

地域健康情報誌 [テ・ア・テ]

Te・A・Te

特集
前立腺がん
に気をつけましょう！





前立腺がん

に気をつけましょう!

▶ がんの発症部位別順位(男性)

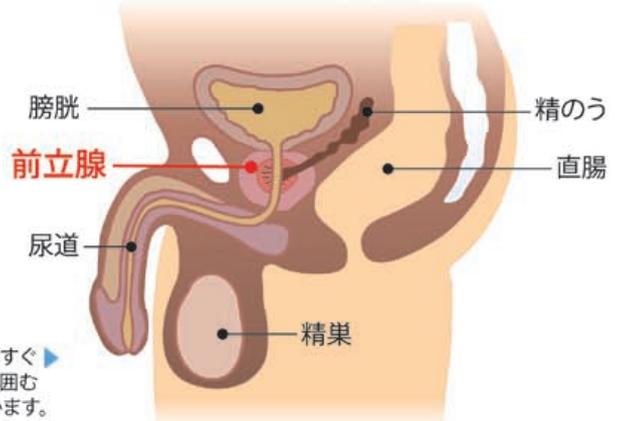
1位	胃
2位	肺
3位	大腸
4位	前立腺
5位	肝臓

(資料: 国立がん研究センターがん対策情報センター)

高齢化に伴い患者数が増えつつあるのが“前立腺がん”です。2010年の統計では、男性が発症するがんの部位別罹患率で第4位であり年々増え続けています。2008年に前立腺がんと診断された人は5万人程度でしたが、2025年には12万人にもなると言われています。がんの発見を少しでも早く気づき、また進行を少しでも防ぐため、まずは正しい知識を知っておきましょう。

前立腺がんはどんな病気!?

前立腺は男性にある生殖器官の一つで、膀胱の下にあります。大きさは15-17ml程度で、クルミ様の形・大きさです。男性ホルモンの影響を受け、加齢とともに増大します。主な機能は、精液の一部となる前立腺液を分泌しその働きを助けます。前立腺に発生するがんが前立腺がんです。



前立腺は膀胱のすぐ下に、尿道を取り囲むように位置しています。

前立腺がんの主な特徴

前立腺がんの特徴として、

- 50歳代以降に多い病気である
- 死亡する人の割合はその他のがんと比べてあまり高くない
- 男性ホルモンの影響を受けるためホルモン治療が効きやすいなどがあります。

症状は主に、三段階に分けられます。

第一段階(初期)では、**自覚症状は現れません。**

第二段階(中期)では、前立腺がんが尿道を圧迫し、排尿障害を起こします。第三段階(進行期)では、血尿や尿閉および骨転移に伴う症状が現れることもあります。

自覚症状を手がかりにしようとすると、早期にがんを発見することはできません。**症状がなくても採血によるPSA検査を受けていただくことが重要です。**



大雄会第一病院 泌尿器科医師

CHECK!

早めの検査を心がけましょう!

前立腺がんはPSA検査※で簡単にチェックが可能です

前立腺がんと診断されたくない、前立腺がんの治療を受けたくないとの思いから、PSA検査を受けることをためらう方も多と思います。

しかし、初期の段階では自覚症状が現れにくく、有効な予防手段も確立されていない現状では、早期の段階でがんを発見する事は極めて大切です。がんが前立腺にとどまっている段階で発見できれば、多くの場合根本から完全に治すことが可能で、治療の選択肢が広がります。**PSA値が4.1以上の場合**、前立腺がんの可能性が否定できなければ、生検針で前立腺の組織を一部採取し、顕微鏡でがん細胞の有無を調べる検査を勧めます。

※PSA検査…前立腺がんを発見するための血液検査です。

▶ PSA値判定の目安

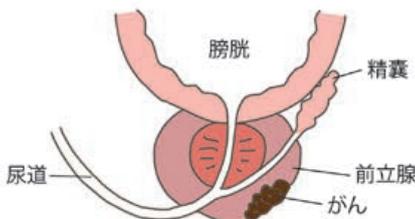
正常	4.0ng/mL以下
グレーゾーン 前立腺の病気が疑われるが、 前立腺がんかどうかは断定 できない	4.1~10.0ng/mL
前立腺がんが 疑われる	10.1ng/mL以上

前立腺がんの進行と主な治療法

前立腺がんの進行度には限局がん、局所進行がん、転移がんがあります。治療方法には手術療法、放射線療法、ホルモン療法との3つがあり、がんの進行度に応じて考える必要があります。

