



けんこう 処方箋

北海道対がん協会長 加藤 元嗣



「国民の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで死亡する時代」——。聞いたことがあるフレーズと思いますが、最新データで日本では年間約38万人のがんで亡くなっています。死因別では第2位の心疾患を引き離して独走状態です。しかし今や、がんは「不治の病」ではありません。世界保健機関（WHO）は「がんの約40%は予防できる」としています。

では、どのようにすれば予防できるのでしょうか。がん予防は一次、二次、三次予防の三つに大別されます。みなさん自身で予防に取り組んでいただくには、一次予防と二次予防がとても重要です。

一次予防はがんの原因をなくす「根本的な予防法」です。感染症が原因で起こるがん、例えば、胃がんに対してはピロリ菌の除菌治療、子宮頸がんにはヒトパピローマウイルス（HPV）のワクチン接種、肝臓がんには肝炎ウイルス対策が、それぞれ一次予防に相当します。喫煙が関与する肺がん、食道がんなどは禁煙が大切です。最近では生活習慣病とがんの関連も明らかになりつつあり、生活習慣病を予防するのものがんの一次予防につながります。

二次予防は、いわゆる「早期発見

イラスト・佐藤博美

・早期治療」です。小さな早期がんの段階で見つけて適切に治療することでがん死亡を防ぎます。社会の中でがん検診の受診率向上を実現する必要があります。ただし一次予防のように、がんの発症率自体は下げられません。現在、国が推奨するがん検診は、胃がん、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がんの五つです。

三次予防は、がんになった人の再発を予防するもので、がんを外科的

がんの40%は予防できる

に切除した後、抗がん剤の投与などをします。

私たち、北海道対がん協会は、日本で最初の「対がん協会」として、1929（昭和4）年に設立されました。「がんや生活習慣病に関する正しい知識の普及啓発」「検（健）診事業」「がんに関する調査・研究事業」を3本柱として、がん対策に取り組んでいます。10月20日には「第53回がん予防道民大会」を稚内市で

開催します。オンライン参加もできます。このコラムでも、がん予防を中心に話を進めていきたいと思います。

◇

かとう・もとつぐ 1957年美唄市生まれ。82年北海道大学医学部卒業。北海道大学病院准教授・光学医療診療部長、国立病院機構函館病院長などを歴任。22年4月北海道対がん協会長。