は、
30～40年後に出現します！**

● 夫の喫煙で妻の肺がん死亡率比



(喫煙と肺がん死亡率との関係 Hirayama,T.,1990)

肺がん検診

対象年齢

40歳以上の人

検診間隔

毎年1回

検診項目

問診

胸部エックス線検査

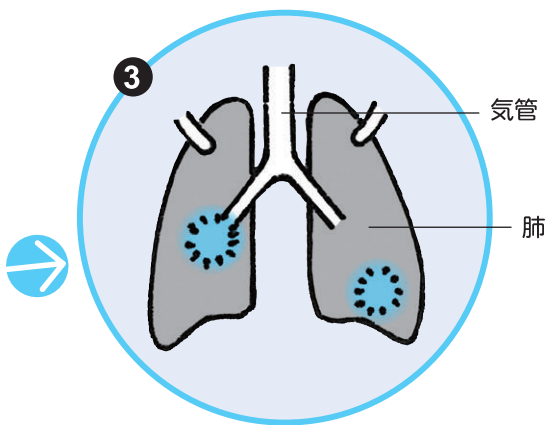


肺がん検診Q & A

Q 肺がんは、他のがんより生存率が低いのはなぜ？

A 確かに、早期がんにおいても5年生存率は、7割と他のがんよりも低くなっていますが、これは肺がんのうち、進行度が早く悪性度の高い種類のがんがあり、再発や転移があることが原因です。しかし、多くの肺がんは、早期がんであれば、他のがんと同じように完治する可能性は高いので、がん検診は重要です。

たばこを吸う人は、
医師の判断で喀痰検査（痰の検査）も
行う場合があります。



異常なし

これからも毎年
肺がん検診を
受けましょう。

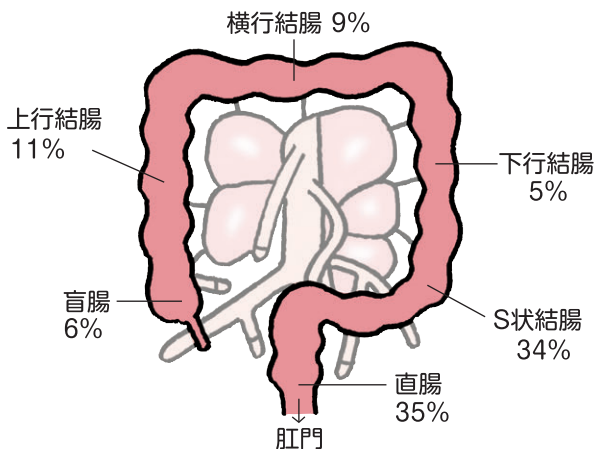
要精密検査

CT検査など詳しい検
査が必要です。病院を
受診してください。

大腸がん

大腸がんとは？

大腸がんは大腸粘膜からできる悪性腫瘍（悪性のできもの）で、発生部位によって上行結腸がん、横行結腸がん、下行結腸がん、S状結腸がん、直腸がんなどに分けられます。大腸がんの約70%は大腸の左半分にあたるS状結腸から直腸に発生しますが、最近では右半分にあたる上行結腸がんも増加傾向にあります。



便がたまり、便中の発がん物質の影響を受けやすいことからS状結腸と直腸の部分にがんの発生率が高いと考えられている。

大腸がんの主な症状

早期の大腸がんでは、ほとんど症状がありませんが、進行すると次のような症状が現れはじめます。

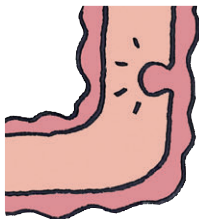
<主な症状>

血便（便に血が混じる）、下血（肛門から出血する）、
便通異常（便秘、下痢など）、便柱狭小（便が細くなる）、
残便感（便が出きらない感じ）、腹痛、腹部膨満感、腹部のしこり、貧血、吐き気など

こんな人は注意が必要！

大腸ポリープになったことがある

多くの大腸がんは、腺腫という種類のポリープから発生すると考えられています。しかし、ポリープを経ずに正常な粘膜が直接がん化する場合もあります。



血縁者のなかに大腸がんになった人がいる

大腸がんの発生には、環境的因子のほか、遺伝的因子が関与します。血縁者ががんになった人がいる場合には、そうでない人より遺伝子に異常が起こりやすいと考えられています。



