

がん

Cancer

Cancer is caused by abnormal cells that grow quickly. It is normal for your body to replace old cells with new ones, but cancer cells grow too fast.

Some cancer cells may form growths called tumors. All tumors increase in size, but some tumors grow quickly, others slowly.

Types of Tumors

- Sometimes tumors are not cancerous. These are called **benign** tumors. They are made up of cells much like those of healthy tissue. This kind of tumor stays in one area and does not spread to healthy tissues and organs.
- Cancer tumors are also called **malignant** tumors. Cancer from these tumors spread through the blood and lymph systems to other parts of the body.

When cancer spreads, it is called **metastasis**. Cancer cells travel through the blood or lymph system from the tumor, called the primary site, to other parts of the body.

がんは、異常細胞が急速に増加することで発生します。体内で古い細胞が新しい細胞に置き換わるのは正常なことです。がん細胞は異常な速さで増殖します。

がん細胞によっては腫瘍と呼ばれる増殖を起こすことがあります。腫瘍すべては大きくなりますが、発達には急速な場合と緩やかな場合があります。

腫瘍の種類

- 腫瘍には、がん性ではないものもあります。これらは、**良性腫瘍**と呼ばれ、健全な組織に似た細胞で構成されています。この種の腫瘍は一箇所に留まり、健康な組織や臓器に広がりません。
- がん腫瘍は**悪性腫瘍**とも呼ばれます。これらの腫瘍が原因であるがんは、血液とリンパ系を通じて体内の別の部位に広がります。

がんが体内に広がることを**転移**と言います。がん細胞は、原発部位と呼ばれる腫瘍から血液とリンパ系を通じて体内のほかの部位へ移動します。

Types of Cancer

There are many kinds of cancers.

- Carcinoma is the most common type of cancer. Lung, colon, breast and ovarian cancers are often this type of cancer.
- Sarcoma is found in bone, cartilage, fat and muscle.
- Lymphoma begins in the lymph nodes of the body's immune system. They include Hodgkin's and Non-Hodgkin's Lymphomas.
- Leukemia starts in the blood cells that grow in the bone marrow and are found in large numbers in the bloodstream.

Signs of Cancer

Signs of cancer depend on the type and location of the tumor. With some cancers, there may not be any signs until the tumor is large. Common signs include:

- Feeling very tired
- Weight loss that occurs without knowing why
- Fever, chills or night sweats
- Lack of hunger
- Physical discomfort or pain
- Coughing, shortness of breath or chest pain
- Diarrhea, constipation or blood in the stool

When cancer is found, tests will be done to see if the cancer has spread to other parts of your body. Scans, x-rays and blood tests may be needed.

がんの種類

がんには多くの種類があります。

- がん腫は、最も一般的な種類のがんです。肺がん、結腸がん、および卵巣がんはこの種類に属します。
- 肉腫は、骨、軟骨、脂肪、および筋肉に発生します。
- リンパ腫は、体の免疫組織のリンパ節から発生します。リンパ節には、ホジキンリンパ腫と非ホジキンリンパ腫があります。
- 白血病は、骨髄内で増殖し血流に多く見られる血液細胞で発生します。

がんの症状

がんの症状は、その種類と腫瘍の場所によって異なります。がんの種類によっては腫瘍が大きくなるまで自覚症状が認められない場合もあります。一般的な症状は以下のとおりです

- 非常に疲れているように感じる
- 原因不明の体重の減少
- 発熱、悪寒、または寝汗
- 食欲不振
- 不快感または痛み
- 咳、息切れ、または胸痛
- 下痢、便秘、または血便

がんが見つかった場合、他の部分に転移していないか検査します。必要に応じて、精密検査、X線造影、および血液検査を行います。

Your Care

Your doctor will decide what care is needed based on:

- The type of cancer
- How fast the cancer is growing
- Whether the cancer has spread to other parts of your body
- Your age and overall health

The most common cancer treatments are:

- Surgery to remove the tumor and nearby tissue
- Radiation in controlled amounts to shrink or destroy the tumor and cancer cells
- Chemotherapy medicine to slow the growth or destroy cancer cells
- Other medicines to treat side effects and help you heal better

注意

主治医が以下の要因をもとに治療を決定します。

- がんの種類
- がんの増殖速度
- がんが体内の他の部分に転移しているかどうか
- 患者の年齢と総合的な健康状態

がんの治療方法には、一般的に以下の方法があります。

- 手術による腫瘍と周辺組織の除去
- 制御放射線による腫瘍とがん細胞の縮小または破壊
- 化学療法薬剤による、がん細胞の成長の抑制または破壊
- 他の薬剤により副作用を治療し、回復を助ける

Prevention

You can reduce your risk of cancer by:

- Not smoking or using tobacco.
- Using sunscreen, hats and clothing to protect your skin when outside.
- Limiting the amount of alcohol you drink.
- Limiting the amount of high fat foods you eat, especially from animal sources.
- Eating plenty of fruits, vegetables and high fiber foods.
- Being physically active.
- Seeing your doctor each year. Cancer screenings may help find cancers at their early, most treatable stages.

Talk to your doctor or nurse about your cancer risks.

予防策

以下の注意を守ることのでがんのリスクを低減することができます。

- 禁煙する
- 屋外では日焼け止めを使ったり、帽子や衣類で肌を守る
- 飲酒量を制限する
- 特に動物性脂肪の多い食べ物を制限する
- 果物、野菜、高繊維質な食べ物を十分に摂る
- 運動する
- 年に1度は定期検診を受ける。がん検診を受けることで、最も治療可能な段階で早期発見に役立ちます。

がんのリスクについては、主治医または看護師にご相談ください。