

時の話題

がんの話題(3)

—14万人追跡調査—

医療法人 幸良会 シーピーシークリニック 武 元 良 整

{がん予防大規模集団研究進行中}

この多目的コホート(JPHC: Japan Public Health Center based prospective Study) 研究の目的は、日本人の大規模集団を追跡し、がん予防・その他の疾患の危険要因を明らかにすることです。ここでは、14万人追跡中の研究(文献1、2004年報告分)やJPHC study(文献2、2005-2006年4月まで報告分)から引用したがん情報の一部を紹介いたします。

研究目的: 日本人14万420人の20年間におよび長期追跡調査による多様な疾患の危険要因を明らかにします。

研究成果:

A. 追跡調査による死亡者数

10,717人が現時点で死亡(7.6%) その疾患順位は第1位がん、第2位心疾患そして第3位が脳血管疾患です。

現在、10年経過の成果を解析中。

死亡例数を図1に示します。

B. 生活習慣とがんと関連

1. 食塩・塩蔵食品摂取量と胃がんリスク

男性では食塩摂取量と胃がんリスクとの間に量的関係が見られています。

女性では否定的でした。塩蔵

魚卵など高塩分濃度食品摂取については男女とも摂取頻度の増加により、明確なリスクの増加がみられました(Br. J Cancer, 2004; 90: 128-134)。

2. 喫煙とがん全体との罹患

喫煙者のがん全体の罹患リスクは非喫煙者と比較して男性で1.64倍高い。男性の29%、女性の3%のがんは喫煙と関係している。さらに、日本のがん全体の約9万人は喫煙が原因であると推定されます(Prev. Med, 2004; 38: 516-522)。

3. 食生活パターンと胃がん

食生活パターンを伝統型、健康型そして欧米型の3つに分けると、胃がん罹患リスクは伝統型で増加します。

女性の健康型で減少しました(Int. J Cancer, 2004; 110: 435-442)。

4. 野菜・果物摂取と肺がん罹患

野菜・果物を多く摂取しても肺がん罹患

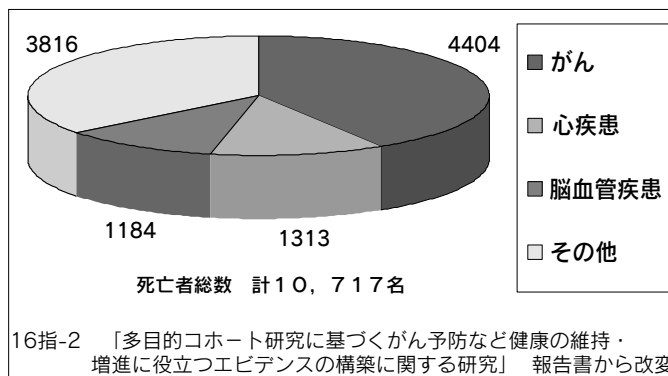


図1. コホート研究における死亡者数

時の話題

患リスクは低下しません(Cancer Causes Control, 2004; 15: 349-357)。

5. 緑茶と胃がん罹患

女性では一日 5 杯以上の緑茶飲用にて胃がんリスクは 30%低下します(Cancer Causes Control, 2004; 15: 483-491)。

6. BMIとがん全体との罹患

痩せていると、すべてのがん罹患への影響があります(Cancer Causes Control, 2004; 15: 671-680)。

7. 魚摂取と大腸がん罹患

魚摂取にて大腸がんのリスクは低下しません。

{さらに詳しく、JPHC Study とは?}

厚生労働省指定研究班（主任研究者：津金昌一郎 国立がんセンターがん予防・検診研究センター予防研究部長）において全国11カ所の保健所と国立がんセンター、国立循環器病センターなどとの共同研究として行われています。繰り返しますが、JPHC Studyは日本人大規模集団の長期追跡で、まだ最終結論までには至っていません。津金氏の著書(文献3)でも明らかなように米国におけるがんの2大原因は1.たばこ(30%)と2.食生活(30%)です。したがって、因果関係を特定しにくい食生活などに関する研究方法には大規模集団の長期疫学調査が有用と思われま

す。以下には 2005年から 2006年までのいくつかのJPHC Study研究項目を紹介します。詳しくはホームページ（リサーチ・ニュース、文献2）をご参照下さい。

1. 血中の高感度CRPと大腸がんの関係：40歳から 69歳の男女約 4 万人を、2003年12月末までのおよそ 11年半追跡したデータを用いて、血液中の高感度CRPの値とその後の大腸がんリスクの間

のような関連があるかを調べてみました。追跡期間中、375人に大腸がんが発生しました。CRP値によって4つのグループに分け、大腸がんのリスクを比べました。その結果、CRP値0.96 mg/l 以上の最も高いグループの大腸がんリスクは、0.24 mg/l 未満の最も低いグループの 1.6倍になりました。

