

# 健康だより

2006.2 NO.89

企画発行 仙台市医師会  
後援 仙台市医療センター

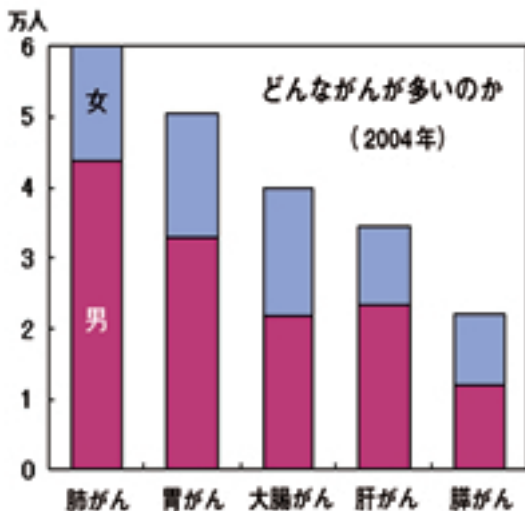


## 肺がんの話

JR仙台病院内科・健康管理センター長 佐藤 研

## 増え続ける肺がん

日本ではがんで亡くなる患者さんが年間32万人もいます。これは死亡原因の約31%を占めていて、断然トップです(ちなみに2番目は心臓病で約16%)。さて、皆さんはがんのうちで最も多いのが「肺がん」であることをご存知ですか。肺がんで命を落とす国民は年間約6万人。交通事故死が年間6千人ですから、なんとその10倍。深刻さは予想以上なのです。これは、日本のどこかで毎日140人以上が肺がんで亡くなっている勘定です。しかも、このところ肺がんは全国で毎年約3千人ずつ増え続けており、増加率でも他のがんに大きく差をつけています。また、人口10万人あたりの死亡率で表すと47.5ですから、これを100万都市仙台に当てはめてみると、市民475人が肺がんで命を落とすことになり(数字は2004年のもの)。



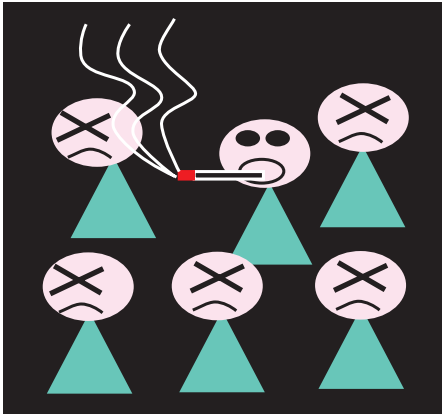
## たばこと肺がん

しかし、肺がんが死亡原因のトップになったのは1998年と、ごく最近のことです。男性の喫煙率がピークに達したのが1965年ですから、20~30年遅れで出現した結果なのです。一步先を行くアメリカでは、男性のたばこのみの割合が20年ほど前から減る傾向にあり、最近になってようやく肺がん患者の数も頭打ちから減少に転じてきました。このように、肺がんを減らすには数十年先を見据えて、息長く禁煙運動に取り組むことが大切です。

## 受動喫煙とは？

自分ではたばこを吸わないのに、他人の煙を吸わされてしまうのが受動喫煙です。最近では新幹線でも禁煙車のほうから予約が埋まっていくそうですが、実はたばこのみも禁煙車を予約することが多いと聞きました。それも、喫煙車のすぐ隣の禁煙車両を選ぶといえます。なぜかというと、座るのは空気のきれいな禁煙車、たばこが吸いたくなれば隣の喫煙車というわけです。ずいぶん身勝手とは思いますが、本人が吸うたばこの煙よりも他人のたばこの煙に有害物質がより多く含まれているのですから、理にかなった方法ではありません。

