

保健・医療・福祉の このひとつきの動き

喫煙者、糖尿病リスク高い 禁煙 10 年以上で「解消」

たばこを吸っていると、糖尿病にかかるリスクが高まる一方、禁煙を 10 年以上続ければ、リスクは吸わない人と変わらなくなる。国立国際医療研究センターなどのグループがそんな報告をまとめ、22 日付の米科学誌で報告する。禁煙による糖尿病の予防効果を大規模調査で確認したのは珍しいという。

関東などに本社のある 8 つの企業に勤める男女約 5 万 4000 人について、喫煙状況を含む健診データを提供してもらい、その後を 4 年間ほど追跡した。この間に約 2400 人が、生活習慣も原因とされる 2 型糖尿病を発症していた。

糖尿病の発症に関わる他の要因が影響しないようにして解析したところ、たばこを吸う人は吸わない人に比べ、1 日に 11~20 本の人で 36%、21 本以上の人では 50%、2 型糖尿病にかかるリスクが高かった。こうしたリスクは、禁煙をしても期間が 5 年未満だと変化はみられなかったが、10 年以上禁煙した人では、もともと吸わない人とほぼ同じだった。

たばこの煙のせいで、血中の糖を

処理するインスリンが効きにくくなったり、インスリンをつくる細胞の機能が落ちたりすることが考えられている。 (7 月 23 日付朝日新聞)

胃がん検診 50 歳以上に 引き上げへ 早ければ来春にも

市区町村が実施する胃がん検診の対象年齢が 40 歳以上から 50 歳以上に引き上げられる見通しになった。バリウムを飲む X 線検査に加え、内視鏡検査を導入し、検診間隔も 1 年に 1 回から 2 年に 1 回になる。厚生労働省の専門家検討会で 30 日、了承された。検討会に提出された報告書案では、40 代の胃がんの罹患率が 1990 年に比べ、半減していることなどが示された。

国立がん研究センターが 4 月に公表したガイドラインは、胃がんの内視鏡検査の対象は 50 歳以上がのぞましく、受ける間隔は「2~3 年に 1 回とすることが可能」としており、X 線検査も、50 歳以上に引き上げて問題ないとの意見でまとまった。

また、40 歳以上の女性に行われている乳がん検診は、これまで推奨してきた乳房を見て触る視触診を

「任意」とし、マンモグラフィー(乳房 X 線撮影)だけでもよい、とした。従来は国の指針で併用が推奨されてきたが、2012 年度は約 3 割の自治体が集団検診で視触診をしていなかったという。医師の視触診の技量に差があることや、マンモグラフィーだけでも 40~74 歳で死亡率が 25% 減少するという研究結果なども踏まえて判断した。

胃がん、乳がんともに指針を改定したうえで、早ければ来春の検診から導入される。

(7 月 30 日付朝日新聞)

男性の大腸がん最多に 胃がんを上回る

国立がん研究センターは 3 日、国が指定する「がん診療連携拠点病院」(409 施設)の 2013 年の診療実績を公表した。同年に拠点病院でがんと診断された症例数は 62 万 9491 例(国内のがん全症例の約 70%)。男性の部位別症例数では、2007 年の集計開始以来、大腸がんが初めて胃がんを抜き、最多となった。

2013 年のがん症例数は高齢化の進行などで増加し、前年から約 3 万 9000 例増えた。最多は大腸がん(9 万 1530 例)で、胃がん(7 万 5265 例)、肺がん(7 万 3017 例)と続いた。

男女別では、男性は大腸がん(5 万 4601 例)、胃がん(5 万 2807 例)、前立腺がん(5 万 257 例)、肺がん(5 万 255 例)の順。女性は乳がん(6 万 4552 例)が最多で、大腸がん(3 万 6929 例)、肺がん(2 万 2762 例)、胃がん(2 万 2458 例)と続いた。

(8 月 4 日付読売新聞)

子ども自殺、9 月 1 日最多 長期休み明けに集中

18 歳以下の自殺人数を日付別に

分析したところ、9月1日が突出して多く、夏休みなど長期休暇が明けた時期に集中していることが内閣府の調査でわかった。増加傾向がみられる8月下旬から9月上旬を前に、文部科学省は今年4日、児童・生徒への見守りを強化するなど重点的な対応を求める通知を全国の都道府県教育委員会に出した。

