＜はじめに＞
がんがまだ「他人事」のあなたへ

私たちのおよそ２人に１人が、がんになり、３人に１人が、がんで命を落としています。65 歳以上では、２人に１人が、がんで亡くなっています。この割合は世界のトップレベルで、日本は、世界有数の「がん大国」といえるのです。では、いったいどうすればよいのでしょうか？まずは、この手帳を読んでください。そして、がん検診を受けてください。それが、「がんで命を落とさないための特効薬」なのです。

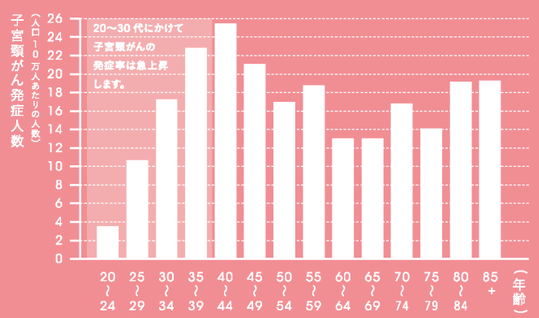
がん検診ってなに?

がんによる死亡を防ぐためには、がんにかからないようにすることが重要です。がんは遺伝するといわれていますが、実は、遺伝によるがんは5％程度と少なく、むしろ、喫煙、食生活及び運動等の生活習慣が原因である方が多く、これらに気をつけて発がんリスクを下げる必要があります。しかし、発がんリスクを下げるため生活習慣の改善を心がけたとしても、がんにかかるリスクをゼロにすることはできません。そこで重要となるのが、がん検診です。医学の進歩等により、がんは、現在、約50％の方が“治る”ようになりました。特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで、非常に高い確率で治癒します。従って、そうしたがんを“初期”の段階で見つける「がん検診」は、がんの死亡率を下げるのに非常に有効だと考えられます。しかし、日本のがん検診受診率は先進国の中で最低レベルです。米国などでは、がんの死亡者数が、減っていますが、日本では増えています。いまや年間およそ34万人（死因の3分の1）が、がんで亡くなっています。これは世界最高レベルです。

「子宮頸がん」ってどんな病気?

子宮頸がんは、子宮の入り口である子宮頸部の表面の細胞にがんができる病気です。子宮頸がんは日本では年間約 8,500 人が発症し、約 2,500 人が死亡しているがんであり、女性特有のがんの第 2 位の発症率となっています。また、たとえ死亡に至らないまでも、ごく初期のがんを除いては子宮全摘が施行され、その場合は妊娠や出産ができなくなることはもちろん、排尿障害などの後遺症やQOL（生活の質）低下に悩まされることもあります。子宮頸がんは近年、20 代や 30 代の若年層で増加傾向にあり、これから結婚や出産を迎える年代の女性や、幼い子供を持つ母親にとって深刻な問題です。子宮頸がんは、若い女性の妊娠や出産の可能性、健やかな日常生活を奪うがんと言えます。

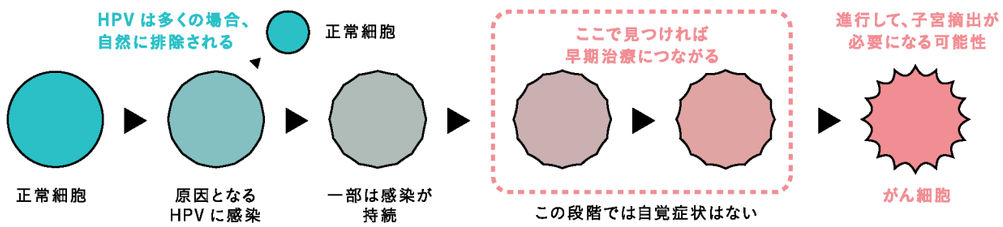
日本人女性における子宮頸がんの発症状況（2006）



（出典）全国がん罹患モニタリング集計 2006 年罹患数・率報告

子宮頸がん検診が効果的です

子宮頸がんは、初期には症状がほとんどなく、自覚症状があらわれる頃には病状が進行していることが少なくありません。しかし、子宮頸がん検診を受けることで、がんになる前の正常でない細胞の段階で発見することも可能です。子宮頸がん検診の効果のほどは実証ずみで、欧米では、8 割以上の女性が検診を受けているほどです。検診は、ヘラやブラシなどで子宮頸部の細胞をこすり取るだけで、少し出血する可能性はありますが、痛みを感じることは少ないです。検診を受けることは子宮頸がん予防と早期発見への第一歩です。面倒だから恥ずかしいから…とためらわず、20 歳を過ぎたら、2 年に 1 度、継続的に検診を受け続けることが大事ですので、お忘れなく。

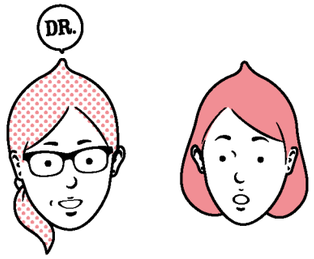


子宮頸がん検診ではどのような検査をするのですか?

