

2023年2月27日

## 日本人の死因1位の「がん」※<sup>1</sup>。年間5万人以上が亡くなる「大腸がん」※<sup>2</sup>には要注意 知っておきたい「大腸がん」のリスク要因

### 「大腸がん啓発月間」の今こそ

まずは自宅で病院と同レベルの検査ができる郵送検査キットで自己検診を

日本では、26.5%もの方が「がん」で命を落としています※<sup>1</sup>。なかでも「大腸がん」は罹患数第1位、生涯で「大腸がん」に罹患する確率は男性の10人に1人、女性の12人に1人といわれています※<sup>2</sup>。そして、年に50,000人以上※<sup>2</sup>が亡くなっている注意すべき「がん」の代表です。一方で、早期発見・早期治療によって完治が見込める「がん」でもあり、厚生労働省ががん検診の効果が化学的に証明されていると検診を推奨している「がん」のひとつです。3月は「大腸がん啓発月間」です。この機会に、注意すべき「大腸がん」について学び、早めに対策をしておきましょう。

### 生活習慣と「大腸がん」は密接に関係 運動不足、不健康な食生活に過度な飲酒はリスクアップ



「大腸がん」は、大腸（結腸・直腸）に発生するがんです。良性のポリープががん化して発生するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあります。「大腸がん」の発生は、生活習慣と密接に関係しています。運動不足、野菜や果物の摂取不足、肥満、喫煙、飲酒などがリスク要因として挙げられています。日本での「大腸がん」による死亡数は増加していますが、これは高脂肪・低繊維の食習慣の欧米化が関与していると考えられています。

また、世界保健機関（WHO）の一機関である国際がん研究機関（International Agency for Research on Cancer, IARC）は、飲酒が「大腸がん」をはじめ食道がんや膵臓がんなどいくつかのがんの原因となると認定しています※<sup>3</sup>。これは、アルコール飲料中のエタノールとその代謝産物のアセトアルデヒドの両者に発がん性があるためです。予防としては、野菜や果物をはじめとする食物繊維が摂取できるバランスの良い食事、節度のある飲酒、適度な運動など、ライフスタイルを改善するとともに、自覚症状がほとんどない「大腸がん」の早期発見につながる定期的な検診も予防の一環です。

#### 【腸内細菌と大腸がん】

腸内にはおよそ100兆個の細菌が生息し、大きく「善玉菌」「悪玉菌」「日和見菌」の3つに分類されています。「善玉菌」が優勢な腸内環境が健康的な状態だとされています。「善玉菌」は「悪玉菌」の増殖を抑えて、腸の運動を活発にしてくれます。「悪玉菌」が多くなると、発がん性をもつ腐敗産物を産生します。腸内細菌は肥満、糖尿病、大腸がん、動脈硬化症、炎症性腸疾患などの疾患と密接な関係があり、これらの患者の腸内細菌は健康な人と比べて、腸内環境のバランスが崩れていると知られています。

### 初期の大腸がんは自覚症状ほとんどなし 日々の便をチェック！サインを見つけたら検診・受診で早期発見を目指そう

「大腸がん」は、早期では自覚症状がほとんどないとされています。進行すると、便に血が混じる（血便や下血）、便の表面に血液が付着するなどの症状があらわれます。慢性的な出血による貧血症状（めまいなど）や、腸が狭くなることによる便秘や下痢、便が細くなる、便が残る感じがする、おなかが張るなどの症状を感じる場合も。さらに進行すると、腸閉塞（ちょうへいそく）となり、便は出なくなり、腹痛や嘔吐などの症状が起こります。自覚症状として頻度が高い、血便や、便に血が付着するなどの症状は、痔だと思い放置してしまいがちですが、便に異常を感じたら、検査や病院を受診するなどしましょう。一般的に「大腸がん」は進行が遅く、ほかの臓器に転移しても切除可能とされ、治る可能性の高いがんだといわれています。できるだけ早くがんを見つけることが大切です。

#### 【気をつけたい「大腸がん」の危険信号】

- 血便・下血、便に血が付着する ※痔と自己判断しないこと
- 排便習慣の変化  
（便秘になった、下痢が続く、下痢と便秘を繰り返すなど）
- 腹痛・嘔吐
- 便が細くなった
- 貧血症状が続く
- 腹部にしこりがある



\* 国立がん研究センター中央病院「大腸がんの症状について」を参考に作成

## 3月は「大腸がん啓発月間」。気になる時にすぐチェック

### 自宅で病院と同レベルの検査が受けられる郵送検査キットで定期的な検査を



「大腸がん」は男女ともに40代以降から増加しはじめ、50代以降急増し、年齢を重ねるごとに増えていきます<sup>※4</sup>。仕事もプライベートも何かと忙しいこの世代では、検診のためだけに病院に行くのが億劫、予定が詰まり過ぎていて病院に行く時間がないなど、ちょっと気になる症状があっても後回しにされている人も多いのではないのでしょうか？郵送検査キットなら、自宅で検査をして郵送で送るだけ。病院に行かなくても、手軽に本格的な検査が受けられます。2週間程度でご自宅に検査結果が届き、オンラインでも検査結果を確認できます。時間がない方でも、予約なしで検査が可能ですので、早期発見のために定期的な検査として郵送検査キットの活用をおすすめします。

