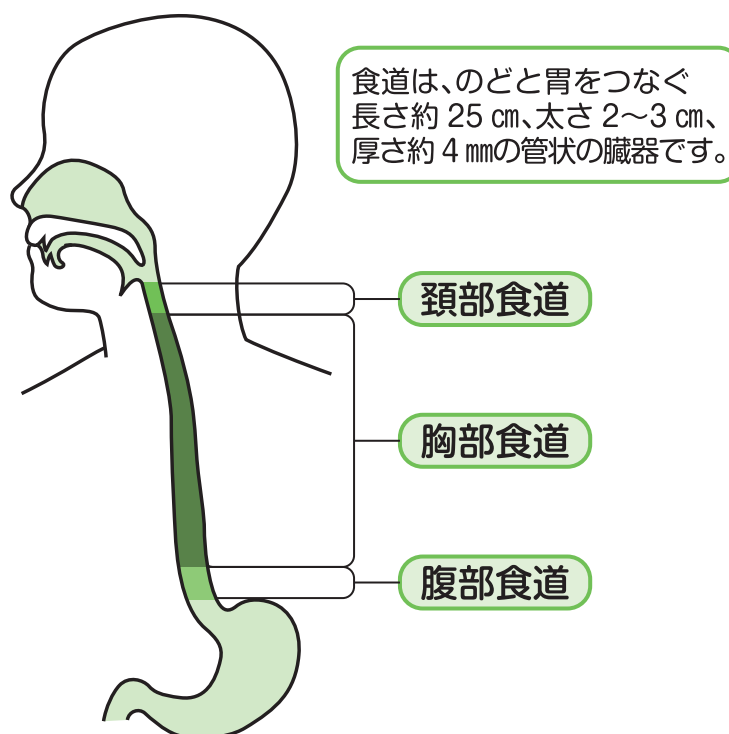


食道がんとアルコール

アルコール飲料は
発がんに関わる物質です！

食道がんの発生部位



飲酒は、食道がんの原因！

食道がん（扁平上皮がん）の直接の原因は不明ですが、わが国では、年間 23,000 人が罹患し、約 12,000 人が亡くなられています。

そのうち約 8 割が男性で、喫煙と飲酒が大きく関わっています。

世界保健機関(WHO)は、「飲酒は、食道がんの原因！」と断言しています。

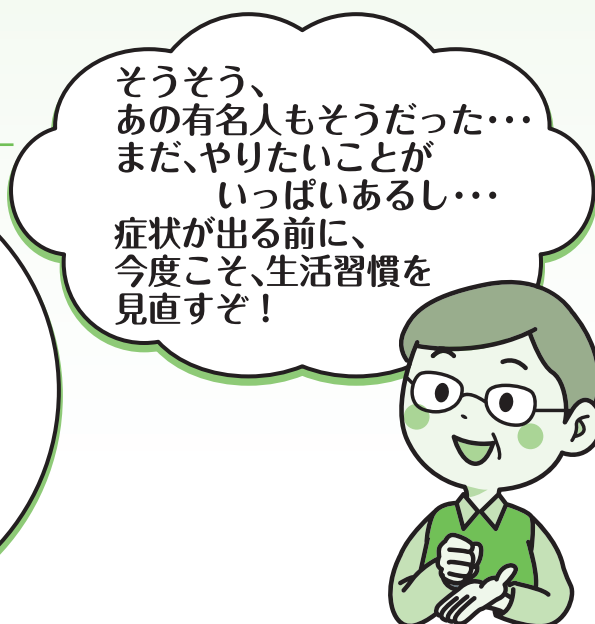
日本人の食道がんは、約半数が胸の中の食道中央付近から発生し、次いで 1/4 が食道の下部に発生します。日本では食道がんの 90% 以上が扁平上皮がんです。

食道がんの症状

- 食べ物を飲み込んだときに胸の奥が痛む
- 熱い物を飲み込んだときにしみる
- 食道で食べ物がつかえる
- 体重が減少する
- 胸や背中が痛む
- むせるようなせきや血の混じった痰が出る
- 声がかすれる



このような場合は、早めに専門医に相談しましょう！
早めの検査や治療が生命や生活に大きく関わります。



酒を飲んで赤くなる人、 昔、酒を飲み始めた頃に赤くなった人は、 要注意!



アルコールが食道がんの発生に関わる理由

酒が弱い体質なのに、習慣的に酒を飲み続け「酒のみ」になった人は、食道がんになりやすいという研究結果が発表されました。酒を飲むとアルコールは肝臓でアセトアルデヒドと言う物質に代謝され、それを酵素が分解し、最終的には水と炭酸ガスになります。

酒が弱い人は、このアセトアルデヒドを分解する酵素の働きが弱く、アセトアルデヒドが体内に蓄積されて、食道がんなどのがんを発生させる原因になるらしいとするものです。

(国立病院機構 久里浜医療センター 横山顕ら)

アルコールと食道がん発生の危険率

(日本酒を飲まない人を1とした場合、1日の飲酒量との関係)

1日飲酒量 (日本酒)	飲酒で顔が赤くなる人 (アセトアルデヒドが体内に蓄積しやすい人)	飲酒で顔が赤くならない人 (アセトアルデヒドが体内に蓄積しにくい人)
1合	6倍	1倍
2合	5.4倍	6倍
3合	7.7倍	11倍

- お酒に強い人(飲酒で顔が赤くならない人)も、飲まない人に比べると食道がんの危険率は高く、喫煙が加わるとさらに危険率は高くなります。
- アセトアルデヒドは、飲酒後に体内でエタノールの中間代謝産物として生成され、悪酔いや二日酔いの原因となります。発がん性があり、食道がんの他、すい臓がん、口腔がん、咽頭がん、大腸がん等の発生頻度も高くなることが知られています。

節度ある適度な飲酒とは

- 1日当たり、純アルコールで20gまで！
 - ・日本酒なら1合程度
 - ・ビールなら中ビン(500ml)1本
 - ・チューハイなら(350ml)1缶
 - ・焼酎ならコップ半分(100ml)
 - ・ウイスキーならダブル1杯(60ml)
 - ・ワインなら小グラス2杯(200ml)
- 少量の飲酒で顔面が紅潮するなどのアルコール代謝の低い人、女性、65歳以上の中高年は、より少量に！

がん予防のために 生活を見直しましょう！

- 節度ある適度な飲酒を！
- 飲まない人、飲めない人は、無理に飲まない、勧めない！
- アルコール依存症者の人は、断酒のために専門機関で相談を！
- タバコはやめましょう！
- 新鮮な緑黄野菜や果物をとりましょう！

ご相談は、お気軽に！ かかりつけ医、又は、下記まで

- | | |
|----------------------------|------------------|
| ・三重県立総合医療センター 地域連携室 かけはし | TEL 059-347-3519 |
| ・市立四日市病院 地域連携・医療相談センターサルビア | TEL 059-354-1111 |
| ・四日市羽津医療センター 地域連携室 すずらん | TEL 059-331-6003 |
| ・かすみがうらクリニック | TEL 059-332-2277 |
| ・四日市市保健所 保健予防課 | TEL 059-352-0596 |