

“がん”を知り、“がん”と向き合い、“がん対策”に前向きになるために

がん対策のススメ 2018

Dr.中川のがん通信 vol.3

今年も行こう
がん検診

社員とその家族のために
会社が始めるがん対策

日本は2人に1人が“がん”になり、3人に1人が“がん”で亡くなる世界トップクラスのがん大国です。

がんの6割が治る今、がんを抱えながら働く人も増えています。

これから一緒に、がんについて学んでいきましょう！

ぜひ、あなたの大事なご家族や、職場のみなさんと読んでみてください。

【日本人のがんの原因】

こんにちは。がん対策推進企業アクション アドバイザリーボード議長の中川恵一です。

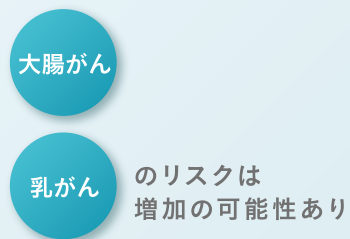
白人の場合、日光を浴びすぎると皮膚がんが増えますが、これは日本人には当てはまりません。むしろ、ビタミンDが活性化されることで、骨が強くなりますが、活性型ビタミンDはがんを予防する効果もあります。実際、血液中のビタミンDが低い人ほどがんになりやすいという調査結果もあります。

逆に、飲酒で顔が赤くなる人が深酒をするとがんのリスクが高まりますが、赤くなる遺伝子変異がない白人にとってお酒は「百薬の長」かもしれませんが、国民の4割がお酒で赤くなる遺伝子を持つ日本人の場合、飲み過ぎはがんを防ぐ意味でも要注意です。

逆にタバコによる発がんは白人の方に多い傾向があります。欧米発のがんのデータをそのまま日本人に当てはめることはできないのです。

しかし、日本社会を対象としたがんの疫学研究も進んできています。その結果、日本人のがんの原因で最も多いのは、男性の場合、「喫煙」で約3割、次いで「肝炎ウイルスやピロリ菌」などの感染が約2割、「飲酒」が約1割となりました。女性の発がん原因のトップは肝炎ウイルスやピロリ菌に加えて、ヒトパピローマウイルスなどの「感染」で2割弱、次いで「喫煙」で5%、「飲酒」は3%程度でした。男性のがんの約6割が、女性のがんでも3割程度が予防できる要因によって発生していることが分かります。

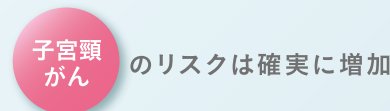
■タバコを吸う人は



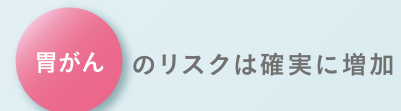
■B型・C型肝炎ウイルスで



■ヒトパピローマウイルスで



■ヘリコバクター・ピロリ菌で



■適量を超えて飲酒すると



男女合わせた日本人全体で見ると、喫煙と感染症がそれぞれがんの原因の2割程度を占め、ずば抜けて大きなリスク要因となっています。男女とも、感染が原因となる発がんは2割前後ですから、男性にがんが多い(死亡数は女性の1.4倍以上!)のは、男性に喫煙や飲酒が多いからです。

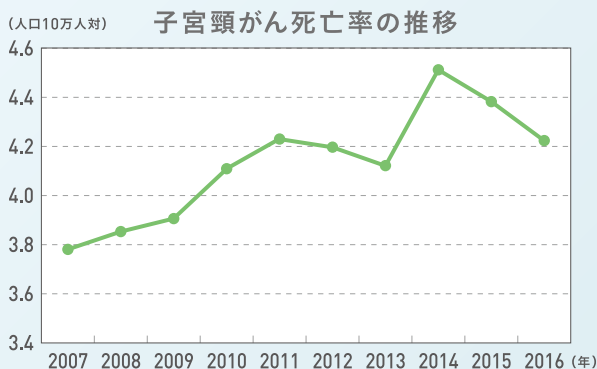
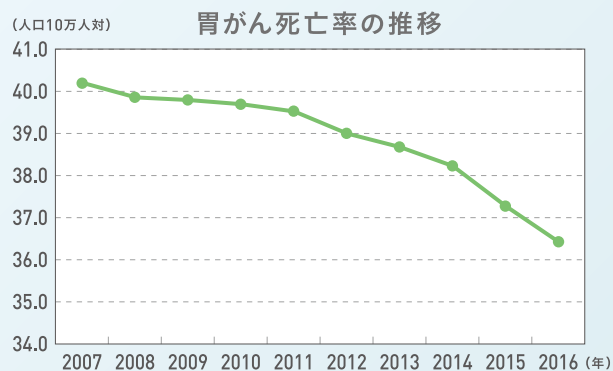
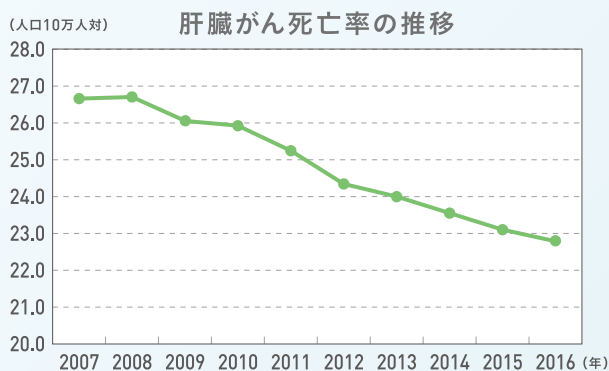
がんを引き起こす感染症としては、胃がんの原因の95%以上を占めるピロリ菌、肝臓がんの原因の8~9割を占める肝炎ウイルス、子宮頸がんの原因のほぼ100%を占めるヒトパピローマウイルスなどが重要です。欧米では、感染症は、がんの原因の5%程度に過ぎませんから、発がんの原因という点では、日本人のがんはまだまだ「途上国型」と言えます。

多くのがんは発見可能な大きさになるまでに20年

といった歳月を要するため、現在発症しているがんは、過去の日本社会のあり方を反映していると言えるからです。また、ウイルスや細菌が繁殖しやすい高温多湿な気候の影響もあるかもしれません。

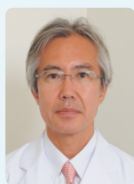
しかし、日本は世界に冠たる“衛生大国”になり、感染症のリスク因子は大きく減っています。男性の喫煙率も大幅に低下していますので、今後、がんの発生は減少に向かうと思います。

実際、肝臓がんは10年で死亡率が半分、胃がんでも三分の二に減っています。ただし、子宮頸がんについては、性交渉開始年齢の若年化を背景に、むしろ増えています。発症のピークも30代と若年化しており、大きな問題と言えます。



※感染症タイプのがんを中心に紹介しています。

出典:国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」2016がん統計



中川 恵一(がん対策推進企業アクション アドバイザリーボード議長)

東京大学医学部附属病院 放射線科准教授、厚生労働省 がん等における緩和ケアの更なる推進に関する検討会委員、文部科学省「がん教育」の在り方に関する検討会委員

東京大学医学部医学科卒業後、東京大学医学部放射線医学教室専任講師、などを経て、現職。緩和ケア診療部長、放射線治療部門長を歴任。著作には「がんのひみつ」などがんに関する著書多数。日本経済新聞でコラム「がん社会を診る」を連載中。