

東大病院・中川恵一准教授がポイントを提唱 /  
**がんから身を守るための  
 がんを知る7か条**

東大病院の中川恵一准教授（放射線治療部門長）は、がんから身を守るには『がんを知ること』と警鐘をならされてきました。ご自身が昨年末に早期の膀胱がんを発見・手術された体験を機に、そのポイントを簡潔にまとめ、『がんを知る7か条』として提唱されました。

今年も行こう、  
 今年も行こう、  
**がん検診**  
 会社が始めるがん対策

がんを知る7か条

- ① 症状を出しにくい病気
  - ② リスクを減らせる病気
  - ③ 運の要素もある病気
  - ④ **早期なら95%が治る病気**
  - ⑤ 生活習慣＋早期発見が大事
  - ⑥ 早期発見のカギはがん検診
  - ⑦ 治療も選べる病気
- 〈番外〉自分は罹らないと思う病気

## その4 ≫ 早期なら95%が治る病気

厳密に言えば、がんには「完治」という概念はありません。歌手のオリビア・ニュートン・ジョン(71)は25年前に治療した乳がんが再発し、闘病中です。乳がんに限らず、前立腺がんや肝臓がんなどでも、治療後10年も経ってから再発することはめずらしくありません。

私も、治療から34年後に原発部位から再発した例を経験したこともあります。このため、がんの種類によっては10年以降も受診して頂くようお願いしています。

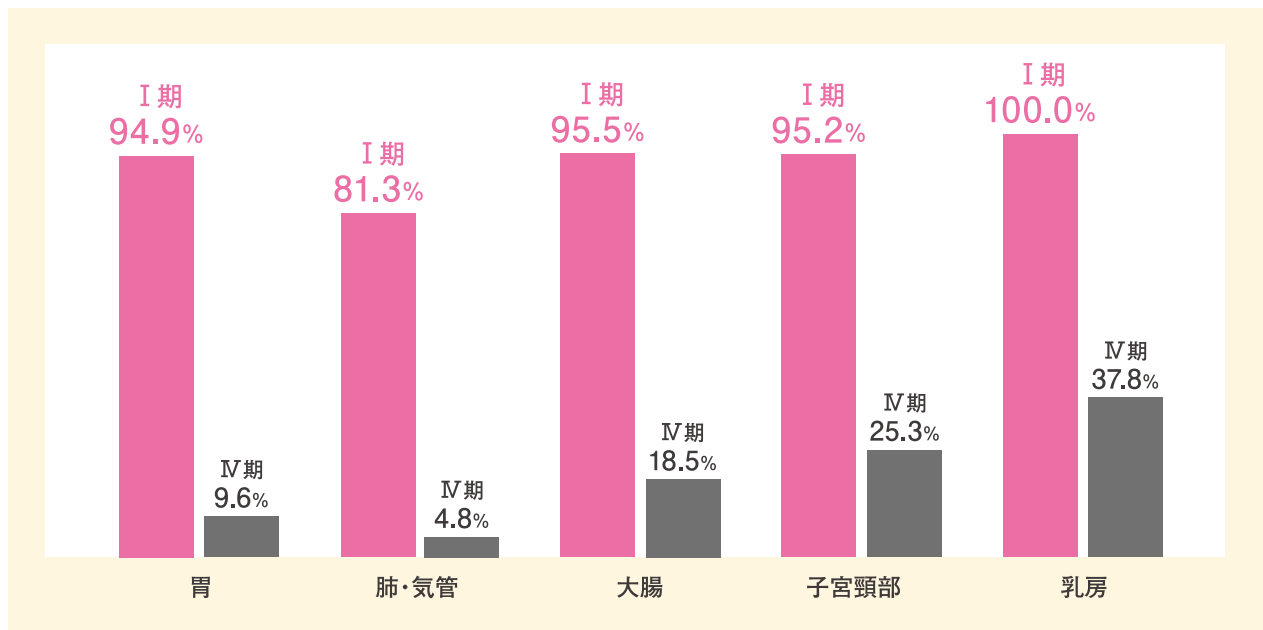
結核やインフルエンザなどの感染症では、体内の細菌やウイルスの数がゼロになれば完治と言えますが、がんの場合、微小な病巣が体内に残っていないとは言えませんし、そもそも、がん細胞は新たに毎日多数発生し

ています。「キャンサーフリー」な人などいないわけです。

しかし、「がんには完治はない」と言ってしまうと、患者さんは一生通院することになってしまいます。早期がんの場合は5年間、問題がなければ再発の危険はぐっと減るのも事実です。

このため、多くのがんでは治療によりがんが消失してから5年間、再発がない場合は治癒とみなすことが一般的です。5年生存率が便宜上、治癒率の目安として使われてきました。ただ、がん以外での死亡を除く必要があるため、実際には「5年相対生存率」が5年生存率を示す数字として主に使われています。