一酸化炭素やほこりの量を測ってみると確かに喫煙車の空気は汚れています。では、どのくらい有害な物質が体



のなかに入るのでしょうか。そこで、発がん物質の代わりにニコチンの体内への取り込みを調べてみました。6畳ほどの部屋に6人のボランティアに入ってもらいます。そのうち1人にたばこを吸ってもらい、残り5人には煙を我慢してもらいました。すると、吸わない人でも2時間後の尿にはニコチンが5.8倍も増加していたのです。これは、同時に吸い込む発がん物質に計算しなすと、約10倍の取り込みに当たります。最近発表されたアメリカの報告では受動喫煙の害はさらに深刻で、たばこの煙にさらされた小学生では、発がん物質の吸収が実に98倍にも達したということでした。この子供たちの将来が本当に心配です。

### なぜ肺がんになるの？

どうして、たばこの煙を吸うと肺がんになりやすいのでしょうか。たばこの煙には4000種類の化学物質が含まれ

ており、そのうち200種類以上は人体に有害な物質といわれています。代表的なものはタールとニコチンですが、がんを起こす物質（発がん物質）はタールに含まれています。ちなみに、毎日たばこ1箱を吸ったとすると、1年間でコップ1杯、12年間では一升瓶1本分のタールが体に入る勘定になるそうです。



たばこを吸わない人の肺

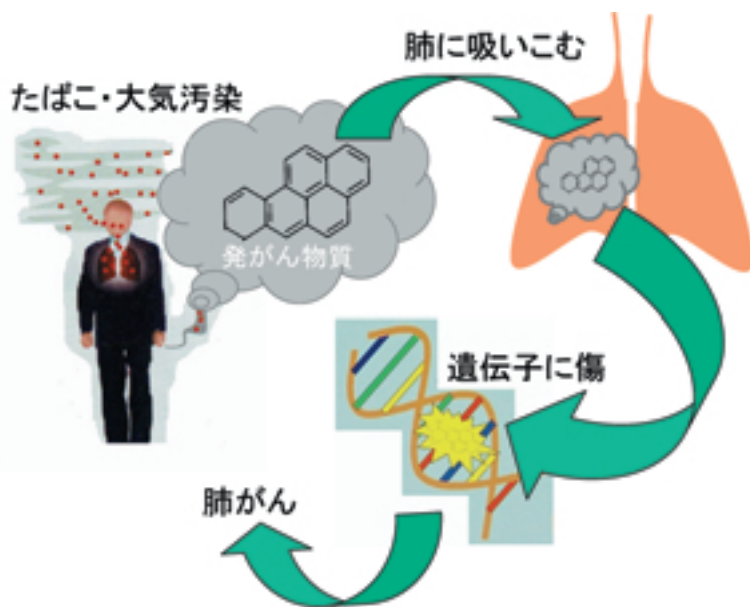


たばこの煙で汚れた肺

### タールががんを引き起こす理由

イギリスでは煙突掃除夫に陰嚢（いんのう）がんが多いこと、その原因として煙突内の作業で陰嚢にタールが付着しがちなことが18世紀すでに報告されていました。また、100年前には日本の医師がウサギの耳にタールを塗り続けてがんを作ること成功しました。科学が進歩した現在、タール中の発がん物質が細胞の遺伝子に傷をつけると、がんを引き起こされることが明らかになったのです。

では、どんな遺伝子に傷がつくとが



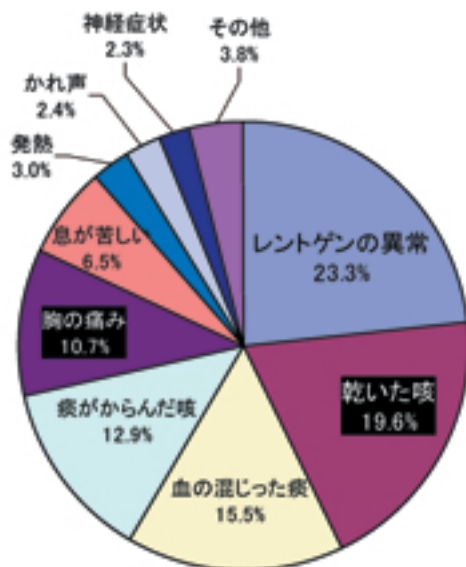
んになるのでしょうか。主なものは三つです。まず「がん化を進める」遺伝子。ふだん、細胞の殖え方は上手にコントロールされていますが、この遺伝子に傷がつくと細胞は異常なスピードで殖えていきます。自動車でいえばアクセルの故障に当たるもので、スピードが上がればなしになって暴走するわけです。二つ目は「がんを抑え込む」遺伝子。この遺伝子に傷がつくのは車のブレーキが故障したのと同じで、細胞ががんになるのを止められなくなります。最後は「修理をする」遺伝子。他の遺伝子についての傷をなおす働きをするものですから、ブレーキやアクセルの故障を修理してくれる修理屋さんがないようなものです。故障したままの車では、やはり事故になりますね。