限局がん

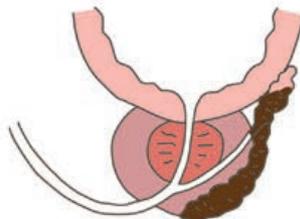
手術療法または放射線療法



がんが前立腺内にとどまっている状態です。限局がんでは手術療法または放射線療法から治療法を選択することになります。

局所進行がん

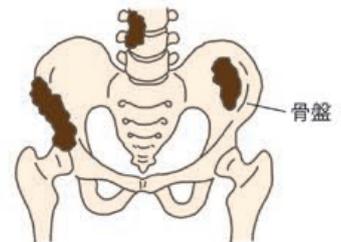
放射線療法とホルモン療法



がんが前立腺を覆う被膜を破ったり、精囊や膀胱頸部などの周囲の組織まで広がっている状態です。局所進行がんでは放射線療法とホルモン療法の併用が標準的な治療法とされています。

転移がん

ホルモン療法



リンパ節や骨、他の臓器などにがんを認める状態です。転移がんの場合は全身治療が必要なため標準的な治療はホルモン療法となります。

当院では症状に合わせて以下の治療を行っています

手術

開腹手術により十分な治療効果が得られます。

放射線療法

放射線による三次元照射、強度変調放射線治療<IMRT>での治療を行っています。外来で治療ができるため、日常生活を続けながら治療することができます。

ホルモン療法

内服・注射薬による治療で、外来で行います。

前立腺がんに対する治療は日々進歩しており、重粒子線を使用した放射線治療やホルモン療法の新薬など新しい治療法も出てきています。仮にがんと診断されることがあっても、決して一人では悩まず、家族の方や医療機関と相談し、ライフスタイルも考え自分に合った治療法を選びましょう。



教えて!
Doctor
ドクター

監修: 泌尿器科医長
小島圭太郎 医師

テーマに関する素朴な疑問に
泌尿器科の専門医がお答えします

Q & A

前立腺がん編



Q 前立腺肥大症と診断を受けましたが、
前立腺がんになる可能性が高いですか??

A 前立腺肥大症から前立腺がんにはなりません。前立腺肥大症は高齢男性の8割以上の人に起こる現象で加齢に伴う体の自然な変化の一つです。前立腺が肥大すると尿道が圧迫されて尿が出にくくなり、残尿感が現れることがあります。前立腺肥大症が経過してしまうと、排尿困難、尿失禁が起こり腎臓に悪影響が出ますので治療を受けましょう。

Q PSA検査は何歳から受けた方が良いですか?
また検査を受ける間隔はどのくらいですか?

A 前立腺がんは初期症状が現れにくいので、自覚症状を手掛かりにしては早期発見はできません。症状がない段階でがんの可能性を調べることができるのは、PSA検査です。前立腺がんは早期なら50歳以降に多いので、50歳代から積極的に検査を受けるようにしましょう。

50歳以上の方は市の検診が手軽にご利用できます。かかりつけの診療所でお申し出ください。なお、検査を受ける間隔ですが、年齢によりPSA値の基準値が異なります。

▶年齢階層別基準値による前立腺がん検診のお勧め

年齢	基準値	PSA値		
		1.0ng/mL以下	1.0ng/mL～基準値	基準値以上
50～64	3.0ng/mL以下	3年に1度検査	1年に1度検査	専門医受診
65～69	3.5ng/mL以下			
70～	4.0ng/mL以下			

※一宮市は50歳以上で5歳間隔の節目年齢になる男性が受けられます。(一部負担金がかかります)

Q 前立腺がんにならないように気をつけることはありますか?

A 現在、明らかになっている危険要因として、年齢(加齢)、人種(黒人)、食事(動物性脂肪の過剰摂取)が指摘されています。その他に遺伝的要因も指摘されています。血縁者に前立腺がんの方がいる場合には、前立腺がんになる可能性が高くなると考えられています。危険率を下げる因子として、大豆、βカロチン(しそ、モロヘイヤ、ニンジンなど)、リコピン(トマト、ピンクグレープフルーツなど)、セレン(魚介類、肉類、卵など)などがあげられ、研究がすすめられてはいますが、確実に有効性が証明されているものではありません。

前立腺がんの薬の話

前立腺がんの治療(ホルモン療法)について

前立腺がんは副腎や精巣で作られている男性ホルモンの影響を受けて増殖するため、薬物治療では基本的にホルモン療法を行います。ホルモン療法の副作用の出かたと強さは患者さんによってさまざまですが、身体への負担が軽いのが特徴で外来での治療が可能です。下記の効果のお薬を単独または組み合わせて使用します。