■ I期とIV期で発見された時の5年相対生存率の比較



この5年相対生存率は、同じ性別、年齢の日本人の5年後に生存している割合と比べ、がんによってどれだけ低くなるかを示す数字です。臓器ごとに大きく異なります。たとえば、がん全体の5年相対生存率は68%ですが、前立腺がんではなんと100%です。乳がんも94%、甲状腺がんでも93%と高い値になりますが、膵臓(すいぞう)がんでは9%にすぎません。「がん」と一括りにするのは間違っているのです。

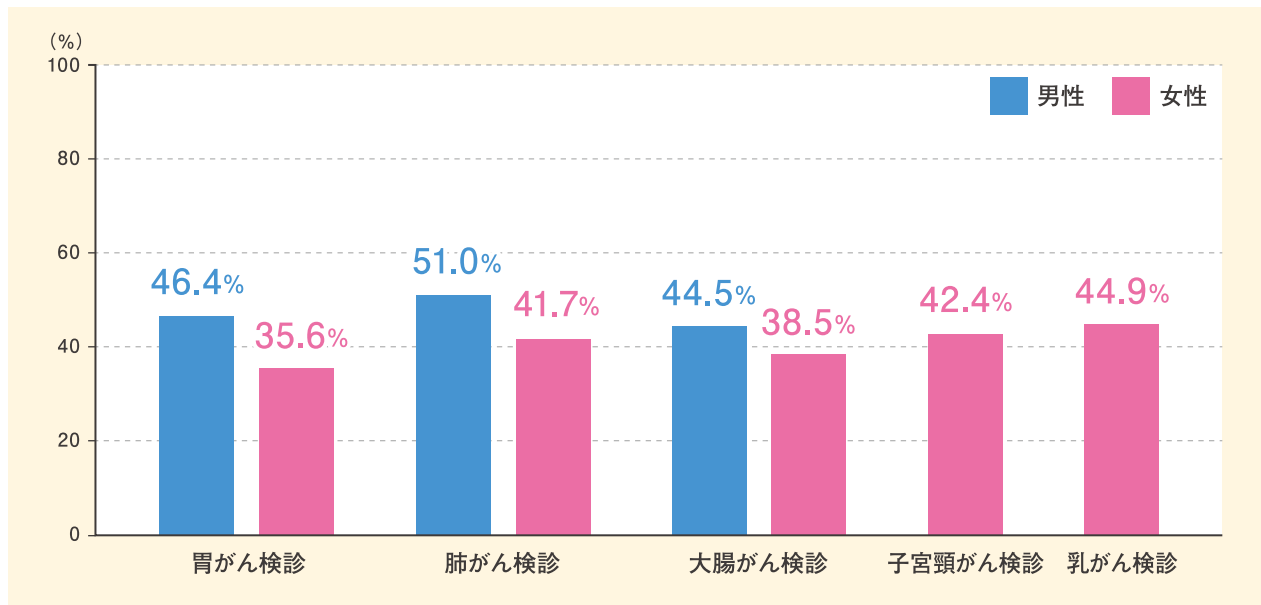
また、5年生存率は、がんの進行度によっても大きく異なります。最も早期のI期ではがん全体で92%と、ほとんどの患者が生存します。II期でも5年生存率は84%ですが、III期では54%と半分程度になります。別の臓器に転移があるようなIV期では23%と、ぐっと低くなります。がんは、できる臓器や進行度ごとに違った病気と考える必要があるのです。

今、患者数が一番多い大腸がんの場合、I期の5年生存率は99%です。そして、10年生存率も91%と5年の数字からほとんど減っていません。胃がんでも、5年、10年生存率は、それぞれ97%と90%と同様です。長期間、再発のリスクがある乳がんでも、I期の5年、10年生存率は100%と96%ですから、早期であれば5年目以降の再発リスクはほとんどないと言えます。

早期であれば、多くのがんで、95%が治る病気だと言えるでしょう。しかし、がんと診断されて1年以内の自殺率は20倍を超えます。まだまだ、「がんは死の病」というイメージがあるせいだと思います。もったいない話です。

そして、早期がんで症状が出ることはまずありませんから、絶好調でも定期的に検査を受ける必要があります。早期発見のカギはがん検診なのです。しかし、がん検診の受診率は先進国のなかで最低レベル。大きな問題です。

#### ■ がん検診の受診率



※胃がん、肺がん、乳がん、大腸がんは40歳以上、子宮頸がんは20歳以上を対象。※子宮頸がん検診と乳がん検診は、「2年に1度」の受診が推奨されているため、平成27年と平成28年の検診受診者数の合計に基づく検診受診率です。 出典:平成28年国民生活基礎調査



#### 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、放射線治療部門長等を歴任。著作には「がんのみみつ」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。