

アルコール摂取と癌に関する prospective な研究

Prospective study of alcohol consumption and cancer: Pollack ES, Nomura AMY, Heilbrun LK, et al (N Engl J Med 310: 617-620, 1984)

一般にアルコール摂取は口腔、咽頭、喉頭、食道の癌の危険を増すと考えられてきた。一方、アルコールと結腸、直腸、肺の癌との関連は定説がなく、種々の意見がある。結腸・直腸癌はビールの消費と正の相関ありとするもの、ないとするもの、アルコール摂取がむしろ防御効果ありとするものなど様々である。また、アルコールと肺癌の関係を調べた研究では、あいまいな結論に終わっている。

著者らはハワイの日本人 8,006 人

で、5つの癌(胃、結腸、直腸、肺、前立腺)とアルコール消費との関連を研究した。その結果、アルコール消費と直腸癌の間に正の相関を認めた。

つまり月々ビールの消費量 15 l 以上の男性では、ビールを飲まない人に比べて、リスクが3倍増すという結果を得た。また、アルコール消費と肺癌の頻度の間には著明な正の相関を認めた。つまり大量のワインあるいはウィスキーを摂取する人々では、飲まない人に比し、危険率がそれぞれ 2.19, 2.62 倍に増していることがわかった。他の3つの癌(胃、結腸、前立腺)とアルコールとの間には有意の関連を見出せなかった。

直腸癌とビールの関連について、Potter (1982) らは、29 か国でビール消費と直腸癌死亡との間に著しい正の相関をみている。ところが平均以上のビール消費者群での2つの研

究が相反する結論を出している。

Dublin のビール工場勤務者での研究は、Dublin の全男性での直腸癌死亡率に比し著しく高い死亡率を認めたが、オランダのビール工場労働者での研究は、一般人口群以上の死亡率を示さなかった。

肺癌との関連では少なくとも2つの研究が、平均以上のアルコール摂取と肺癌の増加を報告し、多量のアルコール摂取者は、同時に多量の喫煙者であると述べている。また、多量のアルコール摂取者は、肺癌の防御因子と考えられるビタミンAの摂取が少ないとの報告もある。いずれにしてもアルコールが真に直腸と肺の癌のリスクを増大させるかどうかを決めるには、更に研究を重ねる必要がある。

(愛知県がんセンター第1内科

小林世美 抄)

Coffee Break

現代版“風が吹けば桶屋が儲かる”

筆者は昼食に日替わり弁当をとっています。これは病院外の小料理屋が弁当を作って出前をしているのですが、いちいち注文しなくても済むし待たなくてもよいので便利です。そしておかずも毎日変化するのでよいものです。中身も豊富で味も料理屋だけあってまずまずです。

値段は500円。不思議なことにこの値段は数年来据え置きなのです。この間物価はどんどん上がっているのにサービスをするものだなあと感心したり喜んだりしていました。ところが、このごろ御飯の量が少なくなったのに気がつきました。最初のころは箸を突き立てても倒れなかったのですが、次第に箸が傾くようになり明らかに少なくなってきました。

今日などは蓋を取って覗くと御飯粒の間から黒光りした底が見えるではありませんか。“木漏れ日”という言葉がありますが、“飯粒漏れ底”というのはいただけません。つまり敵は値段を上げることができないので量で加減したわけです。半分苦笑しながら食べておりましたら、フト、これは“天の配膳”ではないか

と考えました。

日本人は高度成長に伴い食生活が向上し同時に高齢化社会を迎えると共に、高血圧、心臓病、脳卒中等が増加し、これらに対する予防が癌対策とともに最重要課題であることは保健衛生の調査のとおりです。これら成人病対策として検診のほか、私生活における禁煙、適飲、運動などがあり、なかでも肥満対策は最も大切です。しかし食欲という本能と闘わなければならない dieting は誠に苦痛で長続きするものではありません。ところがここに書いた日替わり弁当は、値段が何年も据え置かれたため、知らず知らずのうちに分量が減り、カロリーが減り、いつのまにか体重が減るというように大変具合の良いものです。いささか他力本願のきらいはありますが、自発的減量に自信のない方は是非お試しください。ただ残念ながら、日替わり弁当で成人病が治ったという話は聞いたことがありません。所詮は風が吹けば桶屋が儲かる式のものではないか。

(名古屋大学第2内科 中澤 三郎)