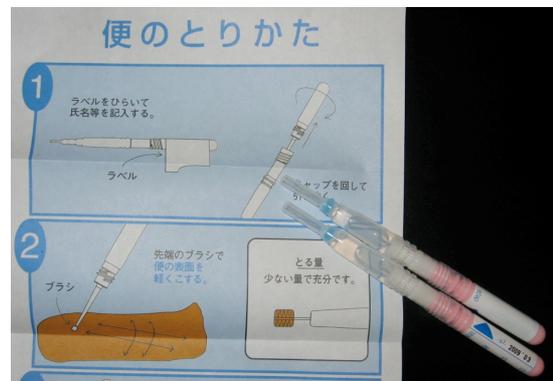


便の便り No.2

健康のバロメーターは快食、快便、快眠などと言われますが、私が最も大切にしているのは快便です。朝一番に、気張らずに、心地よい便が出るとスッキリした気持ちで一日を過ごせるものです。便の状態で体の調子を感じることができますし、便の検査をすることによって怖い病気が潜んでいないか調べることもできるのです。

皆様は大腸癌検診で便潜血検査をうけたことがありますか。簡単に言うと検便です。潜血というのは目で見て普通に見える（血が混じっていないように見える）便に潜む血のことです。自分の便に棒（スティック）を突き刺し、2日分の便に血が潜んでいないか調べるわけです。2日分調べますので便潜血2日法なんていいます。2日分ですので棒（スティック）も2本、家に持ち帰るわけです。何で2日分かって？10日分でも調べればいいのですが、10日も便を調べるのは大変でしょう？検査にお金もかかりますしね。2日分調べれば結構解かるというわけです。ただし結構というのがくせものでして2日分の便に血が混じってなくても癌（とくに大腸癌）の心配がないわけではありません。進んだ大腸癌の30～40%は見落とされる（2日分の便の検査では異常がでない）可能性があるといわれているのです。それではやっても意味がないのではないかとお考えの方がおられると思います。確かに、一回この検査を受けただけでは大腸癌の早期発見は難しいといわざるを得ません。それではどうしたらいいのか？



1. 日々の自分の便をよく観察してください

気をつけようウンコの中の赤信号

排便の際、気張ったときにトイレに血がポタポタ落ちる人、ティッシュに血が付く人は便潜血検査をしても意味がありません。痔と思い込んでいて手遅れの直腸癌の方が後を立ちません。早期発見できればカメラで取りきれた癌が、痔と思い込み、ほおっておくと直腸癌は進行し、人工肛門の手術が必要な場合があるのです。便潜血検査では便に血が混じっているかどうかは分かりません。出血の原因が癌なのか痔なのか分からないのです。さらに、痔があるからといって安心している方、痔主（痔を患っている方）の方が痔を患っていない方より大腸ガンにかかりやすいのです。痔があることは大腸癌を否定する材料にはならないのです。便に血が混じる。排便の際、出血する。ティッシュに血が付くというのはウンコの赤信号です。そんな方は便の検査をするのではなく、大腸の精密検査や肛門の診察が必要になります。

2. 便潜血検査を毎年受けるようにしてください

先程、あまりあてにならないと申しましたが、やりようによっては意味のある検査になるのです。それは、毎年必ず受けるということです。日々の便に全く異常のない方（赤信号がでない方）はぜひ毎年、便潜血検査を受けてください。この意味は今年万一、進行癌があっても、便検査で異常がでなくても翌年の検査で異常がでる確率が上がるというわけです。安全のために毎年便潜血検査を受けるあなたですから、発見が1年遅れても自覚症状のない進行大腸癌です。こんな方はほぼ、100%手術で取りきることができますし、運がよければ腹腔鏡を使った軽い手術で取りきることができます。さらにウンのいい方は手術せずに内視鏡で取りきることができるのです。

皆さんが大腸癌にかかっても手術しなくて良いように
人工肛門をつくらなくても良いように
命を奪われなくても良いように
今年も便潜血検査をしっかりと受けましょう。

