

幸福で豊かな生活は、健康な毎日から



(一財)九州健康総合センター
北九州市八幡東区平野1-11-1
電話093-672-6050
http://www.kyuken.or.jp
編集 機関紙編集委員会
発行人 久野靖治

胸部X線検査で見つかる「肺の病気」

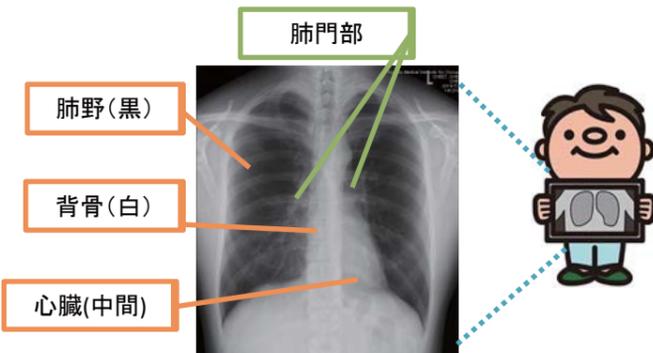
多くの方が健康診断（以下健診）で胸部X線検査（胸部レントゲン写真）を受けた経験があると思います。今回は胸部X線検査で見つかる代表的な肺の病気である「肺癌」と「肺結核」についてご紹介します。



医師 山下 慶子

1. はじめに

胸部X線検査は体にX線を当て、体内組織のX線吸収の差を利用して画像化する検査です。X線が通りやすい肺は黒く、通りにくい骨は白く、心臓や筋肉はその中間に写ります。肺に病変があると一般的に白っぽく写りますので、その形状や分布をみて診断します。



2. 肺癌

我が国の死亡原因第1位は男女ともに悪性新生物(がん)であり、がんの発生部位別にみると肺は男性の死亡原因第1位、女性は大腸に次いで第2位です。

肺癌は治療方針や悪性度の違いから大きく小細胞肺癌と非小細胞肺癌に分類されます。

小細胞肺癌は喫煙との関連性が高く、発見時にはすでに他臓器へ転移していることも多い悪性度の高い癌です。

抗がん剤や放射線治療が比較的良く効くので、治療はこれらを組み合わせて行います。

非小細胞肺癌は小細胞肺癌に比べると増殖スピードが遅く、治療は手術が第一選択となります。リンパ節や他臓器に転移のない初期の段階で手術をすれば5年生存率（治療開始から5年間生存できる割合）70%といわれています。【表A参照】

また、肺癌は発生部位の違いから気管支・肺の末梢側に発生する肺野型肺癌と中枢側に発生する肺門部肺癌に分類されます。

肺野型肺癌は「進行するまで症状が出にくい、胸部X線検査で比較的に見つけやすい」、肺門部肺癌は「咳や血痰などの症状が早期から出ることが多いが、胸部X線検査で見つけにくい」という特徴があります。

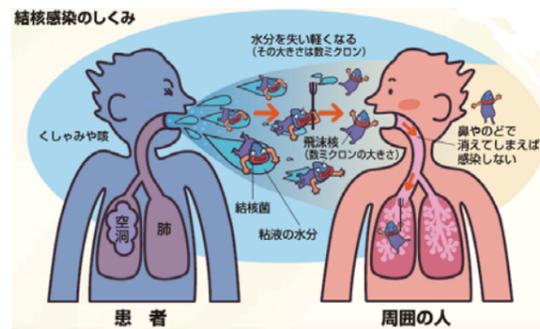
早期発見・早期治療のためには定期的に健診を受けること、気になる症状があれば早めに受診することが重要です。

表A	主な特徴	効果的な治療法
小細胞肺癌	悪性度高く転移しやすい	化学療法 放射線療法
非小細胞肺癌	全体の80%を占め、5年生存率比較的高い	外科的手術

3. 肺結核

患者の咳やくしゃみの中に存在する結核菌を吸い込むことで感染します。過去の病気と思われがちですが、現在も年間約3万人が新たに感染しています。

症状は咳・痰、微熱、倦怠感、食欲不振、寝汗など風邪に似ていますが、風邪薬を飲んでも良くならず長引きます。早期に発見し、抗結核薬による適切な治療を行えば決して怖い病気ではありませんが、進行して排菌するようになると周囲の人に感染させてしまう危険があります。症状が軽かったり、風邪と思いついていたりして医療機関を受診せず、健診で発見されるケースは稀ではありません。健診で「肺結核の疑い」と言われた時は必ず早めに医療機関を受診するようにしてください。



(結核予防会 結核の常識 2009)

4. 最後に

胸部X線検査で異常があった場合、考えられる病態によっては精密検査が必要となったり、経過観察となったりします。

呼吸器症状の有無や病歴は診断上重要な情報となりますので、健診の際には申告をお願いいたします。検査による被ばくが気になる方もおられると思いますが、健診での胸部X線検査の被ばく量は日常生活で自然界から受ける被ばく量と比べてもごくわずかで、病気を発見できるメリットの方が高いとされています。

新胃部検診車導入

平成27年1月に平成26年度の競輪公益資金の補助を受け、新しく検診バスを導入しました。



皆さまが快適な胃透視検査を受けられるよう従来のレイアウトを見直し、ゆとりのある待合空間を確保しています。良い所をあますことなく取り入れた検診バスで、是非胃透視検査を受けてみてください。

