

国立がん研究センターは、住民調査などをもとに、日本人のがんの原因として、どんな要素がどれくらいを占めているかを推計しています。

男性の場合、たばこの影響が非常に大きく、がん罹患の29・7%、がん死亡の34・4%が喫煙によるものです。(女性には、がん罹患の5%、がん死亡の6・2%)。

たばこがこの世からなくなれば、男性のがんの3割が消滅することになります。

たばこのパッケージにある警告文のうち、がんに関連するのは、「喫煙は、あなたにとって肺がんの原因の一つとなります」だけです。ほぼすべてのがんを増やします。

また、「あなたが、がんに

がん社会 を診る

中川 恵一



イラスト・中村 久美

の19・4%です。たばこの影響をはるかに上回ります。

胃がんの原因の98%を占めるピロリ菌、約8割の肝臓がんの原因となる肝炎ウイルス、性交渉により感染し、子宮頸がんの原因のほぼ100%、中咽頭がんでも6割程度を占めるヒトパピローマウイルスが重要です。

三番目に大きいのが「過度

・7%ほど。女性でも罹患、死亡ともに、0・4%を占めるだけです。運動不足も男性はがん罹患が0・3%、がん死亡が0・2%、女性もそれぞれ0・6%、0・4%とわずかです。

気になる肥満もがん罹患、がん死亡に寄与する割合はそれぞれ男性で0・8%と0・5%、女性でも1・6%と1・1%程度。塩分もがんの原因の1・2%にすぎません。

意外にも、食事や運動などは、がんの予防上、思ったほどのウエイトは持ちません。細菌やウイルス感染の有無を知って適切に対処をし、禁煙と節酒に心掛けることがまずは大事なのです

(東京大学病院准教授)

細菌・ウイルス高いリスク

なる」だけでなく、周りの人

煙によるものです。

にもがんを増やすのが、たば

次に、男性ではがん罹患の

この最大の問題です。女性は

22・8%、がん死亡の23・2

パートナーからの影響が無視

%が細菌やウイルスによる感

できず、がん罹患の1・2%、

染が原因です。女性では、が

がん死亡の1・6%が受動喫

ん罹患の17・5%、がん死亡

ん罹患、がん死亡の原因の0