

所長の部屋



所長のひとことアドバイス

食道癌を防ぐ

[2016年7月]

今月からは癌についての話です。比較的頻度の高い癌の、主に予防や早期発見について書きます。まずは食道癌の予防から。

食道癌は顕微鏡所見から主に2種類に分けられます。日本人に多いタイプ(扁平上皮癌)と、欧米人に多いタイプ(腺癌)です。日本人タイプの食道癌は、飲酒と喫煙により頻度が増します。食道癌の発症率は、1日平均日本酒1.5合以上飲むと、飲まない人の約8倍になるそうです。この場合のエチルアルコール量は約45gで、ビール800ml、ワイン350ml、焼酎25度180mlと同程度です。食道癌に関しては、アルコールの濃い酒を飲む方が、より危険だと言われています。特に酒を飲むと赤くなる人、または以前赤くなり酒に弱かったが鍛えられた人は要注意です。このような人は、アルコールが分解される段階で生じる、発癌作用のあるアセトアルデヒドが体内に留まりやすく、より高頻度に発癌するとされています。

喫煙の方は、1日平均20本を30年間吸い続けると、食道癌の発症率は非喫煙者の約4倍になるそうです。

特に危険なのは、飲酒と喫煙の両方の習慣がある人です。食道癌の発生率は上記の飲酒・喫煙量の場合、 $8倍 + 4倍 = 12倍$ とはなりません。 $8倍 \times 4倍 = 32倍$ に近い頻度となります。男性は女性より食道癌になりやすいです。これらに当てはまる人は、生活習慣を改善するか、せめて毎年胃カメラ検査を受けて、食道癌の早期発見に努めて下さい。