

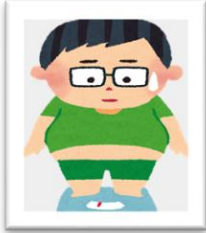
転ばぬ先の健診!

東御市
健康保健課

① 動脈硬化の危険因子は複数

動脈硬化とは血管が詰まったり、硬くなってしまい、心筋梗塞や脳梗塞などを引き起こす大きな原因の一つ。

例



肥満

特定健診受診者の
約40%が該当



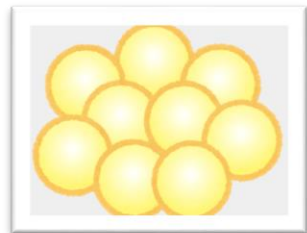
高血糖

特定健診受診者の
約70%が該当



高血圧

特定健診受診者の
約28%が該当



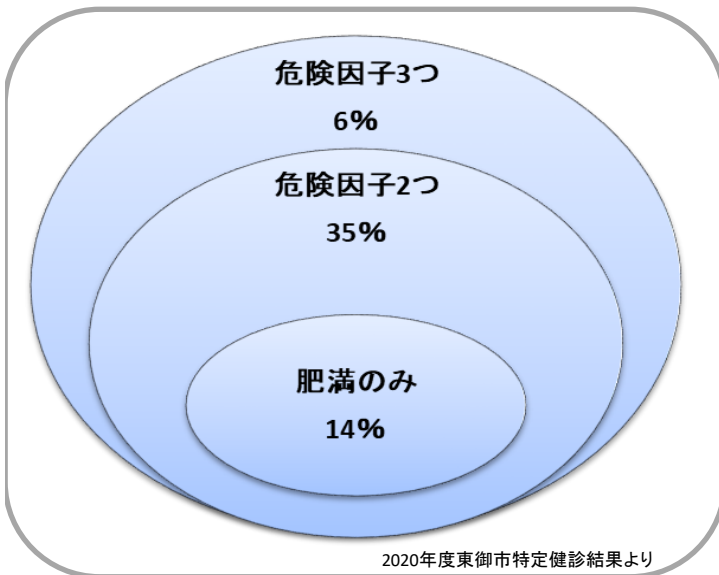
脂質異常症

特定健診受診者の
約27%が該当

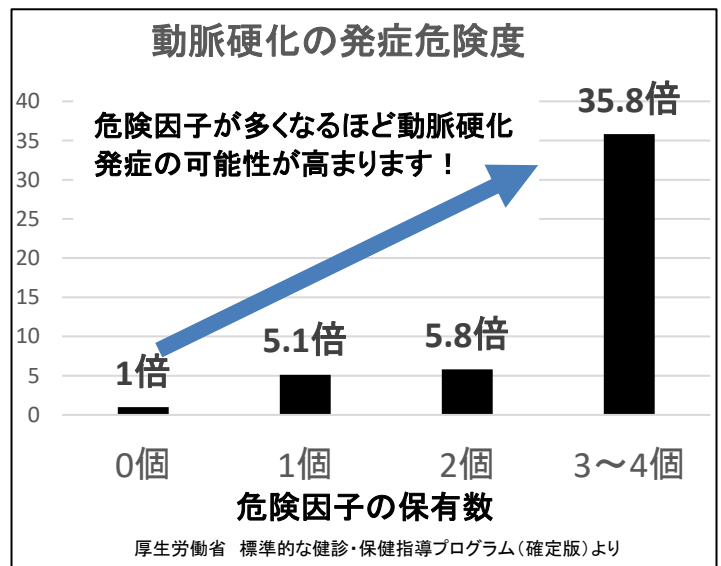
2020年度東御市特定健診結果より

これらの状況を見ることができるのが”健診”です!!

② 危険因子を合わせ持つ人が多い



③ 危険因子の重なりでリスク増大



予防の基本＝健診＋食事＋運動

Check(健診を受ける)

年1回の健診受診!!

Eat(健康に食べる)

おかずファーストで今より多く噛む!!

Action(体を動かす)

プラス10分動く!!

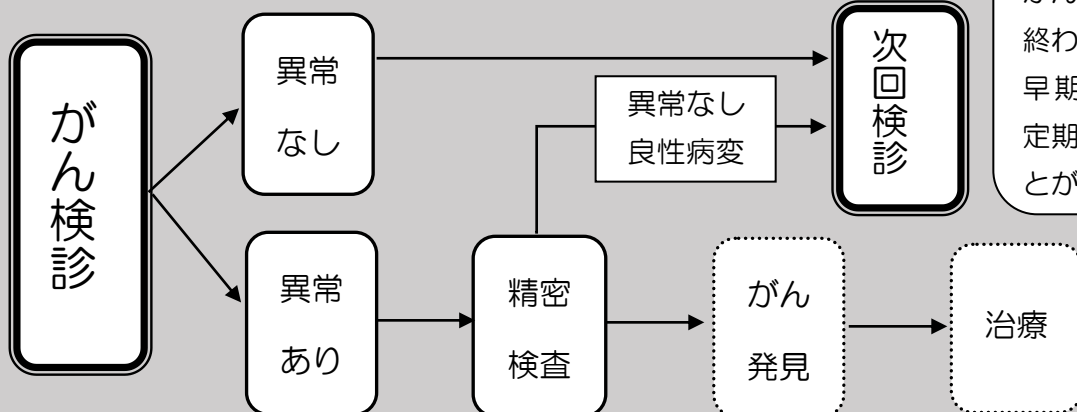


検診時間はわずかですが、 治療は一生です。

発見が遅れば

症状のない早期の段階で発見でき、治療を受ければ、がんによっては 9割の方が完治すると言われています。検診を受ける時間は人生の中でほんの短時間です。何も症状のない健康な皆さんに、がん検診の受診をお勧めします。

「がん検診」の流れ



がん検診は「1回受けて終わり」ではありません。早期発見のためにも、定期的に検診を受けることが大切です。

※市では、国が推奨するがん検診を実施しています。

■大腸がん検診

大腸がんの罹患率
：男性2位、女性2位
がんの中で最も患者数が多い。
早期発見・早期治療でほぼ治癒
可能です。
食生活の欧米化により
罹患率は男女ともに
増加傾向です。



■胃がん検診

胃がんの罹患率
：男性3位、女性4位
大腸がんに次ぎ患者数が多い。
無症状のうちに早く見つけて
治療をすれば、ほとんどが治癒
可能です。



■肺がん検診 (胸部低線量CT検査)

肺がんによる罹患率
：男性4位、女性3位
無症状のうちに検診を受診し、
早期のうちに治療すれば約8割
が治るようになりました。



■子宮頸がん検診

20～40代での罹患が増加傾向
です。定期的に検診を受けること
で、がんになる前段階での診
断・治療が可能です。
子宮頸がん細胞は、原因となる
HPV(ヒトパピローウイルス)の
感染から5～10年程かかって増殖
すると言われてい
ます。



■乳がん検診 (マンモグラフィ検査)

乳がんの罹患率
：女性の1位
無症状で検診を受診した人では
早期発見される可能性が高く、
その段階で適切な治療をすれば
良好な経過が期待できます。



※症状がある場合は、検診ではなく
医療機関を受診しましょう。