

「ストレス」「食生活」、胃腸への負担が大きい現代社会には必須  
**「胃がんリスク」「大腸がんリスク」「腸内環境」検査のススメ**  
 12月11日は「胃腸の日」。手軽にできる郵送検査キットで今こそチェック！  
 罹患数・死亡数ワースト3に入る「胃がん」「大腸がん」<sup>※1</sup>の早期発見に



行動制限が解除され、飲み会や会食も徐々に感染対策をしたうえで以前のように実施されることが増えてきました。東京都では2年ぶりにGO To Eatキャンペーンが再開され、各都道府県でもプレミアム付き食事券が発売されるなど、年末にむけて飲食業界も活気づきそうです。そうすると、気になってくるのが「胃腸」。暴飲暴食が増えると、胃の痛み、下痢や便秘など、「胃腸」にも負担がかかります。この「胃腸」の不調には、「胃がん」や「大腸がん」のサインが隠れていることも。「胃がん」「大腸がん」は、罹患数・死亡数ともにワースト3に入る<sup>※1</sup>ケアすべきがんの種類です。一方で、早期発見・早期治療で完治も目指せるがんともいわれています。

12月11日は「胃腸の日」。これを機に、「胃がんリスク」「大腸がんリスク」「腸内環境」の検査を受けてみてはいかがでしょうか？最近、忙しくて病院に行く時間がなくても自宅で手軽に病院と同レベルの検査が受けられる、郵送検査キットも発売されています。胃腸ケアの第1歩として郵送検査キットの活用がおすすめです。

<sup>※1</sup> [国立がん研究センター がん情報サービス 最新がん統計](#)

気をつけたい「胃」の健康。中高年以上は「胃がん」に注意、ストレスや食べ過ぎ・飲み過ぎの胃の痛み「胃がん」が隠れていることも  
**「大腸がん」は日本人罹患数1位、死亡数2位<sup>※1</sup>**

「胃がん」は中高年以上に発症することが多く、特に50代から増加します<sup>※2</sup>。罹患数、死亡数ともに多い<sup>※1</sup>がんの種類ではありますが、がん検診による早期発見・早期治療による治癒度が高く、効果が科学的に認められているとして厚生労働省も「胃がん」の検診を推奨しています。「胃がん」の代表的な症状は、胃の痛み、不快感・違和感、胸焼け、吐き気、食欲不振などが挙げられます。初期はほとんど自覚症状がなく、進行しても症状がないことも。ストレス、暴飲暴食で感じる胃の不調と症状が似ています。だからこそ、定期的な検診や検査が必須です。仕事も日常生活も多忙を極め、さらに、飲み会・会食など「胃」も酷使される12月。健康な「胃」をキープするためにも、「胃がんリスク」チェックをおすすめします。



「大腸がん」は、日本人が最も多く罹患するがんで、死亡数も第2位の特に気をつけたいがんの一つです<sup>※1</sup>。一般的に「大腸がん」は進行が遅く、ほかの臓器に転移しても切除可能とされ、治る可能性の高いがんだといわれています。代表的な症状は便秘や下痢、便が細くなる、血便や腰痛などが挙げられますが、これらは「大腸がん」が進行してからでる症状とされています。早期治療につなげるためにも、早めの検査が重要です。

<sup>※2</sup> [国立がん研究センター がん情報サービス がん種別統計情報「胃」](#)

**「リスク検査」と腸内環境を整える「腸活」で予防**



腸内には、およそ1000種類・100兆個の細菌が生息し、大きく「善玉菌」「悪玉菌」「日和見菌」の3つに分類されています。「悪玉菌」は、たんぱく質や脂質が中心の食事、不規則な生活、ストレス・便秘などが原因で腸内に増えるとされ、「大腸がん」も、腸内細菌と関係があると考えられています。ビフィズス菌や乳酸菌などの「善玉菌」が優勢な腸内環境が、健康的な腸内環境だと言われています。「善玉菌」は、乳酸や酢酸などを作り、腸内を酸性にすることによって、「悪玉菌」の増殖を抑えて腸の運動を活発にします。発がん性をもつ腐敗産物の産生を抑制する腸内環境を作ると考えられています。

乳酸菌やビフィズス菌を含むヨーグルトの摂取や、「善玉菌」のエサとなるオリゴ糖や食物繊維を摂取する「腸活」は腸内環境を整えることに有効です。「大腸がんリスク検査」と「腸活」は、「大腸がん」の予防につながるといえます。腸内環境を改善するために、日頃の食生活や生活習慣の見直しに取り組まれている方には「腸内環境検査」がおすすめです。変化が分かりづらい方でも、「腸活」の一環として定期的に「腸内環境検査」を取り入れて、日々の体調管理をしてみたいはいかがでしょうか。

参照：厚生労働省 e-ヘルスネット「腸内細菌と健康」

病院にわざわざ足を運ばずに本格的な検査を。

郵送検査キット「mierukara（ミエルカラ）」はご自宅で手軽に体調チェックができます。



mierukara®

H.U.ウェルネス株式会社が提供する郵送検査キット「mierukara（ミエルカラ）」は、大腸がん検査や胃がん検査など、約 20 種類の検査キットを展開しており、多くの検査実績のある機関にて検査を行っております。「mierukara」は、健康診断などの一斉に実施される画一的な検査だけではカバーしきれない項目も含め、ご自身の気になるリスクに対応した種類豊富な検査キットを取り揃えており、その人その人にとって必要な項目をピンポイントに選んでご利用いただけます。

