

飲み会と食道がんリスク

がん社会 を診る

中川 恵一

7割近くまで改善しています
が、食道がんでは5割にとど
まります。

胃や腸とちがって、食道に
は臓器の外側をおおう漿（し
よつ）膜がないため、早い時
期からリンパ節に転移しやす
く、大動脈などまわりの臓器
にも広がるりやすいためで
す。

お酒は食道がんの他、のど
や口のがん、大腸がん、肝臓
がん、乳がんなども増やしま
す。

とくに注意が必要なのが、
お酒を飲むと顔が赤くなる人
（フラッシュャー）です。この

タイプが飲み続けると、食道
がんのリスクが非常に高くな
ります。エタノールが分解さ
れてできるアセトアルデヒド
には強い発がん性がありま
す。このアセトアルデヒドを
分解する酵素の働きが弱いタ
イプが日本人の半分弱を占め
ます。なお、フラッシュャーや
全く飲めない下戸は、中国の
東北地方、朝鮮半島、日本列
島くらいにしか見られませ
ん。

新型コロナウイルスが感染
法上の5類に移行してから、
初めての年末を迎えていま
す。久しぶりに仲間と鍋をつ
つきながら、お酒を酌み交わ
した方も多いことと思いま
す。しかし、アルコールや熱
い食べ物や食道がんを増やし
ますので、注意が必要です。

食道がんは、酒飲みの私も
心配しているがんの一つで
す。国内では年間約2万3千
人が罹患（りかん）し、1万
2千人ほどが命を落としま
す。がん全体の5年生存率は

スクは全く飲まない人の50倍
にもなります。

食道がんやのどのがんは、
赤くなるかどうかで、飲酒に
よる発がんリスクが左右され
ます。しかし、同じ飲酒がリ
スクを高める大腸がんや肝臓
がんでは、赤くなるかどうか
はあまり重要ではないとされ
ています。

アセトアルデヒドは口内細
菌によってアルコールから産
生されることもあるとされ、
飲酒後の唾液内濃度は血中濃
度の10倍以上に上昇します。
フラッシュャーの場合はさらに
濃度が高まるため、食道がん
やのどのがんのリスクが増加
するものと思われれます。

たばこの煙にもアセトアル
デヒドが含まれるため、「飲
酒+喫煙」は最悪の組み合わせ
せと言えます。

熱い食べ物や濃い酒も食道
粘膜にダメージを与えるた
め、食道がんを増やします。
お酒はほどほどにして、歯磨
きを忘れないことが大切で
す。（東京大学特任教授）



イラスト 中村 久美