

# 健康メモ

## 急増しつつある大腸癌

広島市西区医師会理事  
久保田内科クリニック院長 久保田茂夫



人類が地球上に出現して数千万年といわれますが、何千という世代を経て多くの人種が

この星で生活を営んでいます。近未来の経済大国にはおびただし数の人間がひしめており、今後も人口増加は極めて重要な課題といえます。数千年前に中国での統一王朝の皇帝も不老長寿の薬を強く求めた様に現在でも世界では裕福な経済大国では（先進国ではない）自然の摂理である死を怖がり、健康であり続けようという強迫観念に取り付かれて、フィ

ットネス、ジョギング、サプリメントなど隆盛を極めているのが現状です。本当に健康にとって何が良いかはある程度時間が必要で、逆に数万人の超高齢者の生活習慣を調べるのが最も良い方法かも知れません。高齢者は金喰い虫とだけはいえない様に思えます。

戦後、我が国も超スピードで経済大国になり生活習慣も米国に追い付き日常生活でも車の利用が急増し、動物性脂肪の摂取が増え、生活習慣病である高血圧、糖尿、脂質異常などが原因となる動脈硬化性疾患の増加は米国を追い越すのも目前となっています。遅ればせながら我が国も動脈硬化性疾患、癌などの危険因子であるタバコに対して既に様々な政策で減煙効果を上げつつあります。続いてメタバオという概念を提唱し肥満者を減少させ、それによって動脈硬化性疾患を減少させようとしています。高齢者もいずれは何かの病気で亡くなり介護の費用も増大するのは確実と思われれます。

高齢者は別として死因の第一位は癌で

テクノロジーの進歩により早期診断と治療が可能となり、イノベーションにより抗癌剤の開発も相まって治療成績も上がってきています。広島県医師会事業の一つである腫瘍統計では生活習慣の変化で大腸癌が急増しています。診断、治療は進歩していますが、大腸癌は一般的に宿主要因（遺伝、炎症性腸疾患）よりも環境要因が強いものとされており、WHOの報告では危険因子としては肥満、そして次に肉食、動物性脂肪の順で、予防因子としては運動、次に果物、野菜、食物繊維、大豆、魚の摂取の順でした。周りにも酒も、煙草も、まず、フィットネスへ通つても肥り、糖は高い、血圧は高いなど世の中不公平と思われる方も少なからず居られますが

要因はどのにもならないものですから自分で可能なことは進んで行い、来るべきこの世とのお別れまでのカウントダウンをしてはいかがですか。



広島市医師会

www.city.hiroshima.med.or.jp