

食道がんのリスクを高めるもの



がんから
身を守る

食道 がん

監修／荒木葉子（荒木労働衛生コンサルタント事務所所長・医学博士）

最大の原因は多量飲酒×喫煙！

食道がんは、男性の発症リスクが女性の5倍以上！
飲酒や喫煙習慣のある人は罹患する確率が高いので、特に注意が必要です。

食道がんの罹患率・死亡率は、男女ともに40歳代以降に増加し始めます。特に男性は加齢とともに急増し、発症リスクは女性の5倍以上となります。

日本人の食道がんの約90%は、食道の内面を覆っている粘膜の表面から発生する「扁平上皮がん」です。その最大のリスク要因は「多量飲酒」と「喫煙」で、相乗的に作用してリスクを何倍にも高めます。その他の原因として「熱い飲食物」や「辛味の強い料理」が挙げられます。

また、欧米人に多い食道の腺細胞に発生する「腺がん」は、胃酸等が食道に逆流して炎症を引き起こす「逆流性食道炎」や「肥満」

がリスク要因とされています。

食べ物を飲み込んだときに胸の奥がチクチク痛む、熱いものを飲み込むと吐き出す、食べ物が食道でつかえるといった症状が食道がんの初期のころには見られます。症状があれば放置せず、速やかに医療機関を受診しましょう。早期の発見であれば、治療する確率も格段に高まります。

また、厚生労働省研究班の調査で、男性では野菜や果物の摂取量が多いほど食道がんの発症リスクが低いことがわかってきました。バランスのよい食事を意識するとともに、適正飲酒、禁煙に努め、食道がんにならない生活を心がけましょう。