

日本は2人に1人ががんになる「がん大国」ですが、「糖尿病大国」でもあります。厚生労働省の調査によると、糖尿病の推定患者数は約950万人、予備軍を含めると2000万人を超えます。糖尿病が疑われる人の約4割は、ほとんど治療を受けたことがない点が大きな問題です。

糖尿病は視力や腎機能の低

がん社会 を診る

中川 恵一

下、手足のしびれをはじめとするさまざまな合併症を引き起こします。2010年に米国で、糖尿病はがん発症とも関連があるとの報告書が公表されました。日本でも日本糖尿病学会と日本癌（がん）学会による「糖尿病と癌に関する合同委員会」が実施した調査が昨年報告され、糖尿病があるのがんの発症リスクが高

糖尿病と密接に関係

まることが確認されました。合同委員会の報告書によると、35歳以上の男性15万5000人、女性18万1000人を平均10年間追跡したところ、男性約2万人、女性約1万3000人が、がんを発症しました。この人たちを対象に、糖尿病の有無と発がん率との関係を分析すると、糖尿病の人はそうでない人より、がん全体のリスクが2割高くなっていました。膵臓（すいぞう）がんや肝臓がんでは約2倍、大腸がんは1.4倍でした。一方、乳がんや前立腺がんでは発症と糖尿病との間に関連はみられませんでした。肥満などが原因で糖尿病に



イラスト・中村 久美

なると、血糖値を下げるために膵臓から分泌されるホルモンである「インスリン」の血中濃度が高まります。インスリンには、がん細胞の増殖を促す作用があるため、糖尿病患者では発がんリスクが高まると考えられています。

糖尿病に限らず、肥満や運動不足は「高インスリン血症」の原因となり、がんのリスクが高くなります。喫煙や過度の飲酒は、糖尿病とがんの双方のリスク因子となりますから要注意です。

食生活の欧米化が進んだ結果、男性を中心に肥満者が増えており、がんの増加の一因になっている可能性があります。普段から、質・量ともに健康的な食事を取り、定期的な運動を心がけることが大切です。若い頃の体重を維持すれば、糖尿病とがんの両方の病気を防ぐことができます。そして糖尿病と診断された場合は、糖尿病の治療だけでなく、がん検診も定期的に受ける必要があるといえるでしょう。

（東京大学病院准教授）