

## 食道がんとは

食道は口と胃をつなぐ管状の臓器で、胸部の中心に位置します（図1）。食べ物・飲み物を胃まで運ぶ働きをします。

食道がんは全がんの約2.6%を占める比較的まれながんです。しかし年間約2万5千人が食道がんになり、約1万1千人が食道がんによって亡くなっています（図2）。また、食道がんの患者数は特に男性で増加を続けているため、まだまだ予防が必要です。

食道がんの男女比は約5：1で男性に多いがんです。高齢者に多いがんで、50代から年齢とともに食道がんのリスクが高まります。

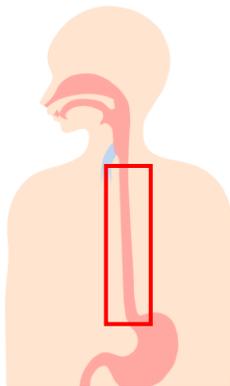


図1 食道の位置

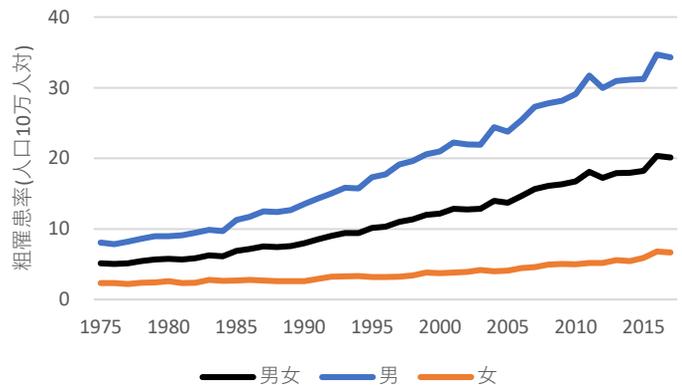


図2 食道がん罹患率の年次推移  
国立がん研究センター がん情報・統計より

## 食道がんの原因

これまでに行われた研究で、様々なものが食道がんの原因として挙げられました。それぞれの研究結果について愛知県がんセンターや国立がん研究センターなど、がんの専門家による検討を行い、確からしさの程度を評価しました。日本では**喫煙・飲酒・熱い飲食物**が食道がんの原因として確実であるとされています。

海外では人種の違いや生活環境の違いから、リスク因子が違う可能性があります。海外でも同様に専門家による検討と分類が行われ、喫煙・飲酒・肥満・放射線が食道がんの原因として確実であるとされています。

表1 日本での食道がんの原因

	リスク要因	予防要因
確実である	喫煙・飲酒・ 熱い飲食物	—
ほぼ確実である	—	野菜果物
可能性がある	—	—

表2 海外での食道がんの原因

	リスク要因	予防要因
確実である	喫煙・飲酒・ 肥満・放射線	—
ほぼ確実である	マテ茶	—
可能性がある	加工肉・塩漬野菜・ 熱い飲み物・ ゴム工場勤務	運動・ 野菜果物

私たちはメタ解析という方法で、日本人を対象にした研究を統合して解析しました。その結果、日本人では食道がんのリスクが喫煙によって3.01倍、飲酒によって3.30倍になることが明らかになりました。

## 飲酒と喫煙の組合せで食道がんのリスクが高くなる

飲酒と喫煙はそれぞれ食道がんのリスクです。両者が合わさることでお互いにリスクを高め合うのではないかとわれていましたが、長らく証明されていませんでした。そこで、日本で行われた8つの大規模コホート研究に参加した約16万人のデータを解析し、**飲酒と喫煙が食道がんのリスクを高め合う**ことを示しました。この結果から、男性の食道がんの約80%は飲酒または喫煙が原因で発生していると推測されます。また、**お酒を止めることで約60%、たばこを止めることで約50%の食道がんが予防できる**ことがわかりました。つまり、**お酒またはたばこの両方を止めるのが難しくても、片方だけでも止めればそれなりに効果が期待できる**と思われま

