

健康 アドバイス

大腸がんの健康診断について

ツカザキ病院 消化器内科 医長 田中稔之

皆さん、健康診断を受診されていますか？
今回は特に健康診断の中でも大腸がんに対しての健康診断のお話をさせていただきます。

まずはご自身に大腸がんとなる可能性が他の方と比べて高いかどうかです。

下記の事が危険因子として挙げられています。

- ①年齢：50歳以上
- ②血のつながるご家族に大腸がんを患ったことのある人がいる。
- ③肥満体型、カロリーの高い食事が多い人
- ④大量のお酒を飲む人
- ⑤たばこを吸う人

以上が主な危険因子として挙げられています。こうして改めて見てみますと、どれかに当てはまらない方が難しいようにも思います。

逆に抑制因子、これらに当てはまると大腸がんの危険性が減るというものです。

- ①適度な運動を継続されている人
- ②食物繊維を含む食事、果物や野菜の多い食事をされる人

あと、飲み薬で抑制因子となりうるものがありますが、これは生活習慣とは別の話になりますので割愛しますが、こちらは危険因子とは違い当てはまることが中々難しそうですね。

年齢は仕方ありませんから、他の部分で努力をしていく。

確かに健康診断などに行く前に、日頃の節制は病気を予防します。

かといって健康診断に行かない理由にはなりません。

もし定期的に受診をされていない読者の方がいましたら、健康診断にいきましょう。

日本でのがん検診推進事業部では40歳以上の方に大腸がん検診をすすめております。

それは便の検査です。

便の検査ではそこに血液が含まれているかを検査します。大腸がんは表面がもろく、出血しやすいのです。ですので、大きながんとなると便の中に血液が混じり、それを検査にて検知するといった具合です。

大きな大腸がんを調べるには非常に簡単で、もし検査結果が陰性であれば96%の確立で大腸の中に大腸がんはないという報告があります。

ここからは便の検査と大腸カメラの具体的な比較をしていきましょう。

便の検査、こちら非常に簡単です。

普通に生活している上で行えるといっても過言ではないでしょう。

ただ、やはり精度が気になります。皆さんにとって、検査の後は安心がほしいと思います。便の検査をしました。結果は便に血は混じっていませんでした。こういった結果が安心できますよね。

精度の話に戻します。先ほど96%の方がそういった検査結果であれば大腸がんはないといいました。残りの4%、これは気になりますか？100人検査をし、皆検査結果は陰性ということでした、しかし実際には大腸がんがある人が4人いるということです。

結論としては、少し詰めが甘い検査として僕は理解しております。

逆に大腸カメラ、これは大変です。

前日から下剤を飲み、当日は大量の下剤にてトイレとの往復が約束されます。仕事は休まなくてはならず、なんならその予約をするために時間を割かなくてははいけません。大腸を傷つけてしまう合併症も心配です。

こちら検査後の結果説明で安心したいですよ。大腸がんはありませんでした。そういった言葉が聞きたいと思います。

こちらは健康診断としての大腸カメラはまだ整備されておりません。しかし、大腸癌を見つけるのは大腸カメラの方が精度は高いという報告もあります。

最近の内視鏡診療技術は非常に向上しております。光の強さやその細かい調節、なんならカメラの先端に顕微鏡のように拡大させて画像を撮る方法まで開発されています。ですので、こういった技術が開発されてから満足いく論文はまだ出ていないのです。明言はできないのですが、大腸カメラでもし大腸がんがありませんでしたと結果説明されれば、安心、太鼓判とってもらって構いません。

96%とほぼ100%の差は数値としては大きなものではないのですが、さらに一つ大きな違いがあります。

それは大腸ポリープです。

大腸ポリープはだんだんと時間をかけて大きくなり、大腸がんに変形していきます。事前にこのことがわかっていれば、ポリープがいるかどうかとも知りたくありませんか。

便の検査では、まったくもってわかりません。陰性であったとしても2人中1人にポリープがあるのです。

大腸カメラでは5ミリメートル以下のものは発見される確率が少し低いのですが、ほかの物

は非常に高い確率で発見されます。

私の外来では便の検査だけしか受けておられない、そんな検査も考えたことない方に関して、40歳以上の方は一度大腸カメラを受けるように勧めております。

仕事が忙しいとか、下剤がどうしてもイヤというかたは毎年便の検査は受けておいてください。ただ、やはり大腸カメラでの検査でも毎年か2年に1回は受けた方がよいとも思います。

最後になりますが、検査を受けるのは手段であって目的ではありません。

目的は皆さんが健康であることを維持することです。

検査は目的とはなりえません。

これまで書いた記載を読んでいただけた方は健康意識の強い方が多いと思います。

ご本人に関しては健康診断を受けている方が多いかもしれませんが、ご家族やお知り合いの方に受けておられない方がいましたらその方に少し相談してみてください。健康診断、あるいは大腸カメラでの検査へと足を向かわせる一助となればと思います。

最後まで読んで頂き、誠にありがとうございました。

(大腸ポリープ診療ガイドライン2014より抜粋、改変)