■ mierukara ブランドサイト <https://mierukara-hug.jp>

### 【郵送検査キット"mierukara"の利用方法】



【購入】

ECサイトで注文をすると、ご自宅に検査キットが到着します



【採取】

検査項目に合わせたキットを利用して、血液や便などをご自身で簡単に採取できます



【返送】

同梱されている封筒に検体を入れた後はポストに投函するだけ※返送料は無料です



【検査】

自社の検査機関、ファセリア臨床検査センターで返送された検体の検査を実施します



【結果】

検査結果はご自宅に紙で郵送、さらにWEBからも確認いただけます

### 【「胃腸の日」におすすめしたいミエルカラ検査キット】

#### 「胃がんリスク検査（ペプシノゲン+ピロリ菌）」製品概要

ヘリコバクター・ピロリ菌に感染すると、胃の中でアンモニアが合成されて胃酸の分泌が高まります。その結果、胃酸で胃の粘膜が傷つき、胃炎や胃潰瘍、十二指腸潰瘍を引き起こし、場合によっては胃がんまで進行するといわれています。胃がんは、日本人の発症率が高く、40歳代から増加。50～60歳代がピークといわれています（当社調べ）。この検査では、尿や血中に存在するヘリコバクター・ピロリ菌抗体を検出することにより、現在あるいは過去に、ヘリコバクター・ピロリ菌に感染しているかどうかわかります。また、同時に血液を検体として胃がんへと進展することもある萎縮性胃炎を発見するために、血液中のペプシノゲン濃度を測定します。



【標準価格】：4,540円（税込）

【検査結果の目安】：検体郵送後、約2週間程度

【販売方法】：オンラインショップ

【販売店】：■mierukara 公式オンラインショップ

<https://mierukara-hug.jp/items/cancer/gastric-cancer-pepsinogen/>

■YAHOO! JAPAN ショッピング ■Rakuten ■amazon

#### 「大腸がんリスク検査 2 日法」製品概要

大腸がんとは、盲腸からS字結腸にかけてできる「結腸がん」と、直腸から肛門にかけてできる「直腸がん」の総称です。発症は60～70歳がピークとなりますが、近年は若年化が進んでいます<sup>※3</sup>。この検査では、便中に血液が混在しているかどうかを、血液の成分【ヘモグロビン】と【トランスフェリン】を測定して調べます。ヘモグロビンに比べ、トランスフェリンは熱や時間経過などの環境の変化でも老化しにくいので、より正確に微量の潜血でも調べることができます。2日分の便を使用し、より精度の高い検査を行います。



【標準価格】：1,970円（税込）

【検査結果の目安】：検体郵送後、約2週間程度

【販売方法】：オンラインショップ

【販売店】：■mierukara 公式オンラインショップ

<https://mierukara-hug.jp/items/cancer/colorectal-cancer-2day/>

■YAHOO! JAPAN ショッピング ■Rakuten ■amazon

## 「腸内環境検査」製品概要

尿中のインドキシル硫酸を測定します。腸内環境が悪化すると腸内細菌が作る有害物質が増え、その結果尿中に出てくるその濃度も上昇します。この有害物質の1つであるインドキシル硫酸を測ることで、現在の腸内環境の良し悪しを知ることができます。腸内環境を改善するために食生活や生活習慣の見直しなどに取り組まれている方におすすめします。

【標準価格】：4,980円（税込）

【検査結果の目安】：検体郵送後、約2週間程度

【販売方法】：オンラインショップ

【販売店】：■mierukara 公式オンラインショップ

<https://mierukara-hugp.jp/items/lifestyle/intestinal-environment/>

■YAHOO! JAPAN ショッピング ■Rakuten ■amazon



## 「H.U.ウェルネス株式会社」について



2021年7月1日、H.U.グループホールディングス株式会社のグループ会社である株式会社エスアールエルウェルネスプロモーションと株式会社セルメスタが合併し「H.U.ウェルネス株式会社」に社名変更し発足。未病・予防領域における新たなサービスの開発や、将来の事業展開を加速し、幅広い世代の生活者に最適なヘルスケアをお届けするとともに医療の質の向上と人々の健康増進を目指します。

### 【会社概要】

会社名：H.U.ウェルネス株式会社

所在地：〒163-0409 東京都新宿区西新宿 2-1-1 新宿三井ビルディング 9階

代表取締役：森 敏昭

設立：1971年9月27日

URL：<https://www.hugp.com/huwellness/>

事業内容：

- ・健康診断業務等の業務受託およびコーディネートサービス
- ・健診予約、受診管理システムの運営
- ・家庭用常備薬等斡旋事業
- ・疾病予防対策事業
- ・郵送検査事業
- ・いつでもウェルネス、いつでもウェルネスオンラインショップの運営
- ・医療機関等の開設、運営に関する業務受託およびコンサルティング業務

↳MEP 南青山

【お客様からのお問い合わせ先】

<https://mierukara-hugp.jp/contact/>

TEL：0120-821-213 平日 9:00-17:00（土日祝日は除く）