

がん死亡のワーストV 市町村別 (S55~59平均)

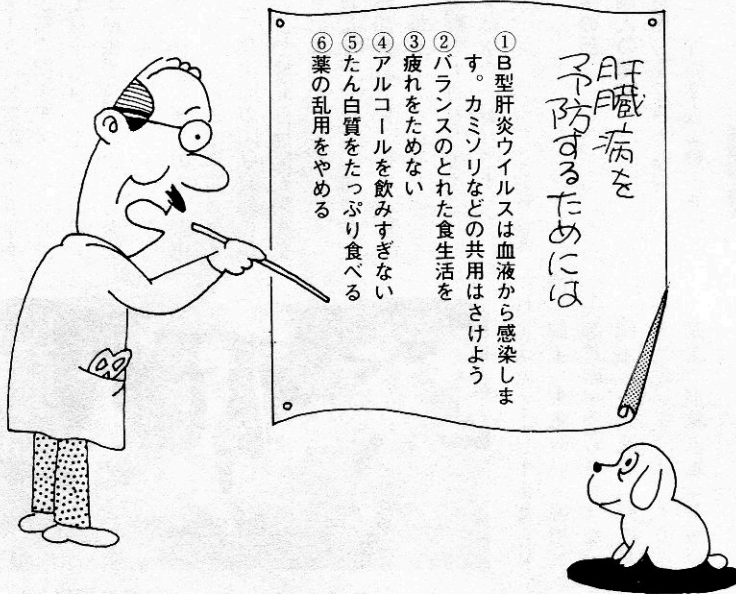
	肝臓がん		大腸がん	
	男	女	男	女
1位	大島町	大島町	川上村	大島町
2位	日置町	日置町	本郷村	大島町
3位	橘町	阿武町	秋穂町	日置町
4位	豊北町	大島町	大和町	東和町
5位	美川町	久賀町	日置町	阿知須町

このたびの循環器検診の結果  
肝機能障害と診断された人が  
557人中85人もありました。

こんにちは！ 保健婦です

循環器検診  
の結果から

日置町では肝臓病の人が多く  
また、肝臓癌・肝硬変で死亡す  
る人が山口県の中でも多い方  
にあります。―表を参考―  
肝臓病には、自覚症状のはっ  
きりあらわれる急性肝炎と、初  
期には症状がはつきり出ない慢  
性肝炎や肝硬変があります。  
このあとの二つは、なかなか  
治りにくく、そのまま放ってお  
くと手おくれになり、命とり  
もなります。



**肝臓病の原因は？**

**A** 一般にB型肝炎とい  
われるものはウイルス  
で感染します。アルコールや薬剤  
中毒、栄養障害、寄生虫によっ  
ておこる肝炎もあります。

**B** 肝臓はからだの中で  
一番大きく、心臓と  
同じで一つしかない臓器だから  
故障するとたいへんです。しか  
し、沈黙の臓器といわれ、少々  
のことではまいるません。肝臓  
のおもな役目は、エネルギーを  
たくわえたり、代謝機能を調整  
する働きと毒物の解毒作用です。

**毎日のくらしで  
気をつけることは…**

- ① 獣肉のあぶらを  
少なめに。
- ② 魚のあぶらや植  
物性のあぶらは  
コレステロール  
を下げる働きが  
あるので、たっ  
ぷり取るように。
- ③ 赤身の肉、ささ  
み、魚、豆など、  
良質のたん白質  
を十分に。
- ④ 中性脂肪はアル  
コールや砂糖の  
とりすぎでも増  
える。

また高脂血症と診断された方  
もそれについて多くいらつしや  
いました。高脂血症とは、血液  
中の脂肪分、つまりコレステロ  
ールや中性脂肪が高い状態にあ  
るといふことです。そのまま放  
っておくと動脈硬化をまねきや  
すくなります。食生活を変えて  
いく必要があります。

**動脈硬化を早めるもの**

- ① 精神的なストレス、  
過労
- ② タバコのすいすぎ
- ③ コレステロール、  
糖質のとりすぎ
- ④ 良質のたん白質の  
不足
- ⑤ ふとりすぎ
- ⑥ 運動不足
- ⑦ 高血圧、  
糖尿病、  
腎臓病