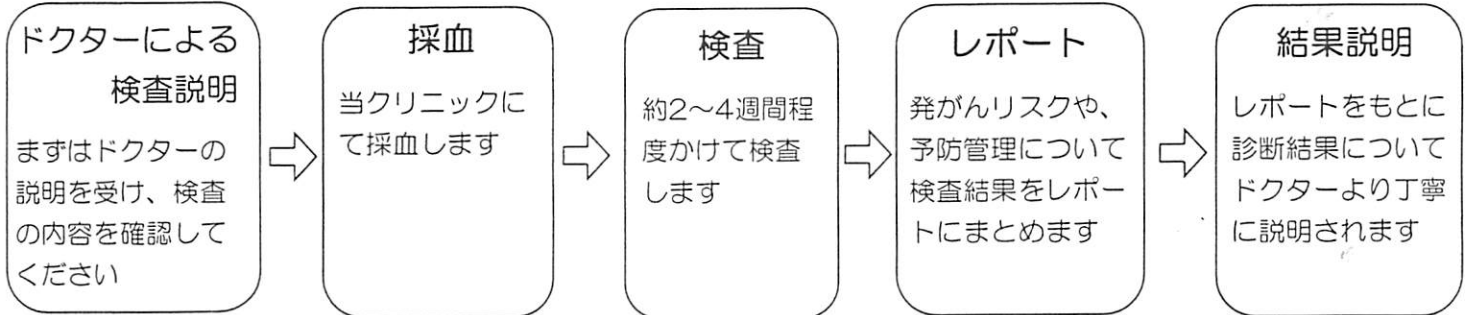




あなたにも危険が・・・知られざる“がん遺伝子”

最近、テレビでも話題の“がん遺伝子”治療から予防の時代へ…それを可能にするのが“CanTect検査”です。

これまで、がん細胞は1cmくらいの大きさにならないと検査ができないと言われていましたが、近年、PETなどの検査機器の進歩によって5mm程度のがんも診断できるレベルに達しました。5mmのがんといえば、もう「1人前のがん」になっています。がんの超早期リスク評価は、まだ1人前のがんに成長する以前の極小さながん細胞の存在リスクを評価し、がんを予防する機会を与えてくれます。



生活習慣や環境などの要因により、正常な細胞の遺伝子が複数傷つくことで“がん細胞”は生まれます。

禁煙・ストレスの解消・適切な運動・ダイエット・食事・睡眠・サプリメント(抗酸化物質)の摂取など生活習慣の改善は、がんの予防に効果があります。その他、自己免疫機能により、がん細胞(異常細胞)の発生・成長を防いでいます。この自己免疫力が加齢等により低下した場合、「免疫力を強化する」ことで、がん細胞の増殖を抑制する事が可能です。

気になることがございましたら、お近くのスタッフにお聞きください。

なぜ“がん細胞”はできるのか？

多くの場合“がん細胞”は、下記のプロセスで発生し、増殖します。



院長からひとこと

今や、日本人の2人に1人ががんに罹患し、3人に1人ががんで亡くなると言われています。がんは遺伝や体質と諦めていませんか？ でも実はその原因の大部分は生活習慣にあります。つまり、高血圧・糖尿病・脂質異常症などと同様の生活習慣病と捉えられます。

日常生活を見直すと同時に、心配は方は、がん遺伝子検査などを積極的に利用され、より早期からがんの対処することも選択できる時代になってきました。是非“元気で長生き”な人生の実現に前向きに取り組みましょう！



早いもので、もう7月ですね！
7月といえば…私にとっては「子供達の夏休み」です。食べまわりの小学高学年の子供達の昼食、宿題の点検…が、
気合いを入れて頑張らねば!! と思っているところです…

対策レシピ ~高血圧~

☆ゆで茄子の和え物

<材料> 2人分

- 茄子・・・80g 枝豆・・・70g
- 三つ葉・・・20g だし汁・・・小さじ2
- 醤油・・・小さじ1 かつお節・・・1g

①茄子はヘタを落とし、皮をむいて細切りにする。3等分して水にさらし、アクを抜く。熱湯で茄子がしんなりするまでゆで、氷水にとって冷やす。枝豆はゆで、さやから実を取り出す。

②三つ葉は2~3cm長さに切る。ボウルに醤油、だし汁を入れて混ぜ合わせ、水をきった茄子、枝豆、三つ葉を加えて和える。器に盛り付け、かつお節を天盛りにし、出来上がり！！

<7月の休診日>

日曜日、第2木曜日(11日)、15日(海の日)

0833-48-3310 電話での予約を承っております。

編集担当
藤井 みつき