

たばことガン

たばことガン

市川治療室 No.104/1999.10

食道がん 毎日たばこ1箱30年、酒1合半飲むと 危険30倍・・・

上記は9月20日(月)の朝日新聞の記事の見出しです。
その内容(抜粋)は次のとおりです。

1日にたばこ1箱以上吸い、酒も1合半以上飲む人は、食道がんになる危険度が
どちらもたしなまない人の約30倍になることが、
愛知県がんセンター研究所の嶽崎敏郎主任研究者らのグループの調査で明らかになった。

酒やたばこは発ガンと関係があると見られているが、喫煙と飲酒の危険度を量に応じて
示した調査はめずらしいという。

調査は、同センター病院で食道ガンと診断された284人の患者と、
来院した他の非ガン患者44、000人を対象にした。
喫煙と飲酒の状態をアンケート形式で答えてもらい、発ガンの有無とつき合わせた。

その結果、飲酒と喫煙の両方の習慣がある人は、両方ない人の危険度を1とした場合
食道ガンになる危険度ははるかに高いことがわかった。

例えば、たばこを毎日1箱(20っ本)以上、30年間吸っていた人で酒を毎日1合半
(約300ミリリットル)以上飲んでいた場合は、29.9倍になった。
また、喫煙習慣が無くても、酒を毎日1合半以上飲む人は8.2倍になったという。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

故平山雄氏(予防ガン学研究所所長)は疫学によりタバコとガンの関係を明らかにしました。
ビタミンAやベータカロチン=ガン予防の栄養素という図式は平山氏によるところが大です。

疫学・・・人間の集団を対象として人間の健康及び異常の原因を人間・病因・環境の
三つの面から包括的に考察し、健康の増進と病気の予防を図る学問

一方、科学的にガンの発生を研究した永田親義氏(元国立ガンセンター生物物理学部部長)は
著書「ヒトのガンはなぜ生じるか・講談社ブルーバックス」で以下のように言われています。

『タバコや食物、栄養の何がヒトのガンの原因になるのか、その本体に正面から挑み、
発ガン因子として活性酸素をはじめとする各種のオキシダント(酸化物、過酸化物)に
焦点をあてながら考察を進めた』

タバコが人体に害を及ぼす最大の因子はタバコの煙に含まれている酸化窒素ラジカルです。
酸化窒素ラジカルは体内で過酸化水素と反応してヒドロキシル・ラジカルという活性酸素を作ります。

活性酸素により遺伝子・DNAが障害されると細胞が異常=ガン化します。
ですからタバコ(煙草の煙に含まれる酸化窒素ラジカル)とガンは関係があります。

ガンは遺伝子、中でもガンの発生を抑えるガン抑制遺伝子が傷つくことで発生していきます。

加藤治文氏(東京以下大学教授)は気管支に扁平上皮化成分が発見された患者(82人)を
葉酸とビタミンB12を摂取するグループとしないグループに分け1年間の追跡調査を行いました。

患者が摂取した葉酸やビタミンB12の量は各10mgと750mcgで、次のような発表をされています。

『葉酸やビタミンB12は、傷ついたガン抑制遺伝子を修復する働きがある』

杉村隆氏(ガンセンター名誉総長)らは20年程前に以下のような発表をされています。

『喫煙者の葉酸とビタミンB12の血中濃度は非喫煙者の3分の2』

「幹線道路付近に多い気管支の病気は活性酸素が原因」と言う筑波大学の研究もあります
酸化窒素ラジカルは煙草の煙のほかにディーゼル車などの排気ガスにも含まれているからでしょう。

葉酸10mgとビタミンB12、750mcgは健康な人の必要量の約100倍になります。
ビタミンB12は主にレバーや卵など動物性食品に含まれています。菜食主義の方は要注意!