

女性のためのメディカル情報
mom's Clinic
 第12回「大腸がん」

仕事や家事、子育てなど、毎日頑張っている女性たちへ！ mom's Clinicでは毎月、女性の健康づくりに役立つメディカル情報をお届けします。今回は、女性では「乳がん」に次いでかかる人の多い「大腸がん」についてお話ししましょう。

整形外科専門医。ロコモアドバンスドクター。東京女子医科大学卒業後、慶應義塾大学整形外科学教室に入局。現在、東京都済生会中央病院整形外科に勤務。女性が心身ともに美しく健康な人生を送れるよう医学的な立場からサポートしている。

誌上クリニック「mom's Clinic」院長
矢吹有里先生

早期発見で完治する大腸がん。 定期的に健診を受けましょう！

40歳以上は特に注意。血便が出たら病院へ。

みなさんは大腸についてどのくらいご存じでしょうか？ 大腸とは、消化管の末端にある長さ1.5mほどの部分で、盲腸・結腸・直腸に区分され、主に便を作る働きをしています。大腸は水分やミネラル、さらには小腸で消化しきれなかった炭水化物やタンパク質も吸収し、まさに「消化吸収の総仕上げ」を行う場所です。

通常1日から3日かかるといわれます。結腸で便が作られ、直腸に一時的にためられ、いっぴいになると肛門の筋肉が開き排泄します。

大腸は副交感神経が優位なときに、私たちの意思とは関係なく活発に働いてくれます。近年では「腸内フローラ」と呼ばれる腸内細菌の役割についても注目が集まり、これらが腸炎や大腸がんなど大腸の病気をもちろん、肥満や糖尿病・動脈硬化・脳の病気など、体のさまざまな病気と関連があることもわ

かっけてきています。

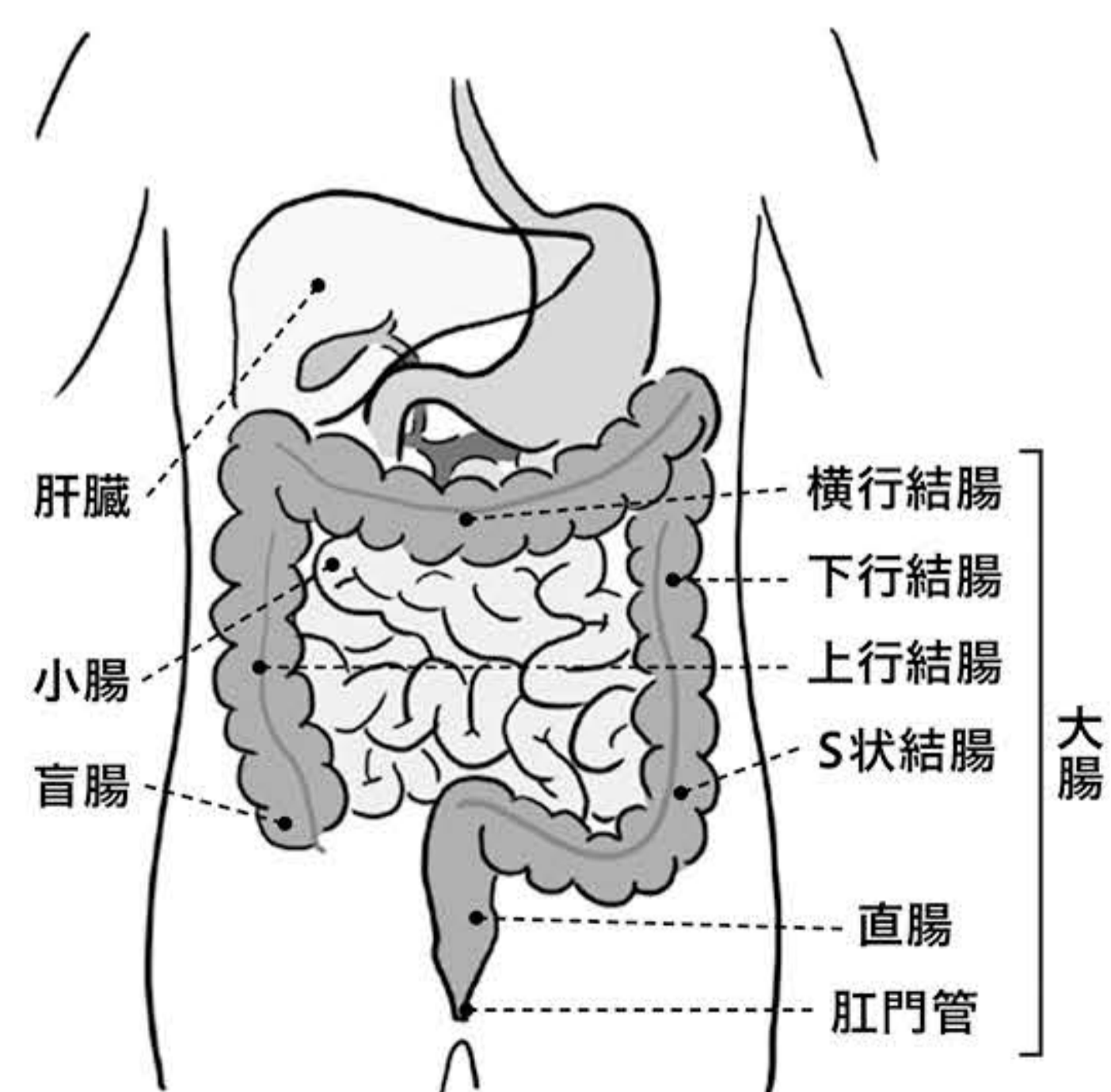
さて、その大腸にできる「大腸がん」は、女性では乳がんに次いで罹患率が高く、がん死亡率の中で第1位。40歳を超えると増加し始め、高齢になるほど増加する傾向にあります。しかし、早期に発見することができれば治癒が期待できるがんとされています。