1

問診：初潮の年齢や生理の様子、妊娠・出産歴、自覚症状の有無などを問診票に記入。さらに、診察室で医師からの質問に答えます。

2



視診（内診）：内診台にて、医師による診察を受けます。子宮頸部の状態を目で確認し（視診）、子宮全体と卵巣・卵管などを触診で調べます（内診）。

3

細胞診：ヘラやブラシのようなものを膣内に挿入し、子宮頸部の粘膜を軽くなでるようにして細胞を採取します。この時、少し出血する可能性はありますが、痛みなどを感じることは少ないです。

4

検査終了：診察時間は、10 ～ 20 分です。約 2 ～ 4 週間で、細胞診の結果も含めた検査結果がわかります。

子宮頸がんの原因について

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス（HPV）というウイルスの持続的な感染が原因となって発症します。HPV の子宮頸部への感染はほとんどが性交渉によりますが、このウイルスに感染すること自体は決して特別なことではなく、誰でも感染する可能性があります。HPV に感染しても、ほとんどの場合は自然に排除されますが、ウイルスが排除されずに長期間感染が続く場合があり、ごく一部のケースで数年～数十年間かけて、子宮頸がんを発症します。子宮頸がんの原因である HPV の感染を予防するワクチンも開発されており、欧米をはじめとする世界 100 ヶ国以上で発売されています。日本でも 2009 年 12 月から接種が開始されました。また、2010 年 11 月からは原則として中学生と高校 1 年生を対象にワクチン接種の公費補助も開始されています。ワクチンの予防効果は 60 ～ 70％と考えられており、すべての発がん性 HPV の感染を予防できるわけではありません。**ワクチンを接種しても 20 歳を過ぎたら 2 年に 1 度は子宮頸がん検診を受けましょう。**子宮頸がんは長期間かけて発症する病気であり、早期に発見すればがんといってもほぼ治癒します。検診とワクチン接種で、子宮頸がんからあなたの体を守りましょう。

なぜ、「子宮頸がん」の検診は効果的なのか

—子宮頸がんについての素朴なギモンに答えます—

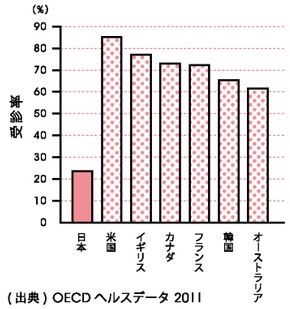
3つの理由

まわりも子宮頸がん検診を受けていないから、平気…？

日本のがん検診受診率は
先進国の中で最低レベルです。
また、特に若い世代で
子宮頸がんが増えています。

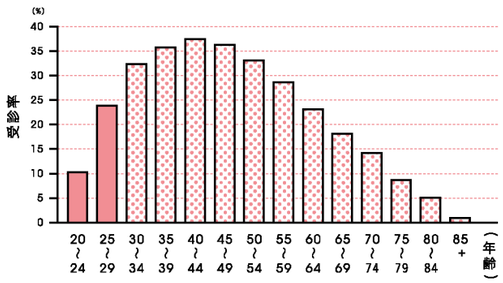
子宮頸がん検診の場合、米国では 80% 以上の女性が受けているのに、日本では 20% 程度です。特に、20 歳代前半の女性で子宮頸がん検診を受けているのは 10% ほどで、極めて低い状況です。子宮頸がんは 20 代・30 代に急増中であるため、このような年代から子宮頸がん検診を受けるべきです。

