

## 第 55 回けんこう教室開催レポート

3月17日(土)に第55回けんこう教室を開催しました。春らしい日差しの下、125名の方にご参加いただきました。

今回は、山口 学 呼吸器外科医長が『健康診断で「呼吸器に異常あり」といわれたら～「たばこを吸わない」＝「肺がんにならない」ではありません～』をテーマにお話しました。

ユーモアあふれる講演に、笑い声の絶えないけんこう教室となりました。



山口 学 呼吸器外科医長

「健康診断と肺がん検診の違い」、「肺がんとはどういった病気なのか」、「最新の肺がん治療について(手術編・治療編)」と順を追ってわかりやすく解説しました。

がん検診、健康診断を受ける際には、①定期的に(できれば毎年)受ける、②同じ場所(前年と比較できる場所)で受ける、③できればCTをとる一ことが大切です。

また、肺がんは無症状であることが多く、日本の死因第1位のがんの中で、最も亡くなる方が多いとのことでした。肺がんの種類も、大きく「小細胞がん」と「非小細胞がん」にわけられます。

小細胞がんや、非小細胞がんに分類される扁平上皮がんは喫煙者に多いですが、同じく非小細胞がんに分類される「腺がん」は非喫煙者に多いという特徴があります。従来言われていたように、喫煙は肺がんと深い関係があることは科学的にも明らかになっていますが、一方で、喫煙と関係のない肺がんも多いのです。

治療については、手術はこれまで開胸手術が一般的でしたが、最近では体の負担が少ない胸腔鏡手術が増えてきています。手術の14日後には仕事復帰できることもあります。将来的には、ロボット手術が一般的になるかもしれません。

抗がん剤を使った薬物治療では、以前はがん細胞と一緒に健康な細胞も殺してしまう「殺細胞性抗癌剤」を使用していたため、脱毛や嘔吐など強い副作用がありました。現在では分子標的治療薬や免疫チェックポイント阻害薬など、より健康な細胞への影響が小さく、副作用の少ない治療法が開発されたため、以前のように苦しくつらい思いをすることは少なくなりました。

このように、検査・治療は日々進歩しています。定期的に健診・検診を受けて体の状態をチェックし、必要であれば早めに治療を受けることを心がけましょう。

リハビリテーション室の吉田理学療法士による、胸や肩のストレッチを行う体操をご紹介しました。



吉田 誠也 理学療法士による健康体操

○次回のけんこう教室は、**4月21日(土)14:00**から

健診結果の見方・考え方

～目からウロコの血圧・コレステロール・血糖値・認知症のお話～

(岩崎 康夫 予防医学センター長、国際医療福祉大学 病院教授) を予定しています。