

〈第13回〉 胃ガンは、塩分が影響する

日本プライマリ・ケア学会 広報委員長
医師

板東 浩

フィジカルタフネス



志摩 与作課長は、先日の新年会で、学生時代の友人たちと一緒に飲む機会がありました。久しぶりに会った仲間は、人生の財産だと感じます。腹を割って本音で語りあうことができたのです。

その中で、仲がよかった友人の一人が「英雄」君。かつて高い理想を目指して頑張っていました。胃ガンの手術を受けたというのです。それは大変だったな、と詳しく話を聞くことになりました。

志摩 どうして、胃ガンになんかなったんだい？

英雄 そうだな、医者話によると、原因の1つは、僕の好きな辛くて刺激のある食べ物らしいんだ。塩分が粘膜を傷つけて、ガンを起こすらしい。

志摩 そうか、ほかには？

英雄 うーん。それはストレスだな。40歳代になってから管理職にもなり、上司と部下との板挟みになってしまったというワケ。わかるだろう？

志摩 確かに。だいたい、昔ならトップダウンで、部下はきちんと動いてくれていたよ。でも、最近の若い者は、義務を果たさないのに、権利ばかりを主張する。もう、やってられないよ。

英雄 同感だ。そんなことでイライラして胃が痛くて、医者から胃潰瘍と言われた時期もあったんだ。そのとき調べると、ピロリ菌とかいう悪さをするものも胃の中に住みついていたみたいなんだ。

志摩 そうなのか、君は高い理想を持ちすぎて、ムリしちゃったんだな。そもそも、お父さんがナポレオンのことを大好きで、英雄という名前をつけて、君も尊敬していたんだよな。

英雄 そうだ。ところで、ナポレオンの死因が病気だったのを知っているかい？

志摩 いや、ヒ素による毒殺説もあったような。

英雄 まあ、それもあるが、最近のニュースで、お腹に大きなシコリがあって、胃ガンだったらしい。ナポレオンの父や姉妹二人も胃ガンで、遺伝的にも素質があったそうだよ。

志摩 それなら、君もナポレオンも同じかな。「英雄、色を好む」ではなく、「英雄、塩を好む」ということか。

解説

日本人で3大死因とは、ガン、心疾患、脳血管障害を意味しています。ガンによって、毎年30万人以上の人が、命を落としているのです。

それでは、図をご覧ください。ガンによる死亡者数がこれほど増えてきていますね。ガンの内訳をみると、肺ガンと大腸ガンが大きく増加し、一方、胃ガンは毎年約5万人とほぼ横ばいです。

世界の中で胃ガンは日本人に特に多く、都道府県別には青森や秋田などの北国で高い死亡率がみられます。それは、漬け物や梅干しなどによる塩分の摂取が影響しています。ナポレオンの場合でも戦争中は、保存食である塩漬けの食べ物しか摂れなかったためと考えられます。

しかし、現在では胃ガンが見つかって、早期治療できる医療技術があり、怖がることはありません。山の遠くを見るように、先見の明がポイントになります。

(図) 主要死因別死亡者数

