



国保中央病院だより

国保中央病院 ☎ 32-8800

前立腺がんの検診を
受けましょう

泌尿器科部長 望月裕司

男性にしかない前立腺は、40歳を過ぎると徐々に肥大をきたし、前立腺肥大症として尿勢低下、残尿感、頻尿、尿意切迫などの排尿障害が生じてきます。また、前立腺がんが発症することもあります。

男性がんの第1位
前立腺がんの罹患数は2012年に全世界で年間約110万人となり、男性がんの第2位(14・8%)で、がん疾患の死因第5位でした。日本では、2006年の罹患数は年間約4・2万人で、胃がん、大腸がん、肺がんに次いで第4位でしたが、2015年は約9・8万人と増加し、男性がんの第1位となりました。

しかし、前立腺がんの多くは数十年の経過で極めて緩徐に成長すると考えられており、がん疾患の死因と

しては肺がん、胃がん、大腸がんなどに次いで第9位です。

前立腺がんは遺伝する？

前立腺がんは遺伝的関与が確実に考えられており、家族歴は罹患リスクを2・4〜5・6倍に高めることが報告されています。また、後天的要因として推測されているのは①生活習慣(食事・運動・嗜好品・機能性食品など)、②肥満、糖尿病及びメタボリック症候群、③前立腺の炎症や感染、④前立腺肥大症や男性下部尿路症状、⑤環境因子や化学物質への曝露などが挙げられます。

診断と治療の方法は？

前立腺がんの診断は、①血液検査である前立腺特異抗原(PSA)検査や直腸診、②前立腺針生検による病理組織検査による確定診断、③CTやMRI、シンチグラフィなどの画像検査による病期診断(病気の進行程度)の3つで完結されます。

治療は病気の進行程度により異なりますが、①前立腺全摘除術、②放射線治療、③内分泌療法(薬物治療)④化学療法(抗癌剤治療)、⑤監視療法(経過観察)、⑥緩和医療が選択されます。

前立腺がんの早期発見のために50歳を過ぎたら、泌尿器科受診をお勧めします。

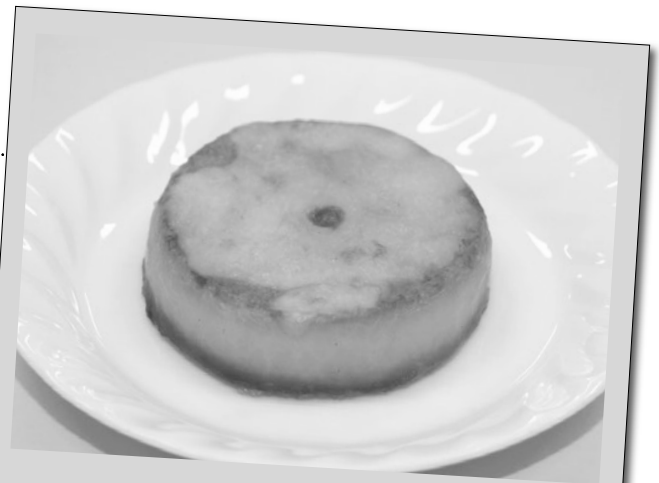
第2次健康たわらもと21・第2次田原本町食育推進計画
野菜で健康！朝ごはん

作り方

- 1 大根は皮をむき、2cmの輪切りにし、軟らかく下茹でする。
- 2 フライパンにバターを入れ、1の大根を軽く焦げ目がつくように焼き、酒・めんつゆを加え、裏返ししながら味をからめる。
- 3 2の大根を煮汁ごと耐熱容器に移し、チーズをのせてオーブントースターでチーズが溶けるまで焼く。

旬の野菜は、新鮮で味もよく、栄養価にも優れており、その時期の人の体に必要な成分がたくさん詰まっています。

例えば、冬野菜は冬になると糖度を高めて、冷えた体を温めたり、夏野菜には暑さで疲労する体に水分を補給する効果があります。スーパーや市場では1年中ほとんど変化なく野菜が売られていますが、できるだけ、野菜の旬を意識して食べるようにしましょう。



大根のチーズ焼き

1人分エネルギー 114kcal

材料 (4人分)

- ▶大根……………8cm
- ▶バター……………大さじ1
- ▶酒……………大さじ2
- ▶めんつゆ(2倍濃縮)……………大さじ2
- ▶とろけるチーズ……………60g