1972～2013年の42年間に自殺した子どもの総数1万8048人を日付別に合計した。多かった順に9月1日(131人)、4月11日(99人)、4月8日(95人)、9月2日(94人)、8月31日(92人)と続いた。7月下旬から8月上旬は40人以下の日が多いが、8月20日以降は連日50人を超えていた。夏休みや春休みなどの終わりが近づくと自殺者が増える傾向が浮かび上がった。

内閣府は「環境が大きく変わり、プレッシャーや精神的動揺が生じやすいと考えられる」と指摘。長期休業の期間に合わせて、児童・生徒の見守りを強化したり、相談に応じたりすることが効果的だと提言した。

内閣府によると、大学生も含めた学生・生徒の自殺数は14年の1年間に866人で、このところ減少傾向にある。大学生が428人を占め、専修学校生など109人、高校生213人、中学生99人、小学生17人。原因別では、小中学生は「家族からのしつけ・叱責」「学校の友人との不和」が目立ち、高校生になると「学業不振」「進路に関する悩み」が増える。(8月12日付朝日新聞)

AED全国地図がネットで公開 救命率向上へ

日本救急医療財団は、全国約23万台のAED(自動体外式除細動器)の設置場所を地図上に示した「全国AEDマップ」をウェブサイト

(<https://www.qqzaidanmap.jp>)に公開した。住所や施設名を入力して検索すると、周辺にあるAEDの場所がわかる。

これまで財団は、メーカーを通じて入手した設置先の施設名や住所などの文字情報しか公開していなかった。特定の地域や敷地内の設置先の地図を公開している自治体や企業はあるが、救命率の向上をめざして全国版のマップを作成した。

地図上では、情報の正確さや装置の更新時期を踏まえて、精度の高い順に青・黄・赤の3色のピンで設置先が表示される。現在はまだほとんどが赤。AEDの設置者に情報提供を求め、精度を高めていくという。

(8月12日付朝日新聞)

肝硬変支援対象拡大へ 「中等度」まで障害者手帳

肝硬変の患者への身体障害者手帳の交付について、厚生労働省の有識者検討会は、「最重症」の患者に限っている現行の認定基準を見直し、「重症・中等度」も対象に含める方針を決めた。腹水などの症状が出て治療による改善が難しく、生活にも支障がある「非代償性肝硬変」の患者全般が対象になる。早ければ2016年度から実施する。

同手帳が交付されると、医療費助成や居宅介護、就労支援などの福祉サービスのほか、公共交通機関の運賃割引などが受けられる。肝硬変で同手帳が交付されているのは2013年度末で6787人だが、見直しで3万人超に増える見込み。

現在は、3段階で病状が最も重い「最重症」の患者だけが交付対象。このうち約7割が3年以内に死亡しており、「亡くなる直前にしか認定が受けられない」と、患者団体が基準の見直しを求めている。新たに対

象となる「重症・中等度」の患者も、半数以上が3年以内に死亡するか、「最重症」へ移行するなど、症状が悪化しやすい。

(8月13日付読売新聞)

奥歯すべて失うと 動脈硬化リスク倍

奥歯をすべて失った高齢者は、全部ある高齢者に比べて動脈硬化になるリスクが約2倍に高まることから、厚生労働省研究班(研究代表者＝前田芳信・大阪大歯学部付属病院)の調査でわかった。研究班は「奥歯がない人は、かみにくい緑黄色野菜などの摂取量が減るためではないか」としている。

研究班は、大阪大や東京都健康長寿医療センターなどの研究者らで構成。高齢者の歯と健康との関係を明らかにするため、2010年から各地の70～100歳以上の2300人を追跡調査している。

今回、兵庫県内の70代の男女約500人について上下左右に4本ずつ計16本の奥歯の状態と動脈硬化との関係を調べた。奥歯が全部ある265人で動脈硬化が見つかった割合は約4割だったのに対し、すべて失った121人では約6割だった。喫煙や歯周病などの要因を除外したうえで比較したところ、奥歯がない人は、ある人に比べて1.87倍、動脈硬化になりやすいとの結果が出た。

一方、食事状況を尋ねた別の調査では、奥歯がすべてない人は、ある人より緑黄色野菜と魚介類の摂取量がそれぞれ15%と12%少なかった。これらは動脈硬化の原因となる血液中の活性酸素や脂質を除去する成分を豊富に含んでいる。

(8月13日付読売新聞)