

富士見市民大学 公開講演会

－ 人生100年時代 がんの診断と治療 －

講師：三浦 健氏（三浦病院 院長）

<プロフィール>

1930年広島県生まれ。1954年東京大学医学部卒業後、同医学部第2外科で20年間研究と臨床に従事。その間、ハーバード大学に3年間留学。1975年半蔵門病院外科部長を経て、1990年4月三浦病院を富士見市下南畑3166で開院。

開催日時：令和2年2月15日（土） 10:00～11:45

開催場所：鶴瀬西交流センター 3F 多目的ホール

癌の診断と治療の名医として全国に名を知られている三浦病院院長の三浦 健氏を講師にお迎えするとあって、癌の関心の高まりと合わせ、会場は約100名の来場者で満員となりました。

講演は、ご自身及びご両親の癌の病歴の紹介から始まり、成人の2人に1人は癌にかかると言われていた昨今の状況から、来場者に早期発見と検査の必要性を訴えられて、始まりました。



講演内容は、「平均寿命」「癌について」「心臓血管病」「人生100年時代」の4部で構成され、それらの講演の要旨は次の通りであります。

1. 平均寿命

日本人の平均寿命は、平成18年で男性が81才、女性が87才。明治時代のそれぞれ41才と44才から約2倍と伸びている。

ちなみに、中世での平均寿命は30才であった。

2. 癌について

癌は、死亡原因の第1位。癌による年間死亡者数は24.4万人。

男女ともに30才から死亡者が急増。ただ、2人に1人は治る時代である。

5年生存率から見た「怖い癌」と「怖くない癌」

＜5年生存率から見た癌の一覧＞

膵臓癌	肝臓癌	肺 癌	食道癌	胃 癌	大腸癌	乳 癌	前立腺癌
10%	40%	40%	43%	71%	73%	93%	98%

← 怖い癌 → ← 中間の癌 → ← 怖くない癌 →

1) 前立腺癌

前立腺肥大と前立腺癌はまったく別の病気であること。

放射線療法とホルモン療法で治る。

「PSA」は受けること。(正常値は4、8～20で癌の疑い)

2) 乳癌

肉親に乳癌患者がいる人、標準体重より20%以上多い人は注意。

超音波検査、マンモグラフィーで早期発見し、I～II期のところで手術すると安全。

3) 大腸癌

症状により、右半結腸切除、S状結腸切除、直腸切断人工肛門造設の手術を行う。

4) 胃癌

胃壁の構造(4層)の癌の進行度で、「早期がん」「進行がん」に区分。

ファイバースコープによる粘膜癌の剥ぎ取り、胃切除後及び胃全摘後の再建。また、腹腔鏡により胃癌のくりぬき手術、部分切除を行う。

ロボット手術も登場。ただ、高価で操作が難しく、まだ県内にはない。

5) 肝臓癌

肝硬変で癌になる。再発が多い。

カテーテルを通して、抗がん剤で治療する。

6) 膵臓癌

手術では、十二指腸や肝臓や胆のう等の器官を切除することになり、

10～12時間かかる難しい手術。再発多く、生存率が最も低い。

3. 心臓血管病

増加する心臓病は、癌に次いで2位。(3位は脳卒中)

狭心症、心筋梗塞(発作が長引くときは疑う)・・・胸の痛みを伴う

血管壁が厚くなる；正常血管 ⇒ 閉訪斑 ⇒ 線維化 ⇒ カルシウム沈着

カテーテル、バイパス手術を行う。

脳卒中による死亡の順位は、①脳梗塞、②脳出血、③くも膜下出血。

塩分の摂取量は1日10g以下にする。(標準は8g)

高脂血症を予防する食生活をする。

動脈硬化の危険因子は、肥満、高血圧、高血糖、脂質代謝異常症の4つ。

メタボリックシンドロームに関連する生活習慣と適度の運動を行う。

4. 人生100年時代

国内の百寿者は7万1千人、富士見市は33人。みんな明るい！

日本人の平均寿命（2018年）と健康寿命（2016年）←この「差」が課題

男性は81才と72才（差は9年）、女性は87才と75才（差は12年）

基本的には、癌、心臓病、脳卒中の3つを克服すると人生100年に。

健康寿命を伸ばす「言葉」として、紹介された中から2つ。

カキクケコ健康法

（国立がんセンター市川氏）

風邪ひくな
気をやむな
食い意地はるな
検査を受けよう
転ばないで

天海大僧正御遺訓

（家康が尊敬した天海僧正）

気は長く
勤めは固く
色うすく
食ほそうして
心ひろかれ

提出いただいたアンケートでは、「勉強になりました。これからは検査をして長生きしなければと思っています」「昨年大腸癌手術を受け通院中。検査を受けることの大切さを感じています」「人生100年もさることながら、1日1生の心得にて楽しく送りたい」「近所に名医がいらっしゃることにびっくり。素晴らしい講演で気が晴れた」「お話を伺い、元気で楽しくいろいろのことに挑戦して生きようと思う」等、たくさんの声が寄せられました。

以上です。



（報告；佐藤鋭夫）