タバコの害について

タバコが健康を害するという事は皆さんご存知のことと思います。では、具体的にタバコがどのように身体に影響をもたらすのか？ということについて ①タバコに起因する様々な病気 ②受動喫煙について ③禁煙のススメ の3ステップで御紹介したいと思います。

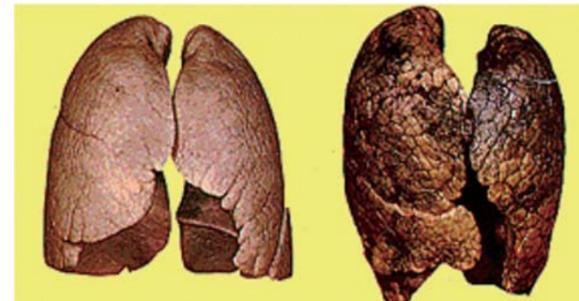
①タバコに起因する様々な病気

国際がん研究機関(IARC)※1の2012年の報告では喫煙との関連性が確実であるがんとして、口腔・鼻咽頭・副鼻腔・喉頭・肺・食道・胃・膵臓・大腸・肝臓・腎臓・尿管・膀胱・子宮頸部・卵巣・骨髄性白血病があげられています。また、動脈硬化や脳卒中などの循環器疾患やCOPD※2をはじめとする呼吸器疾患にもつながります。【図B】参照）さらに喫煙は 交感神経を刺激して血糖値を上げるとともにインスリンの働きを妨げるため糖尿病にもかかりやすくなってしまいます。

※1 ヒトに発がん性があるとされている物質について系統的に評価している機関。

※2 慢性閉塞性肺疾患のこと。原因の90%が喫煙によるもので、進行すると肺気腫を引き起こし呼吸困難となる。

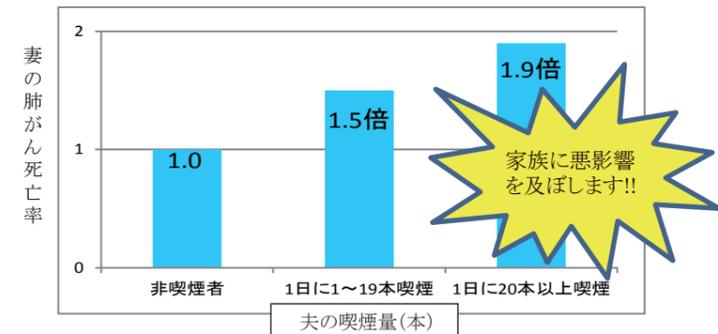
【図B】(多摩市公式ホームページより)



タバコを吸わない人の肺

タバコを吸う人の肺

【図C】(厚生労働省 禁煙支援マニュアルより)



②受動喫煙について

タバコは何も喫煙者本人のみに影響を及ぼすものではありません。周囲の人達に影響を及ぼす受動喫煙が大きな問題となっています。受動喫煙とは主流煙を吸う能動喫煙ではなく、タバコの先から直接出ている副流煙を周囲の人達が吸うことをいいます。実は、この副流煙の方が主流煙よりも発がん性物質などの有害な成分が多く含まれているのです。【図C】参照)

また、近年、深刻な環境問題となっているPM2.5(粒の大きさが2.5μm以下の微小粒子状物質)ですが、実はタバコの煙にも多く含まれています。このように、本人のみならず周囲の人達にも影響を及ぼすタバコですが、近年、国際的に受動喫煙の防止対策が進んできています。我が国の受動喫煙の防止対策は法整備(健康増進法第25条)などにより随分改善されてはきましたが、まだまだ遅れているのが現状です。



③禁煙のススメ

以上のように、がんをはじめとして多くの疾患のリスクを高めてしまうタバコですが、禁煙をすることでそのリスクを大幅に下げるとい研究データも多くあります。

禁煙をするのに遅すぎるといことはありません。今は禁煙治療プログラムや禁煙のためのツールも数多くありますので、皆さん今からでも禁煙にチャレンジしてみませんか？



私の趣味 … シリーズで当センター職員の様々な趣味を紹介するコーナーです。

～ 第8回: 健診企画グループ 成相 隆之 ～



私の趣味はコーヒーを淹れることです。以前、日明のコーヒー豆屋さんと、コーヒーの焙煎の仕方を教えて貰い、それ以来、自分で生豆を仕入れて焙煎するようになりました。コーヒーの美味しさは、豆の種類や焙煎の仕方、淹れ方などよりも、豆の「鮮度」に最も左右されます。生豆の状態では2年、焙煎すると10日、挽いてしまうと3時間しか持ちません。焙煎したらなるべく早めに使い、淹れる直前に挽くのが肝心です。淹れ方は、お馴染みのドリップの他に、サイホン、エスプレッソ、パーコレーター、水出しなど、様々な方法を試しましたが、新鮮な豆なら、フレンチプレスを使った淹れ方が美味しいのでお勧めです。

九州健康総合センター

一般財団法人九州健康総合センター

お問い合わせ先

〒805-0062 北九州市八幡東区平野1-11-1 TEL093-672-6210(健診予約) ホームページ http://www.kyuken.or.jp

編集後記

家族の中で1人でも喫煙すると、吸っていないのに肺がん死亡率が1.5～2倍になるとは驚きです、みなさんの周りでもタバコを吸っている方はいらっしゃいますか？

喫煙している方はご自身の周りの方の健康のためにも禁煙に挑戦しましょう。

そのうち止めようかな～ではいつまで経っても止められませんよ。

H. K