研究の詳細はこちら



(当院ホームページ) もご覧ください

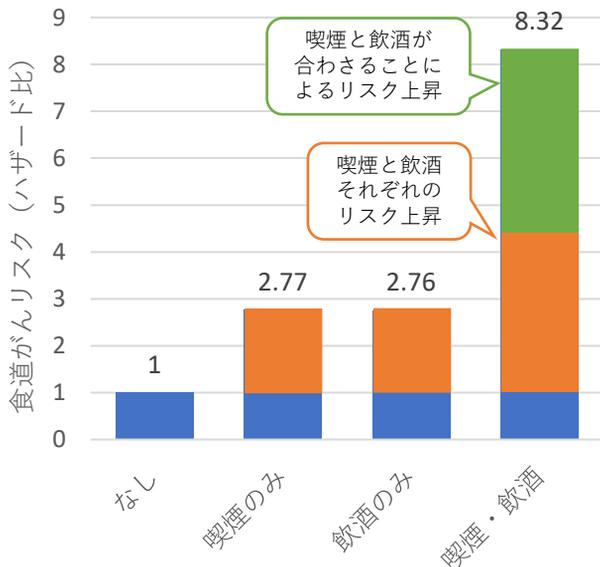


図2 喫煙・飲酒と食道がんのリスク

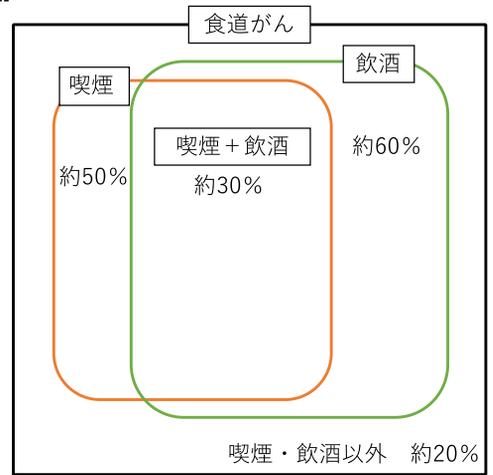
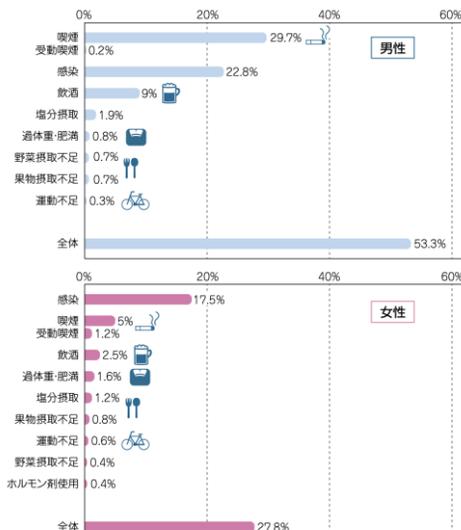


図3 原因別食道がんの割合

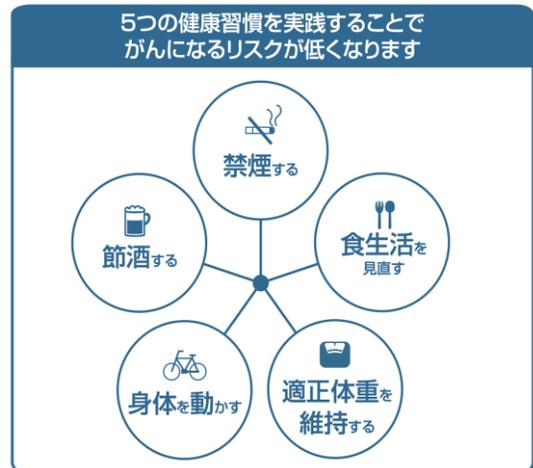
たばこだけで約50%、飲酒だけで約60%の食道がんが発生しています。約30%は喫煙と飲酒のどちらか片方だけではがんにならなかったと考えられます。

## その他のがんの原因と予防法

がんは食道がんだけではなく、その他のがんも含めた予防のために、「禁煙」「節酒」「食生活」「運動」「適正体重」が大切であることが、これまでに行われた研究を通してわかってきました。この機会に、ご自身の生活を一度見直してみたいはいかがでしょうか。



がん予防の詳しい情報はこちら



※国立がん研究センター社会と健康研究センター予防研究グループ 科学的根拠に基づく発がん性・がん予防効果の評価とがん予防ガイドライン提言に関する研究 [https://epi.ncc.go.jp/can\\_prev/](https://epi.ncc.go.jp/can_prev/)