

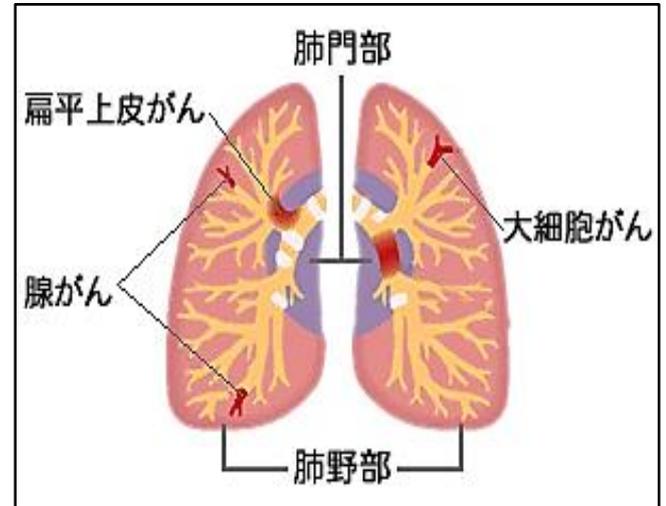
# えのもとだより



## 肺がん

### ◎肺がんとは？

気管支や肺胞の細胞が何らかの原因でがん化したものです。  
進行すると、がん細胞は周りの組織を壊しながら増殖し、血液やリンパ液の流れによって転移することもあります。



	組織分類	特徴や症状
非小細胞肺がん (85~90%)	腺がん (肺野部)	<ul style="list-style-type: none"> <li>肺がん中最も多い</li> <li>症状が出にくい</li> <li>進行が遅い</li> </ul>
	扁平上皮がん (肺野部)	<ul style="list-style-type: none"> <li>咳・血痰などの症状が出る</li> <li>男性に多い</li> <li>喫煙との関連が大きい</li> </ul>
	大細胞がん (肺野部)	<ul style="list-style-type: none"> <li>進行が速い</li> </ul>
小細胞肺がん (10~15%)	小細胞がん (肺野部) (肺門部)	<ul style="list-style-type: none"> <li>進行が速い</li> <li>転移しやすい</li> <li>喫煙との関連が大きい</li> </ul>

YESが多いほど  
肺がんの危険度が高いです

### 肺がんの症状 チェックリスト

1. 40歳以上である YES  NO
2. タバコを吸っている YES  NO
3. 禁煙して5年未満 YES  NO
4. 家族に喫煙者がいる YES  NO
5. 職場で受動喫煙をしている YES  NO
6. 粉じんが多い場所・生活習慣を経験している YES  NO

肺がん死亡率

男性：1位

女性：2位

## ◎肺がんの原因◎

原因は完全には分かりませんが、**一番は喫煙です！**

喫煙者リスクは、**男性 4.4 倍 女性 2.8 倍**

タバコを吸わない人でも受動喫煙により肺がんリスクがあります。  
アスベストなどの有害物質、PM2.5 による大気汚染で肺がんの原因になる事があります。

## 検査方法は？



①胸部レントゲン検査



②喀痰検査



③胸部 CT 検査

(胸部レントゲン検査で異常がある場合)

## ◎肺がん予防に良い食べ物◎

イソフラボンを多く含む食品

### 大豆食品

豆腐 納豆 大豆の煮豆  
湯葉 豆乳 おから など



ビタミンCを多く含む食品

●緑黄色野菜 ●レモン  
●アセロラ ●赤ピーマン  
●パセリ ●モロヘイヤ  
●ブロッコリー ●いちご  
●キウイ など



定期的にがん検診を受けましょう！

喫煙されている方は胸部レントゲンだけでなく胸部 CT をお勧めします

当院は禁煙治療も行っておりますのでご相談ください！