



森田医院通信

がん死亡率10年間で16%低下

Vol12
2017年1月10日

国立がん研究センターは75歳未満のがん死亡率が2005年から15年までの10年間で15.6%下がったと発表しました。

がんは怖い病気ですが、がんによる死亡率は全体的に低下傾向にあります。今回の発表では75歳未満の死亡率は2005年から2015年までの10年間で15.6%低下したそうです。しかしがん対策基本法では2005年から2015年までの10年間で75歳未満のがん死亡率の20%減少を目標としており、残念ながら目標には到達しない結果でした。

乳がんの啓発活動の
シンボルマーク ピンクリボン



うちわけを見ると、10年前と比べ

胃がんと肝臓がんの死亡率が減少、乳がんで死亡率は変わらず、大腸がんおよび肺がんで死亡率は緩やかに減少、子宮頸がんの死亡率は増加。となっています。

47都道府県のうち、75歳未満のがん死亡率の減少率が20%以上であったのは兵庫県・奈良県・広島県・佐賀県のみで、いずれも元々肝臓がんによる死亡率が高くC型肝炎ウイルス感染率が減少したことによりがん死亡率が減少したことがその理由であると考えられました。

同時に発表されたがん検診の受診率は、大阪府はどのがんも20%前後で近畿でも低くなっています。がんは怖い病気ですが早期発見・治療を行えば治癒できるものも多くあります。市のがん検診（当院でも寝屋川市の大腸がん検診を受けていただけます）や人間ドックを利用し、がんの早期発見治療に努めましょう。

一言コラム ポケモンGOの運動効果の程は？



世界中で人気を集めたゲーム「ポケモンGO」。多くの人がポケモンを求め歩き、運動量UPなど健康に関する効果が報道されました。今回米国ハーバード大学からこの効果に関する研究論文が発表されました。ポケモンGOを積極的にプレイした人は当初1日当たり約1千歩運動量が増えたそうですが、約6週間で元の運動レベルに戻ったそうです。

今回の結果に対し研究チームは、「外に出て他の人と交流する理由になることや、精神や気分の安定に寄与する」といったメリットがある一方「健康効果は控えめであり効果を長期間維持することは難しく、けがや事故の原因となる可能性がある」と説明しています。

この結果を見てどのように感じられますでしょうか？やはり健康の維持には、継続した運動を安全に行うよう積極的に心がけることが大切なようです。

1月5日、日本老年学会・日本老年医学会のワーキンググループが、75歳以上を「高齢者」、その準備段階として65～74歳を「准高齢者」、90歳以上を「超高齢者」と定義することを提言しました。

高齢者の定義は現在65歳以上とされていますが、前期高齢者（65～74歳）でも健康に社会活動を行っている人も多く国民の意識に合わなくなっているとしています。単に寿命が延びるのではなく、健康に長生きしている人も増えてきているということでしょうか。

糖尿病ってどんな病気？その4

低血糖（米国糖尿病学会の基準）

血糖値 (mg/dl)



血糖が低下した状態が低血糖です。低血糖は糖尿病の患者さんが絶食をしたり、血糖を下げる薬が効きすぎたりした時に起こります。

血糖値と聞くと、糖尿病・血糖値が高いのは悪いことで低いほうがいい、というイメージがあるかもしれませんが。しかし血糖は体を動かすためのエネルギーですから、血糖値が低くなると脳が働かなくなって意識がなくなったり、命を失うような事態にもつながります。このように低血糖は危険な状態なのです。

レベル1 70以下 警戒レベル
交感神経症状（動悸 冷汗等）

レベル2 54以下
臨床的に意義のある低血糖

レベル3（血糖値によらない）重症低血糖
認知機能障害 回復に他人の助けが必要

が不足するようになり気分不良や意識の異常、意識消失などに至ります（レベル2、3）。

低血糖になると体が血糖値を上げようと興奮し、動悸や冷や汗といった運動時のような症状が出現します（レベル1）。それでも血糖値の低下が続くと脳のエネルギー

不足が続くと脳のエネルギー

低血糖の時は速やかに血糖値を上昇させることが大切です。低血糖かなと思った時は、ブドウ糖（なければジュースなど）で糖分を摂取するようにしましょう。意識がなくなるほど重症化すると、周囲の人に助けを求めなければならなくなりますので、糖尿病の方は周囲の人に自分が糖尿病であることを伝えておくことも重要です。また自分の周囲で、糖尿病の人が意識を失っているなどの状態を見たときは低血糖の可能性を考え、至急病院に連れて行くようにしてください。

医療法人
森田医院

所在地：大阪府寝屋川市本町24-14 電話：072-821-0446
ホームページ：<http://www.moritaclinic.or.jp>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日 祝
9時-12時30分	○	○	○	-	○	○	-
17時-19時30分	○	○	○	-	○	-	-



受付は診察の30分前からです。シャッターは診察の1時間前に開きますので、診察券をお持ちの方は診察券入れに入れていただきますと順番をとらせて頂きます。