

タイムタイム

No. 185

学 習

今や日本人の3人に1人はがんで亡くなっています。20数年前は「あなたは〇〇ガンです。」と医師は告げるべきかを論争しましたが、今やほとんどのガンが告知されるようになりました、が、ガンの本当を知らない人が多過ぎると言われています。

以下は中川憲一氏(東大医学部卒、同大、緩和ケア診療部々長)の「がんの練習帳」(新潮新書 4月発行)の要点抜き書きです。

検診で「ガンの疑いなし」と言われたとしても40歳も過ぎれば誰にでも体内に1日5000個のガン細胞が生まれています。

私達は凡そ60兆個の細胞から出来ていますが、その内毎日8000億もの細胞が死んでいきます。髪の毛が抜けたら、皮膚が垢になつたりして、そして死んだ細胞の数だけ新しい細胞が生まれています。よって、2、3ヶ月でカラダの細胞は全部入れ替わっているのです。だから人は皆、2、3ヶ月で生まれ変わっているのですが、そのうまれ変わる(細胞分裂する)時、細胞の設計図であるDNAのコピーミスが生じます。この突然変異のお陰で現在の我々があるのです。でなければ38億年前のバクテリアはいつまで経ってもバクテリアのままです。DNAのコピーミスは「進化の原動力」でもあるのです。ところがまれにコピーミスの結果、死なない細胞が生まれます。それが、止めどなく分裂を繰り返すのです。その代表がガン遺伝子です。一方、これを押さえる「ガン抑制遺伝子」があるのですが、これがまた突然変異の結果働かなくなると分裂を抑えきれなくなり、ガン細胞は無限に増殖を続けます。つまり、それが加齢と共に増えるから日本は世界一の長寿国になったので世界一のガン大国にもなったわけです。そこでクイズ、

Q1、ガンは、遺伝する家系がある?

A、 ほぼ×。遺伝性は5%ほど。家系より「生活習慣」が遙かに大きい。一卵双生児は全く同じDNAですが、2人が揃って同じガンになる確率は10%ほど。但し、乳ガン、卵巣ガン、大腸ガンにはやや遺伝性が認められると言われています。

Q2、歳を取るとガンになりやすい?

A、 ×。ガンは細胞の老化ですから、年齢と共に増えます。平均寿命が100歳になればほとんどの人がガンにかかるでしょう。

Q3、食べ物の焦(こ)げはガンの元?

A、 ×。焦げにはペンゾピレンという発ガン性物質が含まれてはいますが毎日どんぶり1杯の焦げを食べない限

り大丈夫。魚も肉も焦げを恐れなくて下さい。

Q4、日焼けは皮膚ガンの元?

A、 ×。日本人はメラニン色素の少ない白人と違い、「日焼け」は余り気にすることはありません。

ちなみに、ホクロはガンの前兆というものも迷信。胃のポリープもガンには結びつかない。

Q5、高価な治療法が安いより効果がある?

A、 ×。これは幻想。手術、抗ガン剤、放射線治療など、ほとんどのガンには健康保険が適用されます。実績があつて保健がきけば「安い治療でよい治療」です。

Q6、見極めればサプリメントはガン予防になる?

A、 ×。健康食品はガン患者さんの4割が使っているようですが、サプリメントがガンに有効であるというデータはありません。米国ガン研究財団は「ガン予防にサプリメントは使わないこと」と勧告しています。

05年、「アガリスクでガンが消える」と宣伝した業者が薬事法違反で摘発され、「β-カロチンがガンの予防によい」というのも、摂り過ぎはかえって肺ガンのリスクを高めるという調査結果さえ出ています。

《乳ガンについて》

特定して、「乳ガン」について抜き書きします。

乳ガンの細胞のひとつぶが1cmになるのに15年かかるのに2cmになるには2年もかかりません。だから2年に1回は検診を必要とします。早期乳ガンは2cm以下を指します。

女性にとって乳房は単なる身体の一部ではありません。切除するか否かは大きな問題です。3cm以上になると、日本の医師はすぐに切除しがります。それは日本は手術大国だからです。米国では放射線治療の専門医は凡そ5千名、それにほぼ同数の医学物理士がいて高度の放射線治療をサポートします。一方、日本は放射線治療医は約6百名、医学物理士は数十名。手術の前に抗ガン剤でガンを小さくし放射線治療で「乳房温存療法」を行えば乳房を残せることが多いのです。

日本に入る「放射線治療装置」はヨーロッパの中古品。新機種の本国での『薬事承認』が遅れに遅れるからです。放射線治療は全部で25回、1回1分、痛みはなし。患部の温度は2000度分の1しか上がりません。(以上 文責 松井)

… … … … … … … … … …

《あ と が き》 1) 当院、ミニギャラリーの故・杉並淑江さん(元、小浜市四谷)の絵画は8月より入れ替え、大作の1枚になりました。90歳を超えてからの作品で、屈託のないこだわらない筆致をご鑑賞下さい。 2) 今や、ガンについては学校でももっと教える必要がある、という意見と共に、今こそ、放射線についても学校でもっと教えるべきだ、という意見が強くなっています。前号でも書きましたが無学な放射線ノイローゼや風評被害は止めねばなりません。