



Title	大腸癌予防のための疫学的臨床試験
Author(s)	石川, 秀樹
Citation	癌と人. 1998, 25, p. 43-44
Version Type	VoR
URL	https://hdl.handle.net/11094/23871
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

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

The University of Osaka

大腸癌予防のための疫学的臨床試験

石 川 秀 樹*

私たちは大腸癌を予防するための疫学的臨床試験を4年前の1993年6月より開始しております。本研究は参加募集期間4年、試験期間4年の合計8年にわたる長期間の試験ではありますが、やっと昨年の9月で参加者の募集が完了することができました。ここでは私たちの試験の実際をご紹介します。

対象となる方は大腸癌高危険群と考えられている多発性大腸腺腫患者です。受診した週により、対象の方を無作為に2群に分け、1群には食事指導（Ⅰ法）を、もう1群には食事指導と小麦ふすまビスケットの投与（Ⅱ法）を行います。参加目標数は各群100名、全体で200名です。

参加呼びかけ開始から4年4ヶ月目の1997年9月に目標参加者数に到達しました。これまでにいろいろなことがありました。特に大きな出来事として、阪神・淡路大震災がありました。幸いにも研究参加者に地震で死亡された人はいませんが、家の無くなられた方は数人おられました。小麦ふすまのビスケットは家と一緒になくなってしまいましたので、小麦ふすまを被災地に苦勞して送ったりしました。また、会社員の方が多いため、転勤や出張の対応については苦勞をしました。一番遠い人はベトナムに出張されましたが、家族の方が来院し、郵送することにより出張を乗り切りました。転勤では東京や島根などに転勤された方もおられますが、全員が診察日や検査日は大阪にまで来られて継続されています。

Ⅰ群で1年目に食事指導をやめたいと言われた方が1人、Ⅱ群で3ヶ月目と2年9ヶ月目に

小麦ふすまビスケットをやめたいと言われた方がそれぞれ1人おられました。また、Ⅱ群では2年目に虫垂周囲膿瘍の手術後中止された方が1人おられます。研究の中止にはならない程度の大きな病気になられた方では狭心症にてカテーテル手術を受けられた方、潰瘍性大腸炎の発症された方、早期胃癌による胃切除を受けられた方、悪性リンパ腫を発症された方などがおられました。

食事指導のみの方は食事調査や検査にあわせて3から9ヶ月ごとに来院し、食事指導と小麦ふすまビスケット投与の方はビスケットの摂取状況の把握とビスケットの郵送のために3ヶ月ごと来院してもらっています。来院予定日に受診されない人には、その日のうちに私が直接会社か自宅に電話をして受診勧告を行い、次の受診日を決めています。これまでに受診予定日に未受診で、その後連絡が途絶えた方は一人もおられません。受診日に来られない患者に電話をかけて受診を勧めることは、私にとって大変なストレスですが、これをしないと、間違いなく中途脱落例が増加しますので、とても重要なことと考えて、頑張っています。また、事務員ではなく私が電話をすることも、脱落例をなくすためには重要と考えています。連絡がつくまで何度も電話をすることが私の仕事の中で、結構大きな割合を占めています。いろいろな事情で電話が止められていたり、訳があつて急に引越をされた方などがおられますと、本当に苦勞をします。働き盛りの男性が多く、仕事は忙しいにも関わらず、皆さん来てくださいますこ

* 大阪府立成人病センター研究所第10部 平成8年度研究助成金交付者

とを、本当に感謝しています。

食事指導は総摂取エネルギーに対して脂肪の占める割合が18%から22%になるように指導することを中心にしています。まず、参加時点で月曜から水曜までの平日連続3日間の食事内容をすべて記入し、木曜日に来院してもらいます。男性の方が多いため、基本的には配偶者の方にも同伴で来院するように説明しています。職域検診の方が多いため、職場の食堂の料理内容も、情報の得られるところは食堂の方から聞いております。小麦ふすまビスケットは私たちと、江崎グリコ株式会社、堀井薬品工業株式会社との共同研究にて開発した小麦ふすまを30%含有したビスケットです。ビスケットは1日25g摂取

するように説明しています。

食事指導は、小麦ふすまビスケット、便検査や特殊検査などはすべて研究費で賄っていますが、試験に参加してもしなくても必要と考えられる内視鏡検査と、年に1回の一般採血検査、診察費用は保険診療にて行っています。しかし、研究に参加されている方には、通常なら必要な診察や内視鏡検査などの費用も研究費でまかなえるようになれば、さらにこのような疫学的臨床試験は行いやすくなるのではないかと思います。参加された方が、研究に参加して良かったと思えるような研究を企画することが重要だと考えています。

ガン予防の十二か条

日常生活で実行してみましょう。

- ① いろどり豊かな食卓にして、バランスのとれた栄養をとる。
- ② ワンパターンではありませんか。毎日、変化のある食生活を。
- ③ おいしい物も適量に、食べ過ぎは避け、脂肪をひかえめに。
- ④ 健康的に飲みましょう。お酒はほどほどに。
- ⑤ たばこを少なくする。新しく吸い始めることのないように。
- ⑥ 緑黄色野菜をたっぷり。食べ物から適量のビタミンと繊維質のものを多くとる。
- ⑦ 胃や食道をいたわって、塩辛いものは少なめに、あまり熱いものは冷ましてから。
- ⑧ 突然変異を引きおこします。焦げた部分は避ける。
- ⑨ 食べる前にチェックして、かびの生えたものに注意。
- ⑩ 太陽はいたずらものです。日光に当たり過ぎない。
- ⑪ いい汗流しましょう。適度にスポーツする。
- ⑫ 気分もさわやか。からだを清潔にする。

——国立がんセンター提唱——