先進国の子宮頸がん
検診受診率

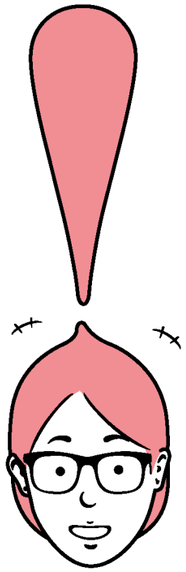


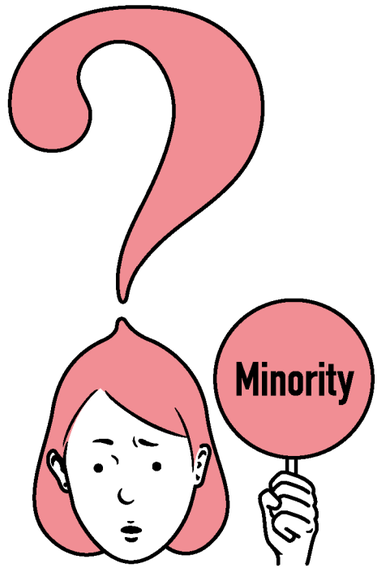
(出典) OECD ヘルスデータ 2011

日本人女性における子宮頸がん検診の年齢別受診状況
(過去 1 年間の受診状況)



(出典) 厚生労働省 平成 22 年国民生活基礎調査



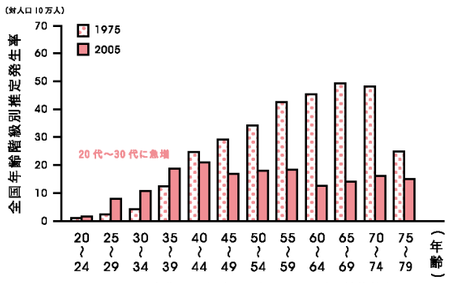


20代、30代で子宮頸がんになるのは、少数派なのでは?

子宮頸がんの原因はウイルスの持続的な感染で、若い人に増えています。一般的にがんは、年齢とともに発症数が増えますが、子宮頸がんのピークは 30 歳代後半です。早期がんでは症状は出ないので、検診が必要です

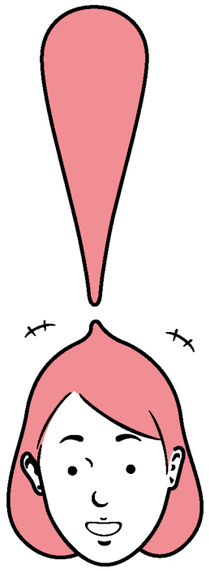
子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス（HPV）というウイルスの持続的な感染が原因となって発症します。過去 20 年でみると、20 ～ 30 代に急増しています。妊娠をきっかけに、子宮頸がんが発見されることもめずらしくありません。早期発見のためには子宮頸がん検診が効果的です。検診は、ヘラやブラシなどで子宮頸部の細胞をこすり取るだけの簡単なもので、痛みもすくなく、数分で終了します。

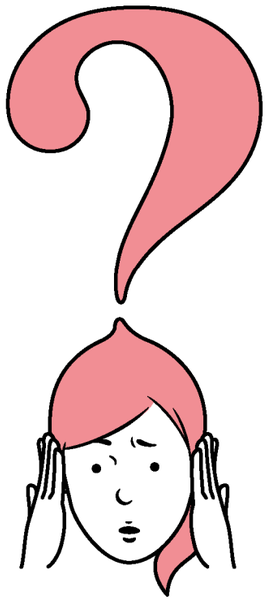
子宮頸がん※発生の若年化の傾向



（出典）国立がん研究センターがん対策情報センター

※ 上皮内がんを含まない

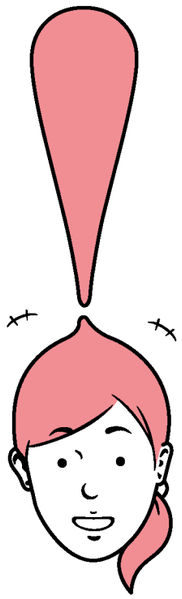




子宮頸がんに
なったと知るのが
コワいんだけど…

子宮頸がんは不治の病では
ありません。7 割程度が治ると
考えられます。早期がんなら、
完治の可能性もぐっと高くなります。

子宮頸がんは、初期の段階ではほとんど無症状で、子宮頸がん検診によって発見されることが多いがんです。子宮頸がんは検診の有効性が世界各国で証明されています。がん検診を受けずに、がんが進行すれば、つらい症状が出てくる可能性がありますし、治癒率も減ってきます。もっとも初期の段階のがんでは子宮頸部の異常な組織を取り除く手術（円錐切除術）によって８割以上が治り、子宮も温存できます。しかし、がんの進行とともに治癒率は下がりますし子宮全摘が施行されます。ほんとうにコワイのは、「がんが進行しているのに気づいていない」状態ではないでしょうか？



MEMO