

◆健康へのワンポイント アドバイス◆

『大腸がんの話』

がん罹患数の順位 (2019年)					
	1位	2位	3位	4位	5位
男性	前立腺	大腸	胃	肺	肝臓
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮
がん死亡数の順位 (2021年)					
	1位	2位	3位	4位	5位
男性	肺	大腸	胃	膵臓	肝臓
女性	大腸	肺	膵臓	乳房	胃

大腸がんの危険因子：

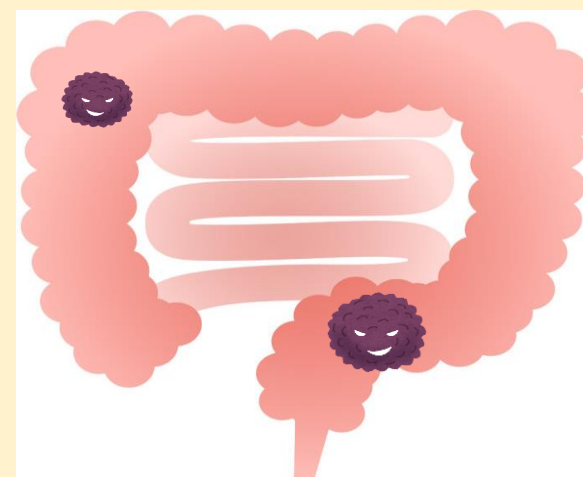
- ・ 食生活の欧米化に伴う動物性タンパク質や脂肪分の摂り過ぎ
赤身肉や加工肉の摂取はリスクを上げる
- ・ 運動不足、肥満
- ・ **喫煙**や飲酒
- ・ 野菜や果物の摂取不足

偏った食習慣を改善し、節酒と禁煙！

大腸がんの症状

(部位によって異なります)

- ・ 血便、貧血
- ・ 排便習慣の変化（便秘、下痢）
- ・ 便が細くなる、残便感
- ・ 腹痛や嘔吐



大腸がん検診を

受けましょう！

(令和5年10月)