

## ホームドクター

637

## 肺がん

本邦では高齢人口の増大に伴い肺がんの増加が続いています。がん死亡の臓器別では肺がんがトップ(20%)となっており、毎年7万4,000人が亡くなっています。

肺は大気から酸素を体内に取り入れ二酸化炭素を排出する臓器なので、大気中の有害物質が次第に肺に沈着して発がんを促すことになります。長く使っているエアコンにほこりが詰まる様子をイメージすると分かりやすいと思います。肺がんの原因の第一は喫煙です。喫煙者のリスクは非喫煙者の4倍以上で、男性の70%、女性の20%が喫煙による発がんとなっています。夫が喫煙者の場合、妻のリ



越谷市医師会  
越谷誠和病院  
☎966-2711  
まつむら ゆうじ  
松村 輔二

スクは2倍になります。本邦でも近年は禁煙が進み、昭和時代の男性80%から令和時代は25%まで減少してきました。肺がん予防の観点からも望ましいことであり、将来的に肺がんの減ることが推定されています。しかし禁煙後にリスクが非喫煙者と同じになるには20年を要することも知られています。

肺は空気と血液が入り出る複雑な構造をしており、他臓器より多い40種類以上の細胞で構成されているため多種多様ながんが発生します。また予備力が大きく肺内部に知覚神経が分布しないため、腫瘍ができて肺表面に達したり太い気管支に浸潤しないとせきや

痛みなどの症状が出てきません。症状を伴う場合の多くはすでに進行がんとなっています。

肺がんはこれまで難治がんとされてきましたが、手術、放射線、化学療法、免疫療法などの進歩により近年治療成績は大きく向上してきました。しかし現状では発見時に手術できる方は1/3にとどまっており、早期発見・早期治療のためには健診受診が大切です。健診発見の肺がんの80%は治癒可能です。2022年の全国の肺がん検診受診率は、男性53.2%、女性46.4%で、国の目標とする60%には届いておりません。現状では、肺がんの発見経緯は、「他疾患観察中に偶然発見」46%、「症状受診を含むその他の経緯」36%で、「健診・健康診断・人間ドック」は15%にとどまっています。40歳以上の方は年に一度は、住民健診、職場健診などで胸部X線写真撮影を受けるようにしましょう。

## 予防接種

### 大人の風しん抗体検査・風しん定期予防接種の無料券の有効期限は3月31日(月)まで

対象の方に大人の風しん抗体検査および風しん(第5期)定期予防接種の無料クーポン券を送付しています。4月1日(火)以降はクーポン券を使用できません。2月末までを目安に抗体検査、予防接種を完了できるよう、早めにご受診ください。



▶対象：風しんの公的な接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日～54年4月1日に生まれた男性。予防接種は抗体検査が陰性の方のみ  
▶使用方法：▷抗体検査…事業所健診や医療機関等にクーポン券を持参 ▷予防接種(麻しん風しん混合ワクチン)…抗体検査の結果を医療機関に持参。いずれも1回のみ

\*事業所健診での抗体検査を希望する方は事業所にご確認ください。医療機関での実施を希望する方は医療機関にご予約ください  
\*転入した方やクーポン券を紛失した方は市ホームページから再発行をご申請ください

☎8695

## 健(検)診・相談

### 歯科健診・相談～歯つらつ！ お口の健康～

▶日時・会場：下表のとおり

日時	会場
12月25日(水)13:30～15:00	児童館ヒマワリ
1月8日(水)13:30～15:00	児童館コスモス

▶対象：お子さんと保護者20人

▶申込み：電子申請、電話

\*治療は行いません

☎8654

### HIV・梅毒即日検査 12月1日は世界エイズデー

令和6年の世界エイズデーのテーマは「U=U 知ることから、もう一度」です。U=Uは効果的な治療を続け、ウイルス量がある程度抑えられている状態を継続的に維持すれば、ほかの人に

性行為を通じてHIV(エイズ)を感染させることは一切ないという科学的根拠に基づいたメッセージです。

HIVは正しく知ることによって予防ができ、また、早期発見・早期治療が大切です。越谷市保健所では、12月10日(火)にHIV・梅毒即日検査を行います。

\*詳しくは市ホームページを参照

☎感染症保健対策課 ☎973-7531、☎77645

### 栄養士による食生活なんでも相談(個別)

▶日時：1月9日(水)9:00～12:00

▶対象：市内在住の方3人

▶申込み：電子申請、電話

☎8690

### 令和6年度冬季乳がん集団検診～マンモグラフィ検査単独検診～

▶日時：1月15日(水)・23日(水)・29日(水)・2月7日(金)

9:00～11:00・13:00～15:00

▶内容：マンモグラフィ(X線)検査

▶対象：偶数月生まれ、または令和5年度に未受診の35歳以上の女性(平成2年3月31日以前に生まれた方)各回60人。妊娠中などの理由で検診を受けられない方がいます。5月～9月に市で実施した乳がん検診を受けた方は対象外

▶費用：1,500円

▶申込み：12月9日(月)～2月5日(水)。市ホームページで注意事項を確認のうえ電子申請

\*検診時期は、月経開始1週間後くらいが最適です。月経前2週間は避けてください

\*しこりや乳頭分泌などの症状がある方は、検診ではなく、直接医療機関(外科)をご受診ください

\*都合が悪くなった場合の日程変更は不可

☎84688

## 健康情報コラム

### なんで歯の治療は痛いのか？

よく歯科医院で「キーン」という音を聞かれる方は多いと思います。虫歯を治療するときに歯を「削る」あの音です。虫歯で痛いのも嫌ですが、削る音や治療中の痛みも歯医者が嫌がられる大きな要因の一つだと思います。

あの痛みは歯の中に神経が存在しているからです。歯の神経は「歯髄」と呼ばれる柔らかい組織の一部で、血管と神経が通っています。これにより、歯が痛むときにその痛みを感じることができます。歯の神経が痛む原因はさまざまですが、虫歯が進行して歯髄に達した場合や、歯の根元に炎症が起きた場合などがあります。痛みを感じたら早めに歯科医に相談することが大切です。早期治療が予後を大きく左右します。

一方で、美容院や理髪店で「チョキチョキ」と表現されるのがはさみの音ですが、同じ鋭利な道具でもあまり恐怖を感じません。これは、爪や髪の毛には神経が通っていないので痛みを感じないからだだと思います。爪や髪の毛にはケラチンというたんぱく質が含まれており、生きている細胞の活動によって生成されますが、実際に伸びている部分は死んだ細胞の集まりです。だからこそ、切ったりしても痛みを感じることはありません。爪や髪の毛が伸びる仕組みは、栄養状態やホルモンバランス、遺伝などの要因によって影響されます。歯は主にエナメル質、象牙質、歯髄から成り立ち、エナメル質は体の中で最も硬い物質です。これに対して、爪や髪の毛はケラチンというたんぱく質でできているため構成物質が異なります。

それぞれの違いが、歯、爪、髪の毛の役割にどう関わっているか考えてみると、歯はしっかりとした構造を持ち、食物をかむという機能を果たします。一方、爪や髪の毛は保護や感覚の補助などの役割を担っています。早く嫌な音がしない歯の世界が来ることを願っています。

越谷市歯科医師会

歯医者杜 森 俊道