2. 体型と前立腺がん発生の関係

3. 胃がん検診受診と胃がん死亡率との関係

4. 女性ホルモンと肺がんリスク

5. 肥満指数・身長と大腸がんリスク

2～5の内容は省略。

6. 食生活パターンと大腸がんリスク：40歳から 69歳の男女約 9 万人を対象に食事などに関するアンケート調査を実施。1990年と 1993年にアンケートし、7-10年間の追跡で野菜・果物の摂取量と大腸がん発生率（リスク）との関係を調べた結果を、専門誌で論文発表済みです(Br. J Cancer, 2005; 92: 1782-1784)。期間中に、約 9 万人中705人の方が大腸がんになりました。研究参加者を野菜・果物の摂取量によって4つのグループに分けても、発生率に差が見られませんでした。したがって、野菜・果物の摂取が少ないことは、大腸がん増加の主要な要因とはなりえないことを示しています。しかし、胃がんでは、すでに野菜・果物の摂取が胃がん予防に有用であることは明らかにされており、多くの循環器疾患予防にも有用であるため、野菜・果物の摂取は推奨される生活習慣です。

7. コーヒーと肝がんリスク(内容省略)などです。

{JPHC Study以外の報告}

その他、ネット上でも、大規模研究が報告

されています。話題として提供します。

1. 適度な運動で乳がんの死亡の危険減る (2005年 8 月 8 日)。

対象は米国の看護師約3000人。1984年から 98年に、他の臓器への転移がない乳がんと診断された人で、平均8年間追跡しました。週に 3 - 5 時間程度歩くことを余暇にしている乳がん患者は、ほとんど運動していない乳がん患者より死亡の危険が 50%も少ないということでした。

2. 昼夜交代勤務の男性は前立腺がん発生リスクが高い。(2005年 7 月 4 日)

1988年から 99年にかけて健康状態を追跡した全国約11万人のデータを利用。文部科学省の大規模疫学研究(運営委員長・玉腰暁子名古屋大助教授)の分析です。前立腺がんのリスクは 3.5倍。前立腺がん解析では、産業医大臨床疫学教室の久保達彦医師らが、がん罹患調査が行われた地域の男性労働者約 1 万6000人(40 - 79歳)を分析しました。その結果、55人に前立腺がんが新たに見つかり、統計解析した結果、交代勤務者は、日勤者に比べ前立腺がんになる危険性が 3.5倍高いと報告しています。

このようにがん関連報告を紹介してきましたが、「たばこ」の健康に対する情報が国民の間に徐々に浸透してきている事は以下の記事からも推測出来ます。

結婚するなら「非喫煙者」が良いと考える人が6割

これから結婚相手を選ぶなら「非喫煙者がいい」と考える若い人が過半数を占めることが、米系ファイザー(東京・渋谷)の調査で判明しました(プレスリリース、<http://www.pfizer.co.jp/pfizer/company/>

press/2006/2006-02-09.html)。この調査は 2006年 1 月、「日本と韓国の恋愛・結婚における喫煙意識」インターネット調査を 20代、30代の男・女計400人を対象に実施。両国において、非喫煙・喫煙の 20代と 30代の男女、各50名、計800名(日本・韓国各400名)を対象に実施しました。結婚相手として選ぶなら「非喫煙者」とした人は日本全体の 61%。韓国では全体で 77.8%ですから日本よりも韓国のほうが喫煙者に厳しい判断を下しています。

「異性の喫煙で、最も気になることは何ですか」という質問に対して、日本は「健康に対する弊害」(41.0%)、「口臭」(21.3%)、「髪や衣類へのにおい」(12.3%)がベスト3です。韓国は「健康に対する弊害」(73.0%)が圧倒的に高い結果でした。喫煙と健康の問題は韓国でしっかりと理解されているようです。日本では 2006年 4 月から禁煙治療の保険適用も始まっています。しかし、このアンケートを見る限り、若年層の日本人では禁煙に対する啓発がまだ、恒常的に必要と思われる

「がん」と「高齢化」は日常的関心事となりました。それだけに様々な形で情報が発信されますが、科学的かつ疫学的に証明されるたものを見極めて利用する事が必要です。

参考文献

1. 津金昌一郎 「16-指 2 多目的コホートに基づくがん予防など健康の維持・増進に役立つエビデンスの構築に関する研究」平成16年度報告集。(http://www.ncc.go.jp/jp/mhlw-cancer-grant/2004/list.html#04)
2. JPHC study, (http://epi.ncc.go.jp/jphc/index.html)
3. 津金昌一郎 「がんになる人 ならない人」講談社。2004年 3 月20日発行。15ページ