食生活の欧米化

特に、肉類を中心とした高たんぱく・高脂肪食、食物繊維の摂取量が少ないといった食生活の欧米化が原因のひとつといわれています。



大腸がん検診

対象年齢

40歳以上の人

検診間隔

毎年1回

検診項目

問診
便潜血検査

大腸がんの検診は検便を行い、便の潜血検査（便に目に見えないような血液が混じっていないかを試薬を用いて調べる方法）をします。



1



事前を送付された
問診票と検査容器

2



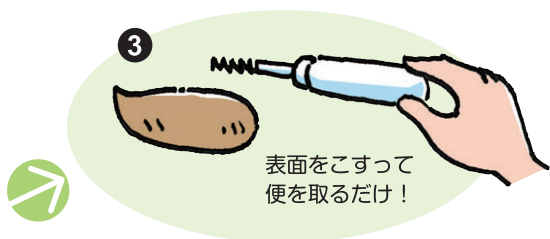
数日前から
便を取る



大腸がん検診Q & A

Q 精密検査等で行われる「大腸内視鏡検査」って苦痛なの？

A 大腸内視鏡検査は、内視鏡を肛門から入れてがんを発見するというもので、直接目で確認できるため発見されやすいという利点があります。検査前には下剤を飲んで腸内を綺麗にする必要がありますが、内視鏡は痛いのではと不安な方も多いかもしれませんが、基本的には痛みは少なく、鎮痛剤などを使用して痛みを和らげる病院も多いようです。



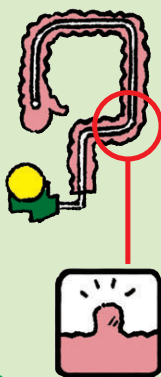
異常なし

これからも毎年
大腸がん検診を
受けましょう。

要精密検査

大腸内視鏡検査（大腸
ファイバー）など詳しい
検査が必要です。病
院を受診してください。

大腸内視鏡検査（大腸カメラ）



ポリープ

大腸内視鏡では、大腸ポリープ
や早期大腸がんを発見し、切除
できます。
ポリープ内のごく早期のがんは、
それだけで完治します。

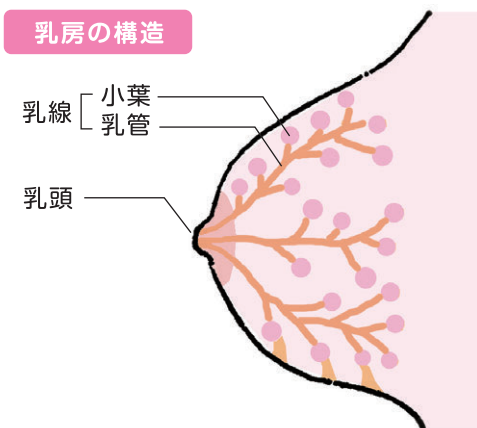


早期大腸がん

乳がん

乳がんとは？

乳房には乳腺がたくさんあり、乳がんはこの乳腺にできる悪性腫瘍（悪性のできもの）です。約90%は乳管（母乳の通り道となる管）から発生する「乳管がん」で、約5%が小葉（母乳を作る場所）から発生する「小葉がん」です。



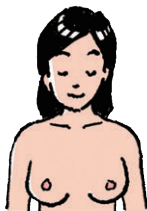
注意が必要な方！

乳がんの発生には、女性ホルモンが深く関わっています。特に以下の方は注意が必要です。

- 初潮が早い、閉経が遅い
- 初産年齢が高い又は出産経験がない・授乳経験がない
- 閉経後の肥満
- 家族（特に母・姉妹・娘）に乳がんになった人がいる

まずは、セルフチェック!

チェック
1



はじめに、左右の乳房や乳頭の形を見ます。両腕を下げた状態で確認してください。

チェック
2



両腕を上げ乳房を鏡に映して正面・側面・斜めからよく観察します。

Check Point!

- 乳頭や乳房の皮膚のどこかに、くぼみやひきつれたところはない?
- 乳頭がへこんだり、かさぶたや湿疹のようなただれなどはできてないか?

チェック
3



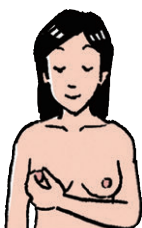
乳房の内側を調べるには、腕を上げ、指の腹でまんべんなく調べます。

チェック
4



外側半分を調べるには、右腕を自然な位置に下げ、左手の指の腹でまんべんなく触れてみます。最後にわきの下に手をいれシコリがないか指先で確かめます。

チェック
5



左右の乳房を軽くつまみ、お乳を搾るようにして血液のような異常な分泌液が出ないか確かめます。

乳がん検診

対象年齢

40歳以上の女性

検診間隔

2年に1回

検診項目

問診
マンモグラフィ検査

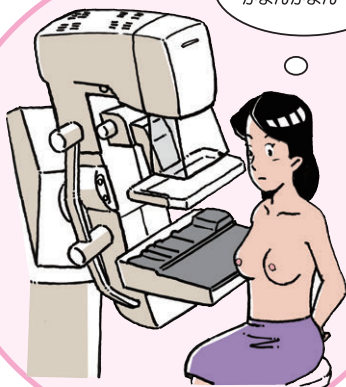
1



脇や胸を
ウェットティッシュで
ふいて



2



ちよつとの
がまんがまん...