- 1) 精巣あるいは副腎からの男性ホルモンの分泌を抑える
- 2) 前立腺の中での男性ホルモンの働きを抑える

また、最近では、前立腺がん自身からも男性ホルモンが分泌されていると言われ、これに対する作用を持つ薬(CYP17阻害剤)が新しく登場しました。

治療で処方される主な薬

- ▶ 精巣で作られる男性ホルモンの分泌を抑える薬【LH-RH作動薬】
4週間持続型と3か月持続型の2種類の薬剤があり、4週に1回、または12~13週に1回、下腹部などに皮下注射をします。
- ▶ 前立腺の中での男性ホルモンの働きを抑える薬【抗アンドロゲン薬】
内服する薬で継続的治療をします。
- ▶ 精巣や副腎に加えて前立腺がん自身が作り出す男性ホルモンの分泌も抑える薬【CYP17阻害剤】

上記の“精巣で作られる男性ホルモンの分泌を抑える薬”や“前立腺の中での男性ホルモンの働きを抑える薬”の治療効果が弱くなった前立腺がんを使用します。

内服する薬で継続的治療をします。

前立腺がんは他のがん比べると進行が遅く、ホルモン療法の効果が高いため、比較的治療の見通しが良いがんであるといえます。治療中、いつもと違う症状を感じた時にはがまんしたり、薬を自己判断で中止しないで早めに受診するようにしましょう。



不安なことがありましたら
薬剤師に声をかけて下さい！



早期発見に年1回の画像検査を!!

血液検査で発見できない 腎がん

前立腺がんは採血によるPSA測定でチェックすることができます。しかし、同じ泌尿器科の領域でも腎がんにはPSAのような腫瘍の目印となるものはありません。腎がんを採血検査や尿検査で見つけることは困難で、頼りになるのは画像検査です。

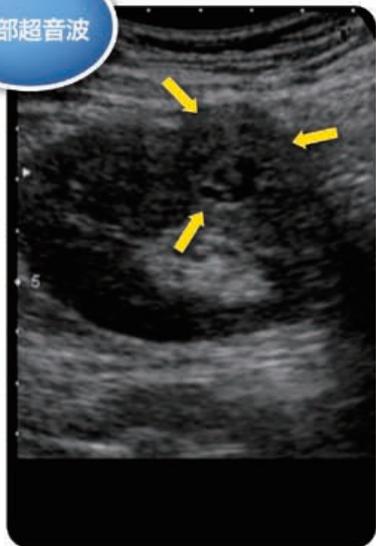
下の画像は40歳代後半の男性の検査結果です。当院で健診を受けられ、腹部超音波検査で右腎腫瘍を指摘されました。すぐに造影CT検査を受け腎がんと診断されました。早期発見により、右腎の部分切除で治療でき、腎機能の損失を最少に抑えることができました。腎がんの頻度はここ30年で2倍くらいに増加していますが、このように健診の画像検査によって早期発見されるケースが増えており、治療方法が進歩しています。**年に1回は画像での検査を受けましょう。**



健診センター長 森浦滋明

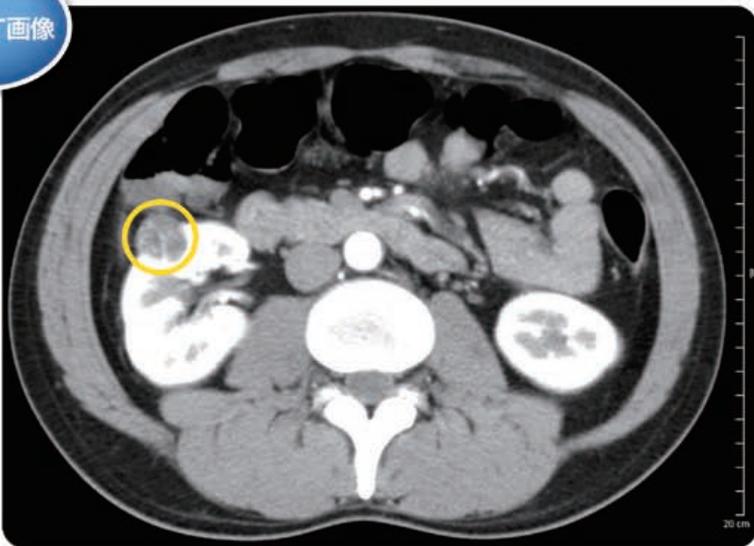
40歳代男性の検査画像

腹部超音波



黄色の矢印が示す部分が腎がんです

造影CT画像



黄色い線で囲った部分が腎がんです

意外と知らない

腎臓って?

