

はじめに——日本人と大腸がん

1981年以来、がんが日本人の死因の第1位を続けています。今やその死亡者数は第2位の心疾患の約2倍にのぼり、死亡者の3人のうち1人はがんがもとで亡くなっています。

中でも死因として増えているのが男女とも大腸がんです。1965年に大腸がんで亡くなった人は男性3265人、女性3335人でしたが、2010年には男性2万3921人、女性2万317人にのぼり、死亡者数は半世紀で男性約7倍、女性は約6倍に膨れ上がりました。その結果、2010年現在、男性のがん死亡者数の中で大腸がんは、肺がん、胃がんに次いで第3位を占め、女性では2003年以来、第1位を続けています。(数字は厚生労働省・人口動態統計による)

かかった人の数は死亡者数の約2.5倍と推測されます。

これまで欧米に多かった大腸がんが、日本でも増加した原因としては、食生活の欧米化により、肉類など動物性脂肪の摂取が増えた一方、繊維質の多い野菜の摂取が減ったことなどが挙げられます。したがって食生活の改善のほか、飲酒量、喫煙、運動など日常生活に気をつけることが大切です。

大腸がんが他のがんと大きく違う点は、早期に発見して、早期に治療すれば、ほぼ100%治ることです。また、早期に発見すれば治療も軽くて済むことが多いのです。ただし大腸がんは、早期の段階では症状がほとんどありません。早期発見のためには、検診が有効な手立てです。大腸がんの発生が増加する40歳以上の方は年1回、検診を受けることをお勧めします。

大腸がんについて知識を深め、予防に役立てていただきたいと、この冊子をまとめました。