乳がん検診Q & A

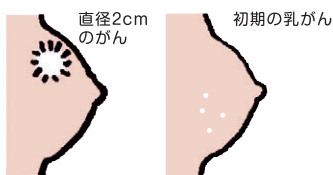
Q 他のがん検診とは違って2年に1回なのですか？

A 乳がんと子宮頸がん検診は、2年に1回でも、毎年受診するのと同様の効果があることが、いろいろな調査で確認されています。ただし、触れてみてしこりがあるなど自覚症状がある場合は、すみやかに乳房疾患の専門医療機関で受診してください。

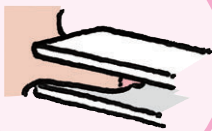
乳房を圧迫して平坦にすることで良いエックス線写真が撮れます。痛みは一瞬ですのでほんの少し我慢してください。マンモグラフィは安全装置がついて一定の圧力以上はかかりませんので、押しつぶされてしまう心配はありません。



触診（触る検査）でわかる乳がんは一般的に2cm以上といわれています。マンモグラフィを撮影することで、絶対に手で触ることのできない「微細石灰化」と呼ばれる小さい粒々で発見できるごく初期の乳がんを見つけることができます。



3



こんな
小さながんまで
見つかるんだ



異常なし

これからも2年に1回、乳がん検診を受けましょう。

要精密検査

さらに詳しい検査が必要です。病院を受診してください。

Q 乳がんになったら乳房を切らなければならないの？

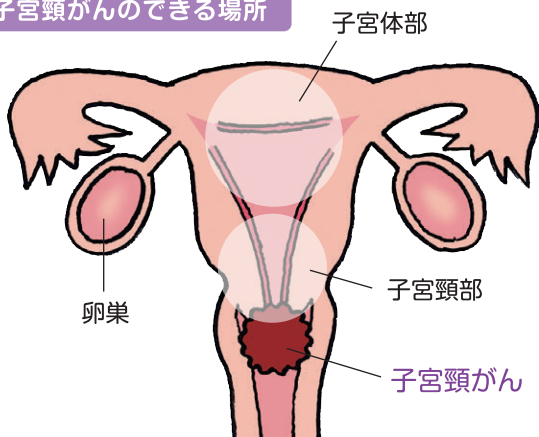
A 進行度によって異なりますが、腫瘍とその周辺だけを切り取り、乳房全体に放射線をかける「乳房温存療法」が主流になってきています。

子宮頸がん

子宮頸がんとは？

子宮の入り口から下1/3あたりまでを子宮頸部といい、子宮頸がんは、この部分にできる悪性腫瘍（悪性のできもの）です。子宮頸がんには細胞の種類によって、「扁平上皮がん」と「腺がん」の2種類があり、90%以上が扁平上皮がんです。扁平上皮がんの多くは、前がん病変（正常細胞から変化し、がんになる前の状態：異形成）から「上皮内がん」、「浸潤（がんがまわりに広がっていくこと）がん」へと進行していきます。

子宮頸がんのできる場所



子宮頸がんの症状

早期がんでは、他のがんと同じように自覚症状はほとんどありませんが、進行すると次のような症状が現れるようになります。

<主な症状>

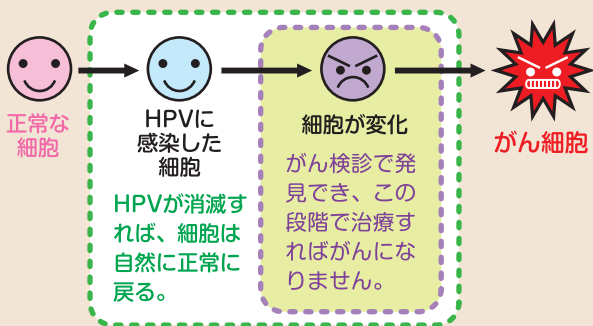
月経以外の出血（不正出血、性交時の出血）、おりものの変化、腰痛、腹痛など

子宮頸がんの原因は、 ヒトパピローマウイルス(HPV)

