

ヘルスアップ通信

～胃がんを予防しよう～

検診、後回しにしていますか？

「症状がないから大丈夫」と思っていませんか。胃がんは早期には自覚症状がほとんどないため、症状が現れたときには進行している場合があります。胃がんのリスクを減らし、早期発見につなげるために、予防のポイントを確認してみましょう。



こんな症状、ありませんか？



胃の痛み・
不快感・違和感

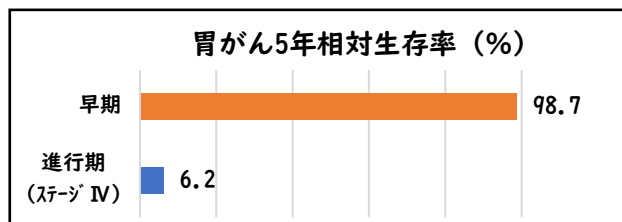
胸やけ

吐き気

食欲不振

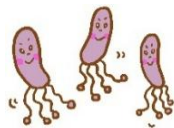
→ さらに進行するとがんから出血することで貧血が
起きたり黒い便がでることもあります。

早期発見で生存率が大きく変わります！



出典：日本対がん協会HP

あまり知られていないかも！？胃がんの原因



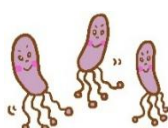
ヘリコバクター・
ピロリ菌感染



塩分の摂り
すぎ



喫煙



ピロリ菌除菌



塩分を
控える



野菜や果物
の摂取



禁煙

塩分1日の摂取量は男性7.5g未満、女性6.5g未満
が目標ですが、現状は男性10.5g、女性8.9gと摂
りすぎとなっています！



ピロリ菌を除菌しても胃がんになる可能性が
ゼロにはなりません。除菌後も定期的に胃内
視鏡検査を受けましょう。

症状がなくても、定期的ながん検診を



当健保の胃がん検診補助制度

※ 詳細は健保ホームページ・しおりをご確認ください。



対象者	健診・検診名	検査内容	自己負担額
40歳以上の被保険者	胃部単独検診	胃部X線検査又は胃 内視鏡検査のいづ れか選択制	補助額上限 15,000円超過分
・40～74歳の被扶養者 ・40～74歳の任意継続被 保険者 ・特例退職被保険者	ヘルスアップ健診 (オプションとして追加)		0円

* 自治体でもがん検診を実施しています。詳細はコチラ ➡ <https://www.med.or.jp/forest/gankenshin/contact/map/>

検査の結果が「要精密検査」や「要医療」の場合は、
放置せずに必ず医療機関を受診してください！

がん検診のメリット・デメリット、国が
推奨するがん検診等、「国立がん研究セ
ンターがん情報サービス」をCheck!



自分のために、大切な人のために、胃がん検診を受けましょう！
また、症状がある場合は検診ではなく医療機関を受診しましょう。