腎臓はどんな臓器か知っていますか？腎臓はそら豆のような形をした握りこぶし大の臓器です。左右ひとつずつで(右は肝臓の後ろ、左は胃や脾臓の後ろ)、後腹膜と呼ばれる場所にあります。腎臓は余分な水分と老廃物を尿にするのみでなく、ミネラルのバランスをとる、血圧を調整する、赤血球をつくるホルモンを出す、ビタミンDをつくる、といった5つの働きがあります。



「かかりつけ医」をお持ちですか？

大雄会のホームページであなたの近くの「かかりつけ医」が検索できます。

「かかりつけ医」とは、あなたの健康状態や病気のことを普段からある程度知っており、困った時には身近にいて適切なアドバイスをくれるお医者さんです。

地域のみなさまへより良い医療を提供するため、近隣の診療所の先生と大雄会は積極的に連携をおこなっています。

<http://www.daiyukai.or.jp/>

だいゆうかい

検索



施設紹介



総合大雄会病院
〒491-8551 一宮市桜一丁目9番9号
☎0586-72-1211(代)



**老人保健施設アウン
訪問看護ステーション・アウン**
〒491-0101
一宮市浅井町尾関字同者165
☎0586-78-1111(老人保健施設アウン)
☎0586-51-0031(訪問看護ステーション・アウン)



大雄会第一病院
〒491-8551 一宮市羽衣一丁目6番12号
☎0586-72-1211(代)
健診センター：☎0586-26-2008(直通)



新生訪問看護ステーション・アウン
〒491-8551 一宮市桜一丁目15番19号
☎0586-28-5633
FAX 0586-28-5634



大雄会クリニック
〒491-8551 一宮市大江一丁目3番2号
☎0586-72-1211(代)



大雄会 ルーセント クリニック
〒451-6003 名古屋市西区牛島町6番1号
名古屋ルーセントタワー3F ルーセント・ウェルネスセンター内
☎052-569-6030(健診センター)
☎052-569-6031(内科・婦人科・女性頭痛外来)



今号の表紙
今回の表紙は老人保健施設アウンの施設内にある「ユウ・ア・ランド」にて撮影しました。今年の干支にちなんで、年男・年女の職員と施設内の羊さんにご協力いただきました。撮影する側や制作側にも未成年が多くてビックリ。動物の撮影は毎回頭を悩ませますが、今回は特に困難を極めました。警戒をして寄って来ない羊を餌で誘導し一瞬のタイミングで撮影。プロの腕前に脱帽です。

企画・発行：
社会医療法人大雄会 経営企画課
☎ 0586-24-2565
✉ kouhou1@daiyukai.or.jp

<http://www.daiyukai.or.jp/>

だいゆうかい

検索



管理栄養士
福田 紗希

しょうが 生姜たっぷり白菜スープ

各地でまだまだ厳しい寒さが続いていますね。こんなときこそ、体が温まるしょうが料理に注目です！しょうがにはショールオールやジンゲロールと呼ばれる辛味成分が含まれます。これらには血行促進、代謝促進の効果があり、体を温め、免疫力を高めてくれるため、冷え・風邪予防にぴったりです。今回はしょうがと冬野菜である白菜を使った料理をご紹介します。しょうがのパワーで、寒い冬を乗り切りましょう！

材料(2人分)

白菜	100g(2枚)
にんじん	30g(長さ5cm、厚さ2cm)
鶏ひき肉	60g
鶏ガラスープの素	大さじ1/2
薄口しょうゆ	小さじ2/3
生姜すりおろし	10g(小さじ2)
鶏卵	50g(1個)
ごま油	小さじ1
薬味ねぎ	適宜
塩、こしょう	少々
水	300cc



1 白菜は幅1cm(芯は幅5mm)の細切りにし、にんじんも細切りにする。薬味ねぎは小口切りにする。



2 ひき肉、塩、こしょうを入れ、中火で炒める。ひき肉に火が通ったら、白菜、にんじんを入れ、全体に肉の油が回るように軽く炒める。



3 水、鶏ガラスープの素、しょうゆ、しょうがを加え、白菜が柔らかくなるまで煮込む。(中火でふたをし10分程)



4 溶き卵を加えて、菜箸で大きくゆっくり混ぜながら煮る。塩、こしょうで味を調え、ごま油を加える。器に盛り、薬味ねぎをのせたら出来上がり。



調理時間
17分

栄養価(1人分)

エネルギー

123kcal

たんぱく質

10.1g

塩分

0.6g

point!

炒めたひき肉からのうま味と白菜からの甘味が溶け出た、深い味わいのスープです。仕上げに加えたごま油の香りがアクセント。しょうがの効果で体がぽかぽかと温まります。メインのおかずにもなりそうなボリュームある一品です。白菜は、葉と芯に分けて切り方を変えるのがコツ。