The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	「激増する肺癌」 : その有効な予防と対策
Author(s)	藤田, 昌英
Citation	癌と人. 1998, 25, p. 16-19
Version Type	VoR
URL	https://hdl.handle.net/11094/23777
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

「激増する肺癌」
――その有効な予防と対策――

藤田昌英*

一次予防

一次予防とは，その病気の原因を突き止め，原因を取り除いてその病気にかからないようにすることで，最も確実な予防法と言えます。

肺癌の原因は何でしょうか。その謎解きは85％以上できました。

戦後日本の経済成長に伴う生活習慣の変化に原因がありました。

終戦直後の貧しい時代には，国民病と恐れられていた胃癌に比べると肺癌は稀な病気でした。興味あることに，戦時中欠乏していたタバコの消費本数が，経済成長と共にうなぎのぼりに増えましたが，それから約20年ずれて肺癌による死亡が激増しています。この事はタバコが肺癌と密接な関係であることを明示しています。

元国立がんセンターの平山雄先生は全国の保健所と共同し，40歳以上の26万人の成人を追跡調査した結果，タバコが肺癌の主原因であることを突きとめました。喫煙本数に比例して肺癌死亡率は高くなっており，１日25本以上を20年吸った人は，吸わない人に比べて７倍にもなっていました（図１）。さらに煙の通り道にあたる喉頭の癌は何と90倍の死亡比になっており，食道癌や膀胱癌その他の癌を加えた全部位の癌でみると，タバコが原因で死亡する割合が３分の１に達すると言われています。また，吸いはじめる年齢が低いほど肺癌にかかりやすい事もわかっています。困ったことにタバコの害は副流煙を通じ吸わない人にも及ぶ事です。ヘビースモーカーの妻の肺がん死亡率は２倍にもなると言われています。

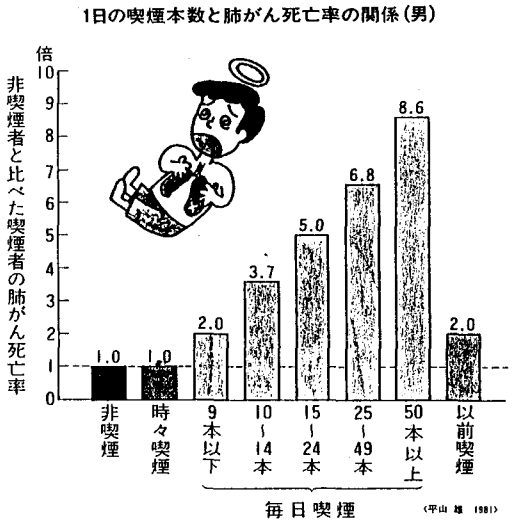

図１

日本男性における戦後の肺癌死亡の増加比は世界第１位，女性もアメリカ，カナダに次いで３位と嬉しくない結果になっています。一方，この危険性は禁煙することで低くなることも示しています。しかし，予防は出来るだけ若いうちに禁煙することが何よりです。もう一方の積極的予防としては，発がんの主原因の１つとされる活性酸素の影響を抑制する働きをするβカロチンやビタミンなどを豊富に含む緑黄色野菜や果物をよく食べることが重要です。平山雄先生の説く「ニコチン止めてカロチンとろう」に尽きます。

最近アメリカの政府報告書「禁煙による健康

＊㈶大阪癌研究会監事　蒼龍会 井上病院 副院長

改善効果」では，「禁煙は健康上に大きくかつ即効的な利益があり，長生きをもたらすこと。また，禁煙によって肺癌はじめ多くのがん，虚血性心疾患や慢性肺疾患，脳卒中のリスクは時とともに減少する。」と結論し，クリントン大統領は煙草を一種の「麻薬」と認定し，公共の場での罰則を伴う喫煙規制処置を打ち出しています。わが国でも最近男性の癌死第一位になった恐ろしい肺癌は，アメリカではその原因の85％がタバコと結論し，政府も率先し徹底した禁煙運動が展開され，最近目にみえて肺癌死が減少しています。禁煙の効用ははきっりしているのです。

驚くべき報告があります。英国の医師を喫煙し続ける群と吸わない群に分け40年間追跡したところ，70才に達したとき吸わない人は80％が生存しているのに対し，１日25本以上吸い続けた人は50％しか生存していなかったのです。しかし大切なことは，この生存率の差以上に，生活の質がどうかと言うことです。吸わない人は多分70才にしてなお健やかな生活を楽しんでいるのに対し，喫煙者の多くは動脈硬化，高血圧，脳梗寒や心筋梗寒などの循環器系の病気を患っていたり，慢性気管支炎，気管支拡張症や肺気腫等の呼吸器の病気，さらに癌を患い病院通いに明け暮れ，満足な社会生活ができていないのではないかと想像されます。

多くの方が一度は「タバコをやめよう」と考えたことがあるでしょう。しかし簡単にはタバコが辞められないのはニコチンに依存性があるためです。私どもは患者さんだけでなく「できれば断煙したい」と願う一般市民を支援する公開の「禁煙教室」を毎月第２土曜日午後に無料で開催していますが，もう何人もの方が禁煙に成功され好評です。そこでは，まず禁煙の動機づけとなるタバコの害とやめた後の効果についてスライドを使いわかり易く説明します。（図２）。