### 肺がんの診断は？

肺がんになると、どんな症状があるのでしょうか。じつは、胸のレントゲン写真を撮ってみて初めて肺がんが疑われる、つまり何の症状もないままに見つかる場合も多いのです。ほかに、咳や痰、血痰、胸の痛み、呼吸苦、発熱などの症状もありますが、肺がんに特徴的なものではなく、風邪や肺炎などと区別するのは難しいものです。肺

がんがかなり進行すると、「声がでない」、「神経症状がある」、「肩が痛い」、「首にしこりがある」などの症状が出ることもあります。

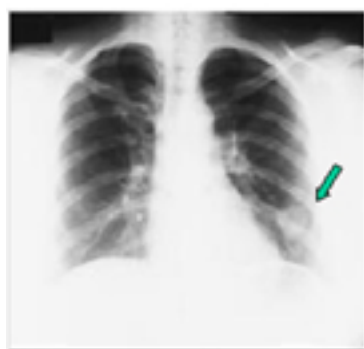


肺がんが見つかるきっかけ

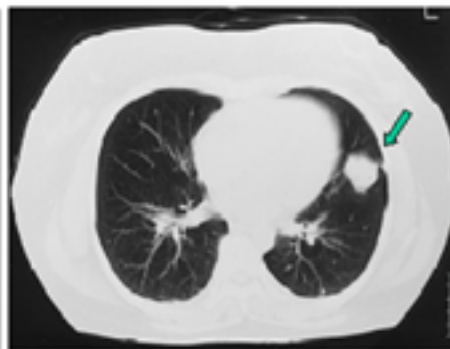
従って、何か症状がでてからお医者さんに行くのでは手遅れになるかもしれません。肺がんでは 早期発見・早期治療 が特に大切なのです。そのためには、職場の健康診断や人間ドック、市町村の結核検診などの機会を利用し、まず年に一回は胸の

レントゲン写真を撮るようにしましょう。ふだん診察を受けている「かかりつけ医」で撮ってもらうのもよいことです。しかし、肺のレントゲン写真には心臓や太い血管、あばら骨なども一緒に写るので、肺がんをレントゲン写真だけで見つけるのはなかなか難しいこともあります。あなたがたばこを吸うのであれば、「肺のCTスキャン」(肺を輪切りに写すレントゲン写真)や「痰の細胞診」(溜めた痰から顕微鏡でがん細胞を見つける検査)を自主的に受けることをぜひお勧めします。

肺がんが疑われた場合には入院して、さまざまな精密検査を受けることになりますが、最近ではCTスキャンのほか、MRI、PETなどといった画像診断の技術が進歩して、苦しくない検査も多くなりました。そのほか、よく行われるのは、(ちょっと苦しい検査ですが)「気管支鏡」です。これは、空気の通る管(気管支)からカメラを入れて、肺の中を覗いたり細胞を採ってきたりする検査で、最も確実に肺がんを診断することができます。また、