大腸がんは、結腸・直腸・肛門に発生するがんです(図1)。原因としては、飲酒や肥満などの生活習慣・食生活・遺伝的要因などが関係するといわれます。

大腸がんは、初期の段階ではほとんど症状がありません。がんができる場所にもよりますが、進行すると血便が出たり、便秘や下痢を繰り返したり、嘔吐や貧血・腹痛・おなかの張るなどの症状が出る場合があります(表1)。

このうち、頻度が高いのが血便です。痔でも同じような症状が出るがありますが、トイレトペーパーに血液が付着したり、便の色が変化したりした場合は、早めに胃腸科や消化器科、肛門科を受診しましょう。

【図1：確認しよう「大腸の区分」】



大腸がん検診による早期発見が重要！

大腸がんの発見には、検診での「便潜血検査」が有効です。これは便に付着した血液を調べ、検査で、症状が出る前の大腸がんの早期発見が可能です。自宅で食事制限の必要もなく簡単にできる検査です。通常は便の表面をまんべんなくこすった専用の棒を容器に入れる方法を2日間連続で行います。この検査により、目には見えない出血(潜血)があるかどうかを調べることが出来ます。40歳を過ぎたら年に一度は便潜血検査を受けるとよいでしょう。

受けることとなります。多くは「大腸内視鏡検査」や「注腸X線検査」で、どちらの検査も検査の前処置として下剤を飲み、大腸を空っぽの状態にして行います。

大腸内視鏡検査では、肛門から内視鏡を入れて大腸を直接見て、ポリープや腫瘍などがある場合には組織の一部を採取して病理検査で悪性か良性かを判断することが出来ます。約20分程度で終わり、通常、入院の必要はなく、大きな苦痛はありません。

注腸X線検査は、肛門から空気とバリウムを注入し、X線撮影します。この検査でがんがある部位や大きさ、腫瘍によって腸がどのくらい狭くなっているかなどがわかります。さらに

大腸がんのステージに対応した治療法を選択。

大腸がんは0期からIV期までの5つの病期(ステージ)に分類されます(図2)。各病期によって治療方法は異なりますが、大腸がんの基本治療は、がんを切除することです。開腹して病変部分を切り取ったり、腹腔鏡で切除することもあります。周囲のリンパ節に転移がある場合は、リンパ節も含めて切除します。病変の部位や進行状況によって、人工肛門の設置が必要な場合もあります。

抗がん剤による化学療法は、手術で病変部を切り取った後に再発を予防する補助療法として行う場合と、根治手術が困難な進行がんに対して、延命やQOL(生活の質)の改善を目的に行う場合があります。

現在では多くの種類の抗がん剤が日進月歩で開発されており、がんのタイプや症状によって組み合わせ、または単独で使用します。副作用対策も進歩しているため、入院せずに外来通院で治療を受けることも可能になってきています。

なかでも「分子標的治療」は、体内の特定の分子だけを狙って、その働きを抑える「分子標的薬」を使用した治療法です。他の抗がん剤と一緒に使用することで効果が期待できる治療法として注目されています。

もしも大腸がんを診断されたら、まずは自分の病期がどの段階にあるのかを把握し、適切な治療を受けられるよう準備をしましょう。大腸がんについての正確な情報は、国立がん研究センターによる『がん情報サービス』ホームページ、大腸癌研究会より出版されている『患者さんのための大腸癌治療ガイドライン』などに詳しく記載されています。こちらもご覧になることをおすすめします。



【表1：大腸がんの主な症状】

「早期発見のためのチェックリスト」

〈排便の変化〉

- 血便(血液が混じった便)が出る
- 下血(肛門からの出血)が起きる
- 便が細くなる

〈おなかの変化〉

- おなかが張っていると感じる
- 腹痛が起きる
- おなかにしこりがある

〈その他〉

- 貧血が起きる
- 嘔吐する
- 急に体重が落ちている

【図2：大腸がんのステージ】

- 0期：がんが大腸の粘膜にとどまっている
- I期：がんが大腸壁の筋層にとどまっている
- II期：がんが大腸壁の筋層を越えているが、リンパ節転移はない
- III期：がんがリンパ節に転移している
- IV期：腹膜、肝臓、肺などへの転移がある

今月の重要ポイント!

大腸がんの早期発見には、40歳からの便潜血検診がとて有効です。年に一度は必ず受けるようにしましょう。また、普段から消化吸収のために黙々と働いてくれている大腸へのいたわりの思いを持ってあげることもとても大切です。いつも気持ちをリラックスさせ、規則正しい生活をして、体を冷やさないようにするなどの心掛けが、よい腸内環境をつくるポイントです。