



過度な飲酒



と

喫煙習慣



すのかご説明しましょう。

すが、進行するにつれて深く浸潤したり、転移が起こります。

まさにタイトルの通りなのですが、食道がんの起こる主な要因は「過度の飲酒」と「喫煙習慣」とされています。

「えっそうなの？」と思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、確かに、飲酒や喫煙が要因になりやすいがんは、肝臓がんや肺がんのほうが知られています。

でも、よく知られていないがんだからこそ、ここでは是非知っておいていただきたいと思います。

## 食道がんとは



食道は咀嚼された食物が、胃に至るまでの通り道です。長さは28 cm前後、太さは2〜3 cmの空洞状の器官です。胃や腸と同じく多層からできていて、一番内側が粘膜になります。

食道の最も内側の粘膜は、粘液

を出して食物を胃へ円滑に運ぶ手助けをしています。

食道がんは、すべての通り道に発生しますが、とくに真ん中あたりに生じることが多いようです。食道の粘膜が何らかの原因により繰り返し傷つけられることで、正常な細胞ががん細胞に変化して食道がんが発生します。

初期では、粘膜上にとどまりま

## 食道がんの原因



食道がんを発症する人を調べると、「過度の飲酒」「喫煙」のいずれか、もしくは両方の習慣をもつ人が多いため、食道がんを引き起こす主な原因と考えられています。女性に比べて、男性の発症率が5倍ほど多いのもこれらの習慣が関わっているとされています。その他、熱いものの摂りすぎも、食道がんのリスクを高めるといわれています。

それでは、過度の飲酒と、喫煙習慣が、なぜ食道がんを引き起こすのかご説明しましょう。

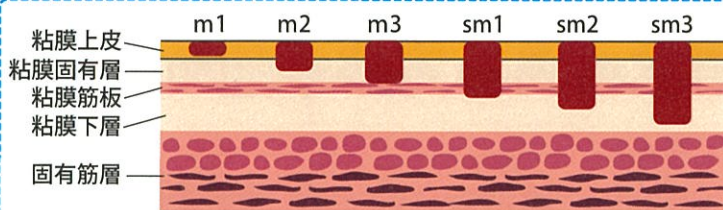
### 【過度の飲酒の場合】……飲酒を

すると、アルコールは肝臓で「アルコール分解酵素」という酵素によりアセトアルデヒドという物質に分解され、さらに「アセトアルデヒド分解酵素」によって無害化され排出されます。アセトアルデヒドというと、一般に二日酔いを引き起こす物質として知られていますが、発がん性もある毒性の物質です。

いわゆるお酒が強い人というのは、前述の2つの分解酵素を生まれつき多くもっている、アルコールを迅速に無害化できる体質ということになります。

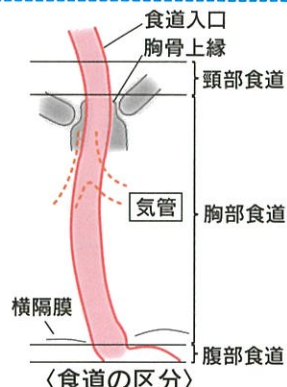


一方、この2つの酵素の量が少ない人は、肝臓で分解しきれなかったアセトアルデヒドが、再び



- m1: 粘膜上皮のがん
- m2: m1及びm3以外の粘膜がん
- m3: 粘膜筋板に接するか、浸潤するがん
- sm1: 粘膜下層の浅層1/3に浸潤するがん
- sm2: 粘膜下層の中層1/3に浸潤するがん
- sm3: 粘膜下層の深層1/3に浸潤するがん

〈食道がんの深達度〉



〈食道の区分〉

血液に戻り身体を巡るようになります。肺に運ばれ、呼吸に含まれたアセトアルデヒドは食道や他の組織に付着します。

日本人などの黄色人種はこの2つの酵素が少ない人が多く、アルコールを過度に摂取すると食道がんを引き起こしやすいと考えられています。

【喫煙の場合】……タバコの煙には、数千種類の化合物が含まれています。そのうちの70種類には発がん性があるといわれています。

これらの発がん物質に食道が常にさらされると、食道が傷つき、食道がんを発症します。副流煙にも発がん物質は含まれるため、喫煙の際は周囲への配慮が必要です。

## 食道がんは静かに進行する

食道がんは、初期では症状がでにくいのですが、胸やけのような感じが続く・食べ物がつかえるような感じ・飲み込みにくいなどの症状がでることがあります。そうした場合は、早めに専門医を受診して検査を受けるようにしましょう。

う。この場合、内視鏡やバリウムを用いたX線検査が行なわれます。

最近の内視鏡検査は精度が上がっており、画像で小さながんも判別がつきやすくなっています。これまでは手術が主流でしたが、初期の小さながんであれば、内視鏡を用いてがん化した粘膜だけを切除することも可能になっています。

がんが進行していた場合は、その進行度によって、手術や放射線療法、抗がん剤の投与、レーザー治療などが、単体、あるいは併用して行なわれます。

初期症状に乏しいがんであるため、少しでも異変を感じたら、すぐに専門医を受診することが肝要です。年齢があがると、食道がんとは直接関係ありませんが、逆流性食道炎になる方も多いため、検査で原因をはっきりさせておくことが安心です。

## 食道がんの予防には

タイトル通り、食道がんを引き起こす原因と考えられているのは「喫煙」と「過度の飲酒」です。

喫煙は、もちろん食道がんだけ

でなく、他のがんの発生要因にもなっています。百害あって一利なしと言いますから、是非この機会に禁煙を始めることをお勧めいたします。

今は禁煙外来など医療機関によるサポートも受けられる時代です。是非取り組んでいただきたいと思います。

飲酒はあくまでも楽しむ程度にとどめて、深酒はやめましょう。食道がんだけでなく、肝臓のためにも、週に何日かは休肝日を作ってください。

また、これらの習慣がある方は、定期的に人間ドックを受けることもお勧めします。

そして、逆流性食道炎と診断された方も、胃酸は食道を傷つけます。くれぐれも放置せず、加齢やストレスなど原因をつきとめて、適切な治療を受けてください。