#### 【大腸がん啓発月間】

大腸がんの大切さの理解促進と、大腸がん患者さん・サバイバーの皆さんを応援するために、日本対がん協会が市区町村や民間団体等と連携して、毎年3月に啓発活動を実施。大腸がん啓発カラーのブルーで各地を彩るライトアップが行われます。  
日本対がん協会：<https://www.jcancer.jp>

※1 [厚生労働省 令和3年\(2021\)人口動態統計](#)

※2 [国立がん研究センター「がん情報サービス」～最新がん統計](#)

※3 [International Agency for Research on Cancer. IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans, Vol. 96. Alcohol Beverage Consumption and Ethyl Carbamate \(Urethane\). Lyon: IARC, 2010.](#)

※4 [国立がん研究センター「がん情報サービス」～がん種別統計情報・大腸](#)

《参照》

[国立がん研究センター「がん情報サービス」～大腸がん\(結腸がん・直腸がん\)](#)

[国立がん研究センター中央病院「大腸がんの症状について」](#)

[日本医師会「知っておきたいがん検診」～大腸がん検診：大腸がんの原因](#)

[厚生労働省 e-ヘルスネット「アルコールとがん」](#)

[厚生労働省 e-ヘルスネット「腸内細菌と健康」](#)

### 病院にわざわざ足を運ばずに本格的な検査を。

#### 郵送検査キット「mierukara (ミエルカラ)」はご自宅で手軽に体調チェックができます。



mierukara®

H.U.ウェルネス株式会社が提供する郵送検査キット「mierukara (ミエルカラ)」は、大腸がん検査や胃がん検査など、約20種類の検査キットを展開しており、多くの検査実績のある機関にて約15年に渡り検査を行っております。「mierukara」は、健康診断などの一斉に実施される画一的な検査だけではカバーしきれない項目も含め、ご自身の気になるリスクに対応した種類豊富な検査キットを取り揃えており、その人その人にとって必要な項目をピンポイントに選んでご利用いただけます。

■ mierukara ブランドサイト <https://mierukara-hugp.jp>

#### 【郵送検査キット mierukara の利用方法】



##### 【購入】

ECサイトで注文をすると、ご自宅に検査キットが到着します



##### 【採取】

検査項目に合わせたキットを利用して、血液や便などをご自身で簡単に採取できます



##### 【返送】

同梱されている封筒に検体を入れたら後はポストに投函するだけ※返送料は無料です



##### 【検査】

自社の検査機関、ファセリア臨床検査センターで返送された検体の検査を実施します



##### 【結果】

検査結果はご自宅に紙で郵送、さらにWEBからも確認いただけます

## 【大腸がん啓発月間におすすめしたいミエルカラ検査キット】

### 「大腸がんリスク検査 2 日法」製品概要

大腸がんとは、盲腸からS字結腸にかけてできる「結腸がん」と、直腸から肛門にかけてできる「直腸がん」の総称です。発症は60～70歳がピークとなりますが、近年は若年化が進んでいます※3。この検査では、便中に血液が混在しているかどうかを、血液の成分【ヘモグロビン】と【トランスフェリン】を測定して調べます。ヘモグロビンに比べ、トランスフェリンは熱や時間経過などの環境の変化でも老化しにくいので、より正確に微量の潜血でも調べることができます。2日分の便を使用し、より精度の高い検査を行います。

【標準価格】：1,970円（税込）

【検査結果の目安】：検体郵送後、約2週間程度

【販売方法】：オンラインショップ

【販売店】：■mierukara 公式オンラインショップ

<https://mierukara-hugp.jp/items/cancer/colorectal-cancer-2day/>

■YAHOO! JAPAN ショッピング ■Rakuten ■amazon



### 「H.U.ウェルネス株式会社」について



2021年7月1日、H.U.グループホールディングス株式会社のグループ会社である株式会社エスアールエルウェルネスプロモーションと株式会社セルメスタが合併し「H.U.ウェルネス株式会社」に社名変更し発足。未病・予防領域における新たなサービスの開発や、将来の事業展開を加速し、幅広い世代の生活者に最適なヘルスケアをお届けするとともに医療の質の向上と人々の健康増進を目指します。

#### 【会社概要】

会社名：H.U.ウェルネス株式会社

所在地：〒163-0409 東京都新宿区西新宿 2-1-1 新宿三井ビルディング 9 階

代表取締役：森 敏昭

設立：1971年9月27日

URL：<https://www.hugp.com/huwellness/>

事業内容：

- ・健康診断業務等の業務受託およびコーディネートサービス
  - ・健診予約、受診管理システムの運営
  - ・家庭用常備薬等斡旋事業
  - ・疾病予防対策事業
  - ・郵送検査事業
  - ・いつでもウェルネス、いつでもウェルネスオンラインショップの運営
  - ・医療機関等の開設、運営に関する業務受託およびコンサルティング業務
- ↳MEP 南青山

【本リリースに関する報道お問い合わせ先】

ミエルカラ PR 事務局（共同 PR 内） 担当：大沢、小松

[mierukara-pr@kyodo-pr.co.jp](mailto:mierukara-pr@kyodo-pr.co.jp)

TEL：090-5337-6263（大沢）

【お客様からのお問い合わせ先】

<https://mierukara-hugp.jp/contact/>

TEL：0120-821-213 平日 9:00-17:00（土日祝日は除く）



各種素材はプレスルームよりダウンロード