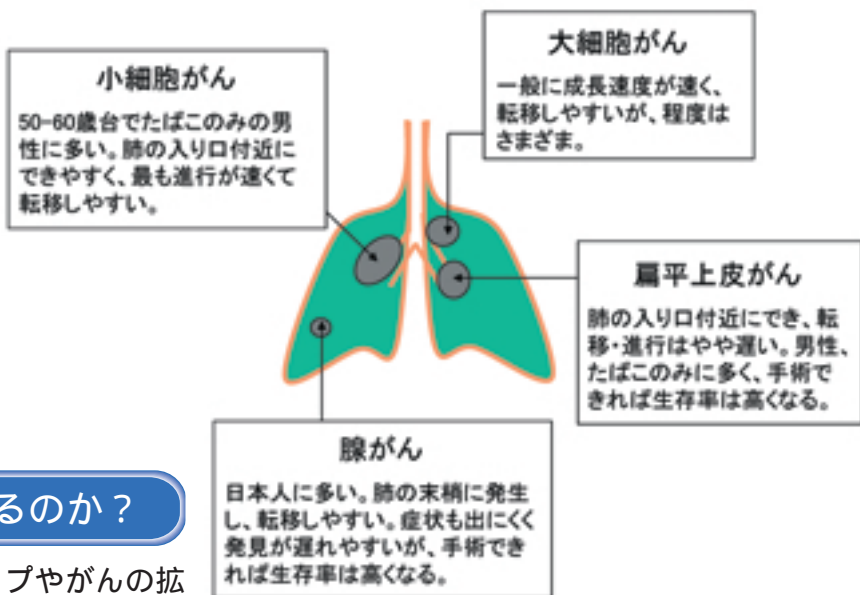


レントゲン写真



CTスキャン

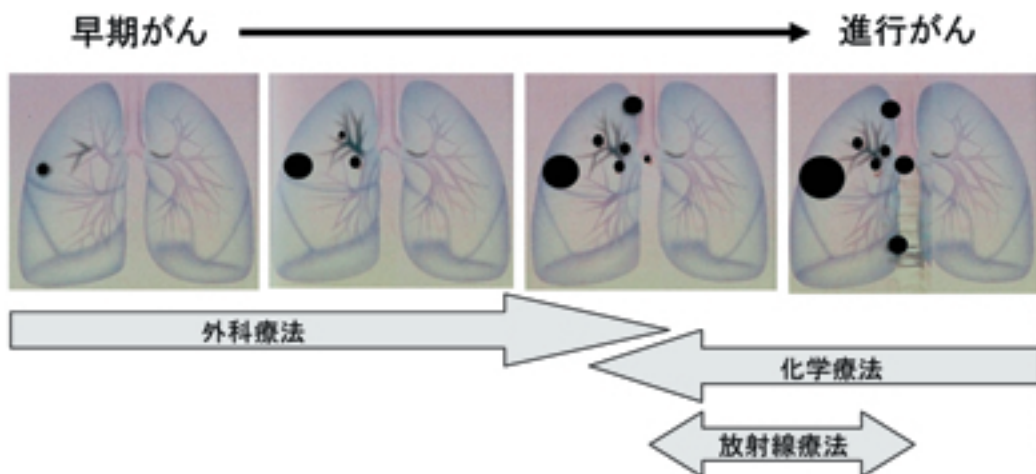
この検査では、どんなタイプの肺がんか、どの範囲までがんが広がっているか、などについても知ることができます。主な肺がんのタイプとおおよその特徴は右のとおりです。



**どんな治療をするのか？**

実際には肺がんのタイプやがんの拡がり具合、患者さんの一般状態など、さまざまな条件を考えて治療の方法が決定されます。残念ながら、現在の医学では薬（抗がん剤）で内科的に肺がんを治す「化学療法」の効果は十分ではありません。そこで、一般的には手術で肺がんを切りとる「外科療法」を優先します。その意味でも、手術ができるうちに肺がんを見つける 早期発見 はとても重要なことなのです。早期のごく小さながんでは、肺を切らず

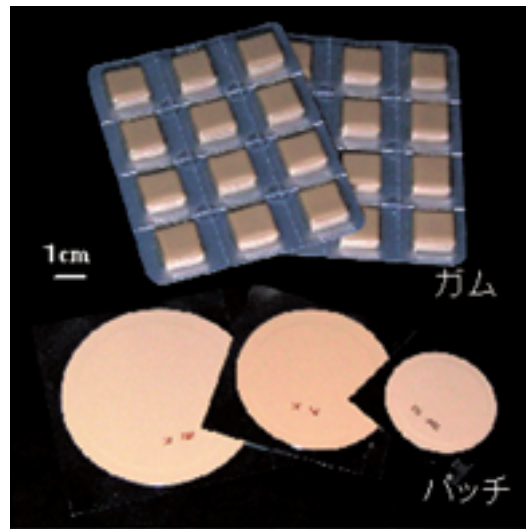
にレーザー治療で治す場合もあります。また、肺がん放射線をあてて治療する「放射線療法」も行われています。さらに、いくつかの治療法を組み合わせることにより、肺がんを治療したり、症状を軽くして生活の質を高めたりする場合があります。肺がんの進み具合とそれぞれに対する治療法を、おおよその図に表してみました。



