

もしかしして、 控えてませんか？

コロナ禍でも、定期的に健診を

新型コロナウイルスの感染を恐れ、がん検診や特定健診などの受診を控えていますか？ 2人に1人がなるといわれる「がん」も、身近な生活習慣病も、初期段階では自覚症状がないことがほとんどです。病気の進行は、コロナ収束を待ってくれません。後回しにせず、定期的な受診をおすすめします。

がん検診・特定健診の大切さを、安曇野市医師会長の武井医師にお聞きしました。

がん患者の約5人に1人が検診で発見

昔に比べて、がんの5年後の生存率が上がっています。放射線療法だけでなく、さまざまな治療法が確立されてきたこともあり、いずれにせよ「早期発見」が生存率を上げるカギとなります。がんは直接治せない病です。取り



私の体験記

ハルさん (68歳) 仮名

「早期に病気を見つけて治療をするので、自分らしい生活を」と話すハルさん。平成30年に受診したが、がん検診で精密検査の診断を受けました。詳しく調べた結果、乳がんステージ1と判明。さらに、手術前の検査で膀胱がんも見つかり、それぞれのがんを切除しました。手術後は、再発もなく経過は良好で、現在は半年に1回程度の通院での治療を続けながら日常生活を送っています。がんと向き合うハルさんを取りました。

除くことができる状態、転移していない状態で見つければ、それだけ早く手が打てます。

例えば大腸がんなどは、早期に見つけて治療すれば、近年は多くの人によって病気の発見が遅れて、手の打ちようがない状態になってしまっていることが最も心配されます。

国の報告によると、がん患者のうち、4〜6人に1人が、がん検診や健康診断などがきっかけで発見されています。できる限り、検診を受けてほしいと思います。

がん告知を乗り越え

頭が真っ白になった。検診後の精密検査でがんステージ1が判明。医師から告知を受けた時、95歳の姑や娘のことが頭をよぎった。「がん＝死」というイメージがあったため、生きた心地がしなかった。不安な気持ちでいっぱいだったが、主治医の先生が親身に病状や治療方法を説明してくれたおかげで気持ちや和らいでいった。

命つなげた 早期発見

そして、一番の支えとなったのは何より家族の言葉だった。心配な気持ちや落ちつかせようと「大丈夫だよ」という言葉を掛け、お守りをプレゼントしてくれたことが一番嬉しかった。周りが落ち着いていてくれたことが自分の心の安定につながったと、当時の気持ちを振り返る。

闘病で研ぎ澄まされた気持ち

がんと闘いながら自分を見つめ直すことで、今まで感じるもののなか

次に多い「心疾患・脳血管疾患」死因で最も多いのは「がん」ですが、次いで多いのは、心筋梗塞などの心疾患、脳卒中などの脳血管疾患となっています。高血圧やメタボリックシンドロームは甘く見られがちですが、早期に対処して、予防に努める必要があります。

他の健康問題が起るリスク

新型コロナウイルスが拡大する前は、特定健診などの受診が少しずつ増えてきました。健診の会場では、ガイドラインに基づいた感染防止対策が確立されています。不安な気持ちも良く分かれますが、受診控えにより健康問題が起るリスクが大きくなってしまっているのは避けたいところです。

基礎疾患をお持ちの方など、健康に不安がある方は、まずはかかりつけ医に相談するとよいかと思えます。

素晴らしい伝統を大切に

長野県はかつて脳卒中が全国でも多い地域でしたが、健診や保健事業が広まったことで減少し、平均寿命が全国一となった実績があります。全国のモデルとなっている県なので、安曇野市もこの伝統を大切にしたいと思っています。

った感覚が研ぎ澄まされたという。ふとした瞬間に自然に目を向けると安曇野の植物や動物の美しさを実感することが多くなり、趣味の土いじりがさらに楽しく感じるようになった。

身近で好きなことを見つけて、少しでもホッとできる瞬間を作り、不安を和らげることを心掛けていくうちに自然と病気を受け入れ、「命をいただいている。下を向いていてもしょうがない！」と考えるようになり、前向きに人間らしく生きる力と

なっていた。

1年前の検診で見つからなかったがんが見つかり、早期発見につながったのは、毎年、検診受けていたから。

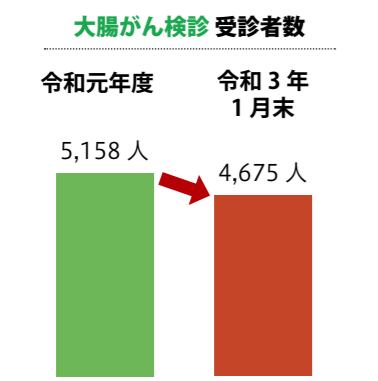
がんは今や早期発見で完治または、ともに生きていける病気となっている。

「人間ドックや健診と合わせてがん検診を受けることが大切。支えてくれる家族のためにも定期的な受診を」。

ハルさんは実体験からそう呼びかける。

Data 受診者 感染拡大前の約1割減少

全国的に感染リスクを懸念した「受診控え」が問題になっています。市のがん検診は、新型コロナ拡大前に比べ、約1割減少しています。令和元年度のがん検診で、「がん・がんの疑い」となった人は20人でした。例えば大腸がん検診の受診者は約500人減少しており、一定数のがん発見ができなかった可能性があります。新型コロナの感染が気にして受診を控えると、早期発見・早期治療ができなくなる恐れがあります。



安曇野市医師会 会長

武井 学 医師

●プロフィール
追分クリニック院長。総合内科専門医。(一社)安曇野市医師会は、市内5つの病院と60の診療所で組織され、市の健診、学校医、予防接種、夜間急病センター、休日当番医などを実施している。

Point 健診のすすめ

- 近年、がんの生存率が上昇。早期発見により治る病気に
- 高血圧・メタボを甘く見ないで
- 健診会場は感染防止対策を徹底
- 不安な場合はかかりつけ医に相談