煙は本人が吸い込む主流煙と，周囲の非喫煙

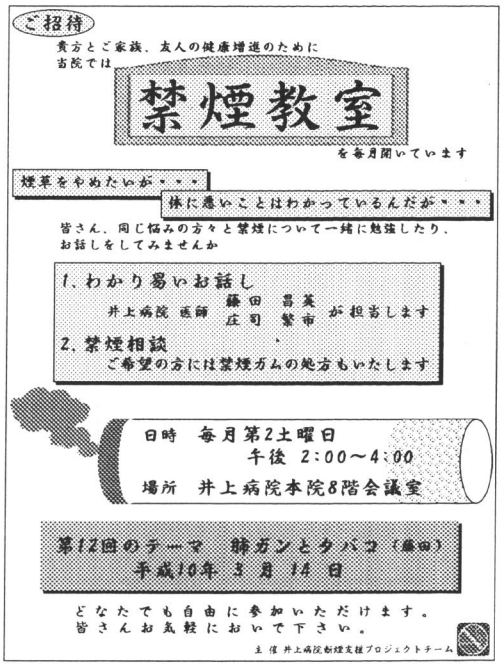

図２

者が一方的に吸わされる副流煙に分けられますが，厄介なのは副流煙の方が数倍も有害物質の濃度が高い事です。タバコの煙には沢山の有害物質が含まれていますが，中でも恐ろしいのがニコチン，一酸化炭素，発癌物質の３種です。ニコチンは肺から体内に入ると直ちに全身の細い血管を収縮させるため，脳や心筋など大切な細胞の酸欠状態を起こさせます。一酸化炭素は赤血球のヘモグロビンに酸素の200倍以上も結合しやすいため，全身に酸素を運搬するのを妨げやはり重要臓器の酸欠を招きます。発癌物質はベンツピレンほか多数含まれており，肺癌，喉頭癌，食道癌などの有力な原因であることが判ってきました。

次に禁煙教室では各人の「喫煙指数」と「タバコ依存度」をお聞きし，血中に一酸化炭素がどれ程蓄積しているかを測る簡単な息吹き検査をします。そして皆さんから禁煙苦労話などをうかがいながら，禁煙の実行に入る手順を整えます。禁煙成功には決意が第一ですが，依存度

の高い人には禁断症状を出さずにタバコをやめられる補助剤，「ニコチンガム」をその場で処方いたします。

二次予防

二次予防とは，何ら症状もなく健康だと思っている人から病気を早期に発見し100％近く治せる時期に治療して，その病気では死亡しないようにすることで，有効な検診がそれに相当します。

肺癌はその発生部位によって２種類に分けられます。体の中心部に近い太い気管支までに発生したものを肺門部癌，より末梢の肺に発生したものを肺部癌と呼んでいます。

肺癌に特有の症状はあるのでしょうか。残念ながら他の癌同様にかなり進行する迄症状がないのが普通ですが，中には早くから血痰がでる肺門部癌や，咳や胸痛で見つかる特殊型（小細胞癌）もあります。肺癌はその組織型が多彩ですが，その種類別に頻度をみますと，腺癌が約４割をしめ，扁平上皮癌が４割弱程度，小細胞癌が15％程度で他に大細胞癌が７％となっています。また，その性格の違いから，極めて手術成績の悪い小細胞癌とそれ以外をまとめた非小細胞癌とに大別する方法もあります。

肺癌の診断は一般に胸部エックス線検査で行われますが，喀痰のある人にはその細胞診で，さらに精密検査にはCT検査や気管支ファイバースコープ検査などが行われます。

ところで肺癌が大変恐れられる理由は，診断された時には既にかなり進んでいることが多く，その治療成績が極めて悪い為です。今から30年ほど前（私が医者になりたての頃）には，「がん」の半分は胃癌で，しかも診断されたら死を意味し，恐れられていました。ところが今はどうでしょうか。早期診断法が確立して，検診も普及し早期に見つけさえすれば治療で根治できるので，全例に胃癌と告知できるまでになりました。肺癌は今，30年前の胃癌と同じ状況

図３

にあります。身近な所でも皆さんの記憶に「ついこの間まで元気だったあの人が急に肺癌で亡くなった」事例はおありと存じます。

現在行われている肺癌の標準検診法は厚生省が昭和62年から老人保健事業計画に採用したもので，胸部Ｘ線撮影を40歳以上の人に年１回行い，さらに50歳以上で喫煙指数（１日の喫煙本数×年数）が600以上などの肺癌高危険群の人に３日間の喀痰細胞診も行うものです。精度の高いある癌センターの検診成績では，症状が有って発見された群の５年生存率13.7％より検診発見群は32.4％と改善をみています。しかし，最近増加してきている肺部の腺癌では，早期になるほど写真上では陰影は淡く早期発見は悲観的と分かってきました。

ところで，医療機器の進歩には目を見張るものがあります。肺癌の早期発見にも高速ヘリカル（螺旋）CTが有望だと判ってきました。以前から熱心に肺癌検診を進めていた「東京から

肺がんをなくす会」が最近このCTを会員に応用した成績では，これまでよりはるかに高率に肺癌を見つけましたが，うち90％は小さな早期癌であり，大いに注目されています。その中には今まで単純胸部X線検査で異常なし，とされていた人に見つかった淡い1cm位の腺癌も含まれていました。

最近当院に設置された高速ヘリカルCTでは人体を一定速度で移動させながら管球が毎秒1回転ずつ連続的に回転しつつ撮影をしますので，たった1回15秒間の息止めで，肺全体のCT写真約30枚ができます。私どもも，胸部ヘリカルCT検査を採用した魅力ある**「肺癌ドック」**を始めています（図3）。最近の胃癌のように，肺癌も近い将来治癒が望める癌となることを切望しながら‥‥