

NHK

胃腸力○炭酸パワー○高血圧0しおレシピ○尿酸値○食中毒

ためしてガッテン

食と健康の3大特集

2014 Vol.23

夏

放置していると心筋梗塞に!
尿酸値 新対策
疲労回復、熱中症予防にも!
炭酸パワー!
塩いらずの極うま料理術
高血圧対策の
0しお
レシピ



胃腸力

最新医学でわかった!

が健康のカギ

便秘・胃もたれから
胃・腸のがんまで防ぐ
実践ワザ付き!

食中毒・カビ・
水虫 **最新** 解決策

切り取り式・16ページ
とじ込み付録

ためしてガッテン
誌上再放送



3大
特別企画

- まずは10日間から挑戦!
**おなか引っ込め
大作戦**
- 得するお役立ちネタを厳選!
**家事・暮らしの
裏ワザ 家宝 集**
- 10か月で11kg減の人も!
**健康ダイエット
カレンダー**

大反響の介護の達人エッセイ
ユーモア介護したく

志の輔対談 宮本信子さん
歩いて楽しむ世界遺産
——奈良・東大寺



カラダ若返り30秒ストレッチ
血液サラサラ夏のひと皿

早期に見つければ、ほぼ完治可能! 大腸がん 超 早期発見ワザ

近年、東京都新島村で行われた内視鏡検査の大規模調査の結果、検査を受けた40歳以上の半数にポリープ（腺腫）を発見。ポリープは約1割ががん化すると考えられるため、切除し、がん化を未然に防ぐことが大切です。そのために不可欠な大腸がん検査の最新情報をご紹介します。

まずは「検便」が基本

40歳以上の人は大腸がん検診を受ける対象となり、おもに問診と検便が行われます。検便は体への負担がなく、検査の回数が増えるほど大腸がんの発見率が高くなります。ぜひ、自治体の検診や会社の健康診断、人間ドックなどで積極的に検査を受けてみてください。

検査の回数	大腸がんの発見率
検便1回	➡ 45%
検便2回	➡ 70%
検便4回	➡ 91%
検便6回	➡ 97%

※検便の多くは通常便を2日分提出します。

※検便検査で潜血反応が出た場合、内視鏡検査は保険適用になります。

内視鏡検査

全国に普及し、大腸がんの検査のなかでも認知度の高い内視鏡検査。専門医がじっくりと観察できるため、精度が高く、見つにくい早期段階のポリープや、がんの前兆とされる病変を発見することが可能です。発見後は、その場でがんやポリープを切除することもできるため「発見と治療が一度に行える」一石二鳥の検査でもあります。

■費用(保険適用の場合) …3割負担の場合、約6500円(切除すると2万円程度)



健康な人



がんの前兆

がんの前兆とされる病変(右)。青い色素をかけることで患部を浮き彫りにすることができる。

画像提供 © 日本消化器内視鏡学会専門医 藤井隆広さん

最新の大腸がん検査法

カプセル内視鏡

わずか3cmほどのカプセルに超小型カメラを搭載した内視鏡。2つのカメラがついていて、のむだけで大腸のひだの裏側まで確認することが可能。撮影した画像は、無線で体外に送信され確認します。内視鏡検査と比べると発見率は8～9割程度。

■費用(保険適用の場合) …3割負担の場合、約3万円



仮想内視鏡(大腸CT)

特殊なCTで撮影した体内の画像を3Dデータ化。大腸の長さや太さはもちろん、細かいひだの裏側まで正確に再現します。大腸の中をミリ単位で観察できるため、小さなポリープでも発見が可能。内視鏡検査と比べると発見率は8割程度。



ひだの裏側に隠れているポリープ(矢印部分)も見逃さず、しっかりと再現。



曲がりくねっている大腸をより見やすくするために、切り開くことも可能。

■費用(保険適用の場合) …3割負担の場合、約1万円



日本消化器内視鏡学会
専門医
藤井隆広さん

●大腸がんは進行が遅い
ため早期発見で治療
すれば治せる
●内視鏡検査で大腸がん
の発症リスクを知るこ
とができる

「胃腸力」を上げる
金の格言 ③

大腸内視鏡検査は、抵抗感があるためか、受診率は5%程度ととても低いのが現状です。がんのなかでも大腸がんは進行が遅く、早期発見で、ほぼ100%治すことが可能。それでも、死亡率がどんどん上がっていることが、残念でなりません。内視鏡検査で、大腸がんになりやすい体質かどうかもわかります。たとえば、良性ポリープ(腺腫)が3個以上ある人は危険度が高めです。大腸がん検診は検便検査が最初の入り口なので、ぜひ受けてみてください。

専門医に聞く!