## 肺がんの予防と禁煙外来

男性では70%前後がたばこを吸わなければ肺がんにならなかつたろうと考えられています。たばこは吸い始めないことが第一ですが、吸っていたら禁煙することが大切です。禁煙すれば、その時点から肺がんにかかる危険が少なくなることも証明されています。たばこの本数を減らしたり軽いたばこに切り替えたりしても解決にはなりません。1本を根元まで吸ったり、煙をより深く肺に吸い込んだりしがちだからです。また、軽いたばこでは、かえって本数が増えるばかりです。

最近では、禁煙したい人々の手助けをする「禁煙外来」が各地にできています。右の漫画をご覧ください。そこでは、たばこと病気の関わりについて詳しく説明したり、禁煙にまつわる本人の悩みを聴いたり、適切な禁煙の方法を助言したりします。薬として禁煙ガムや禁煙パッチ（貼り薬）を処方することもあります。ことし4月からは医療保険も使えるようになるので、禁煙を志す方は一度相談されるとよいでしょう。



禁煙を助けてくれる薬



休日テレホンサービス

022・223・6161

〔休日／7:00～16:00〕

宮城県休日・夜間診療案内  
(仙台市内)

022・216・9960  
FAX兼用

〔FAXは休日／24時間〕  
〔音声案内は診療時間の  
3時間前から〕

初期救急医療機関案内電話番号

022・234・5099

〔平日／19:00～翌朝7:00〕  
〔土曜／14:00～翌朝7:00〕  
〔休日／9:00～翌朝7:00〕

日曜日・祝日				
内科・小児科			産婦人科	在宅当番医
東部休日診療所	広南休日 内科・小児科診療所	泉地区 休日診療所	仙台産婦人科医会	内科 ・ 小児科 ・ 整形外科
022・291・5566 宮城野区東仙台四丁目1-1	022・248・5858 太白区長町4-3-33	022・373・9197 泉区泉中央2-24-1(イズミテ121北側)	022・252・0100 宮城野区鶴ヶ谷5-22-1(仙台オーブ病院内)	
診療時間 9:00～17:00	診療時間 9:00～17:00	診療時間 9:00～16:00	診療時間 9:00～16:00	

日曜日・祝日・夜間・土曜日午後								
急患センター 022・266・6561			北部急患診療所 022・301・6611					
若林区舟丁64-12			青葉区堤町1-1-2 エムズ北仙台2階					
●診療科目・時間			●診療科目・時間					
	診療科目	内 科	小 児 科	外 科	診療科目	内 科	小 児 科	外 科
	診療時間							
平日	19:15～23:00	○	○	○	平日	月～木曜	○	○
	23:00～翌朝7:00	○	○			金 曜	○	○
土曜	14:45～18:00	○	○	○	土曜	14:45～23:00	○	○
	18:00～23:00	○	○	○	日曜 祝日	09:45～17:00	○	○
	23:00～翌朝7:00	○	○			18:00～23:00	○	○
日曜・祝日	09:45～17:00	○	○	○				
	18:00～23:00	○	○	○				
	23:00～翌朝7:00	○	○					

KEIRIN



競輪補助事業完了のお知らせ

この度平成17年度の競輪の補助金を受けて、下記の事業を完了いたしました。

記

事業名 平成17年度生活習慣病の基礎的研究機器の整備補助事業  
事業の内容 乳房用X線撮影装置 一式  
補助金額 5,250,000円  
実施場所 宮城県仙台市宮城野区安養寺三丁目7番5号  
完了年月日 平成17年8月31日

社団法人 宮城県医師会 会長 師 研也

