



だれでもわかる、すぐできる！

ほんとうに役立つ 腸活大全

腸が整うと
人生が好転する！／

腸は
「第二の脳」だった

ご長寿さんは
あの腸内細菌が多い！

しわも肌あれも
不腸が原因

よく眠れない理由
も腸にあり

最近、オナラが増えた人
の腸事情

自己判断は危険！ 大腸がんと便秘・痔の意外な関係

「なんだか最近、便秘気味で…」こんなありふれた悩みが、大きな病気の入り口になるかもしれません。実は乳がんよりも女性の死亡率が高い大腸がん、そして病気の兆候になりうる便秘、さらに痔は、生活習慣と早期発見で9割防げます。

全国のがん検診受診率によると、40～69才女性の大腸がん検診の受診率は42・8%。国は60%以上の受診を目指す、まだしばらく達成できそうにない。

しかし、検診を先延ばしにしていると、気がつかぬうちに体をがんが蝕んでいる可能性がある。

内視鏡専門医で藤井隆広クリニック院長の藤井隆広さんが指摘する。

「大腸がんはほかのがんに比べて進行が遅いため、早期に治療すればほぼ100%治る病気です。」

また、検診で発見される大腸がんの6割は無症状の早期がんであるのに対して、症状があつて病院で発見される大腸がんは8割が進行がん、発見の遅れが懸念されます。

したがって、無症状の大腸がんを

検診で見つけることが大切なのです」

大腸がんはがんの中で最も女性の死亡率が高いうえ、その数は年々増えており、国立がん研究センターの統計によれば、ここ20年で2倍になっている。そもそも、なぜ女性に大腸がん罹患者が多いのか。

松生クリニック院長の松生恒夫さんが解説する。

「女性ホルモンの関連など諸説ありますが、まだはつきりとした原因は解明されていません。」

しかし、腸の冷えや便秘と無関係ではないと推察される。腸が冷えればその働きは停滞し、便秘になります。

便に含まれる二次胆汁酸には発がん性があるともいわれているうえ、

