

県政最前線

# がん

## をしりと向き合いに負けることのない社会

「がん」は日本人の死亡原因の第1位で、生涯で2人に1人がかかり、4人に1人が「がん」によって亡くなっています。

がんは、適切に予防を図ることで、がんになるリスクを低くしたり、検診で早期に発見し治療を受けることで、治る確率が高くなります。

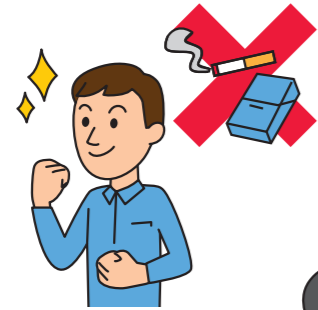
県では、「がんを知り、がん向き合い、がんを負けることのない社会」の実現をめざし、がんの総合的な対策を重点的に進めています。

世界保健機関(WHO)によると、がんの約40%は予防できるとされています。がんのリスク要因や予防要因について正しい知識を身につけ、科学的根拠に基づき行動することで、がんになるリスクを低くすることができます。

### がんを知り予防する

#### がん予防のポイント

たばこを吸わない  
(受動喫煙を含む)



偏らずバランスの良い食事をとる

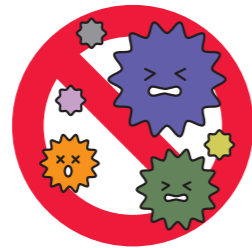


節度のある飲酒をする

適正体重の維持



継続的な運動習慣



がんの原因となるウイルスや細菌の感染予防・検査

#### 主ながんの種類と症状

種類	初期症状	主な症状	主なリスク要因
肺がん	症状が見られないことも多い	咳[せき]や痰[たん]、痰に血が混じる、胸の痛み、動いたときの息苦しさや動悸[どうき]、発熱 など	喫煙、受動喫煙、アスベスト
大腸がん	自覚症状はほとんどなし	血便、排便習慣の変化(便秘、下痢)、便が細くなる、残便感、貧血、腹痛、嘔吐[おうと] など	喫煙、飲酒、肥満
胃がん	自覚症状はほとんどなし	胃の痛み・不快感・違和感、胸焼け、吐き気、食欲不振 など	喫煙、飲酒、感染症
すい臓がん	自覚症状はほとんどなし	腹痛、食欲不振、おなかが張る感じ、皮膚や目が黄色くなる、腰や背中への痛み など	喫煙、糖尿病
乳がん	乳房のしこり	乳房のしこり、乳房にくぼみができる、乳頭や乳輪がただれる、左右の乳房の形が非対称になる など	飲酒、肥満
肝臓がん	自覚症状はほとんどなし	皮膚や目が黄色くなる、むくみ、かゆみ、だるさや倦怠感[けんたいかん] など	喫煙、飲酒、肥満、感染症
子宮頸がん	自覚症状はほとんどなし	月経中でないときや性交時の出血、においを伴う濃い茶色やうみのようなおりもの など	喫煙、感染症
食道がん	自覚症状はほとんどなし	飲食時の胸の違和感、飲食物がつかえる感じ、体重減少、胸や背中への痛み、咳、声のかすれ など	喫煙、飲酒

#### がんの情報を入手する

がんについて正しく理解するための基本的な情報や、がん検診、がん診療を受けられる病院、相談窓口など、総合的な情報をWEBサイト「わかやまがんネット」で提供しています。

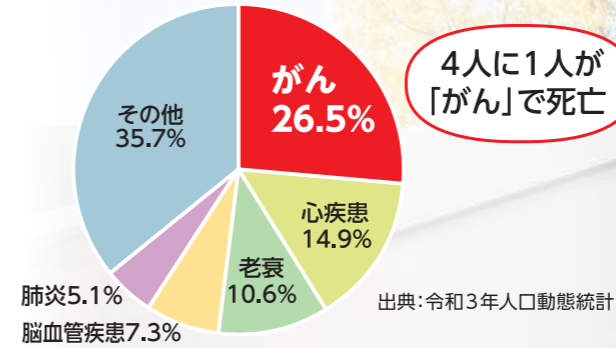


#### ワクチンで子宮頸がんを予防する

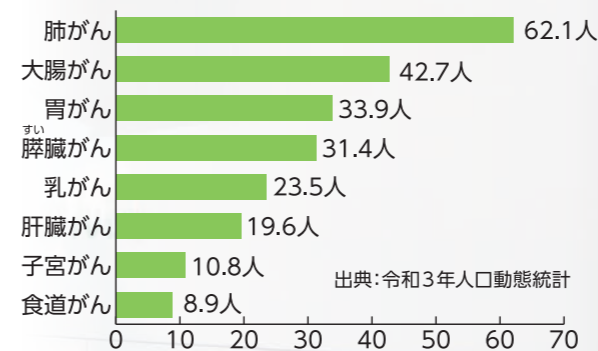
子宮頸がんの原因とされているヒトパピローマウイルス(HPV)は、女性の多くが一生に一度は感染するといわれています。感染を予防するにはワクチンの接種が有効です。接種券は、小学校6年生から高校1年生の女性を対象に市町村から配布されますので、ワクチン接種をご検討ください。



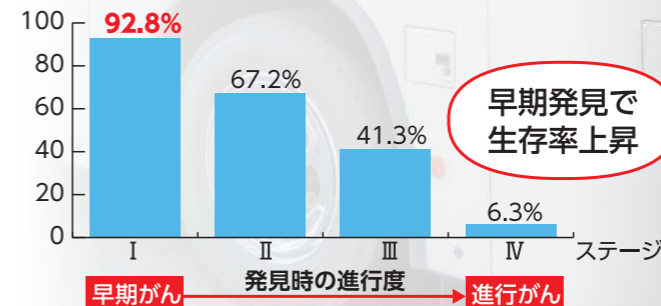
死因別死亡者の割合



がんの主な部位別死亡者数(人口10万人あたり)



胃がんの進行度別生存率(5年相対)



胃胸部検診