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス(HPV)というウイルスの持続的な感染が原因となって発生するがんです。HPVの子宮頸部への感染はほとんどが性交渉によりますが、このウイルスに感染すること自体は決してめずらしいことではなく、誰でも感染する可能性があります。HPVに感染しても、ほとんどの場合は自然に排除されますが、ウイルスが排除されずに長期間感染が続く場合があります、ごく一部のケースで数年から数十年かけて、子宮頸がんを発症します。

子宮頸がん細胞が発生するメカニズム

HPV感染から平均10年間かけて、
一部が**がん**へと進行する。



若年層で増加する子宮頸がん

上皮内がん(粘膜表面にとどまるがん)を含めた子宮頸がんの発生率は、50歳以上の中高年層ではこの20年で順調に減っていますが、逆に20歳から29歳では急激に増加しています。これは、高齢になるほど多くなる他のがんと違って、性活動が活発な若い年代でHPVの感染機会が増えているためと考えられます。

子宮頸がん検診

対象年齢

20歳以上の女性

検診間隔

2年に1回

検診項目

問診、視診、内診
細胞診

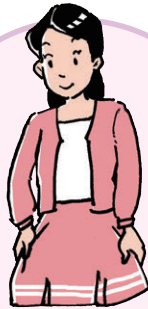
1



痛いのかな？
時間はかかるかな？

まずはじめに問診があります。妊娠・出産状況、最終月経、閉経後の人には閉経年齢、自覚症状の有無などを聞かれます。

2



下着をはずしても
スカートなら
恥ずかしくないわ

3



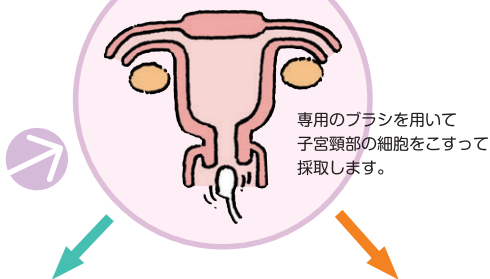
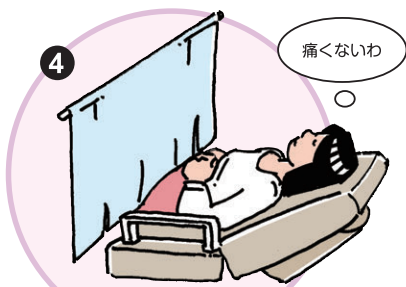
子宮頸がん検診Q & A

Q 子宮頸がん検診の受診を避けた方がいいときはありますか？

A 正しい判定のためには、月経中と月経直後は避けてください。なるべく月経終了後3～7日の間に受診するのがよいでしょう。

視診では、クスコ（腔鏡）という器具を挿入したり、細胞診検査では、子宮の入り口の細胞を軽くこすり取って、異常な細胞がないかを顕微鏡で調べます。痛みはほとんどなく、短時間で終わります。

* 月経のある人は、その時期は避けた方がいいので検診機関におたずねください。



専用のブラシを用いて子宮頸部の細胞をこすって採取します。

異常なし

これからも2年に1回、子宮頸がん検診を受けましょう。

要精密検査

さらに詳しい検査が必要です。病院を受診してください。

Q 子宮頸がんの治療は子宮を切除しないといけないの？

A 子宮頸がんは治療しやすいがんで、早期に発見すれば、ほぼ100%治療でき、多くの場合、子宮を温存する治療が可能です。もちろん、手術後の妊娠も可能です。どのような治療方法をとるかは、担当医とよく相談してください。

●がん検診に関する市町のお問い合わせ先

市町名	部署名等	電話番号
下関市	健康推進課	083 - 231- 1935
宇部市	健康増進課	0836 - 31 - 1777
山口市	健康増進課	083 - 921- 2666
萩市	健康増進課	0838 - 26 - 0500
防府市	健康増進課	0835 - 24 - 2161
下松市	健康増進課	0833 - 41 - 1234
岩国市	健康推進課	0827 - 24 - 3751
光市	健康増進課	0833 - 74 - 3007
長門市	健康増進課	0837 - 23 - 1133
柳井市	健康増進課	0820 - 23 - 1190
美祢市	健康増進課	0837 - 53 - 0304
周南市	健康づくり推進課	0834 - 22 - 8553
山陽小野田市	健康増進課	0836 - 71 - 1814
周防大島町	健康増進課	0820 - 77 - 5504
和木町	保健相談センター	0827 - 52 - 7290
上関町	保健福祉課	0820 - 65 - 5113
田布施町	保健センター	0820 - 52 - 4999
平生町	保健センター	0820 - 56 - 7141
阿武町	民生課	08388 - 2 - 3113

メ モ

発行：平成31年3月

制作：山口県健康福祉部医療政策課

TEL 083-933-2961

FAX 083-933-2829