

アラカルト

A LA CARTE

男性のガン、 「大腸」が初の1位

国立がん研究センターは、国が指定する「がん診療連携拠点病院」の2013年の診療実績を発表。

2013年に拠点病院でガンと診断された症例数は62万9491例（国内のガン全症例の約70%）。男性の部位別症例では、07年の集計開始以来、大腸ガンが初めて胃ガンを抜き、最多となった。

男女別でみると、男性は大腸ガン、胃ガン、前立腺ガン、肺ガンの順。

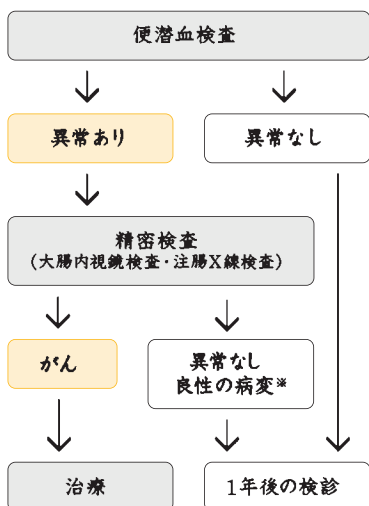
女性は乳ガンが最多で、大腸ガン、肺ガン、胃ガンの順。

大腸ガンの自覚症状は出血や通過障害で、健診法としてはまず便潜血（便の中に血液が混ざっていないか）を見ます。

大腸ガンになる要因は、遺伝的なものもありますが、生活習慣や食べ物、環境要因など1人ひとり違います。日常生活で気をつけることは、おいしい物を食べて家族仲良く楽しく暮らすのが一番といえます。強いて気をつけるとすれば、快食・快便・適度な運動、脂肪食は控えめに。



大腸がん検診の流れ



※良性の病変と診断された場合には、主治医の指示に従ってください。

家族性高コレステロール血症

家族性高コレステロール血症（FH）という遺伝性の病気があります。

「悪玉コレステロール」が血液中に増えて動脈硬化が進み、若くして狭心症や心筋梗塞を発症しやすくなります。推定患者数は30万～70万人、ほとんどのFHの人はきちんと診断されておらず、発症して初めて気づくというのが現状のようです。

健康な人では、「悪玉」と呼ばれる「LDLコレステロール」は肝臓の細胞に取り込まれて処理されるため、血液中の量が一定に保たれています。

FHはこの仕組みがうまく働かない為に起こります。原因となる遺伝子変異を両親から受け継いだ場合「ホモ接合体」と一方の親から受け継いだ場合「ヘテロ接合体」があります。

ホモ接合体の場合、ごく稀で症状も重く国の難病に指定されています。

ヘテロ接合体の場合、若い頃は悪玉コレステロール値が高いということ以外、症状はほとんどありません。しかし心臓に酸素や栄養を運ぶ冠動脈では動脈硬化が進行し、男性では20代、女性では30代から心筋梗塞や狭心症が起こるようになります。

発症のピークは男性で40代半ば、女性で50代後半と普通より15～20年早く発症します。太ってなくとも運動不足でなくても動脈硬化は進みます。

また、再発も多く、心機能が次第に悪くなっていきます。

ヘテロ接合体の診断基準

LDLコレステロール値が180以上であることに加え、「黄色っぽい隆起した斑点（黄色腫）がヒザやヒジなどにできているかアキレス腱が普通より厚い」「2親等以内にFHの人が若くして冠動脈疾患になった人がいる」

パーキンソン病の前兆

便秘や臭覚の低下

手足の震えや体のこわばりが起こる難病パーキンソン病は、前兆として**便秘**や**臭覚**の低下が起こることが知られています。最近の研究では「 α (アルファ)シヌクレイン」というタンパク質が、まず腸や鼻の神経に過剰にたまって便秘や臭覚低下を起こし、続いて脳の黒質にたまることで神経細胞が死に始め、この病気特有の運動症状が出るのが分かってきました。

現在、日本では人工多機能性幹細胞（iPS細胞）を脳に移植してパーキンソン病を治療する臨床研究が始まるところですが、さらに α シヌクレインの蓄積を早期発見し、それを取り除く薬や予防ワクチンの開発も進んでいます。

パーキンソン病は、大脳基底核にある黒質の神経細胞が死に、神経伝達物質のドーパミンの分泌が減少することにより運動機能障害が現れる病気です。

4大症状は①安静時の震え②こわばり③動きの悪さ④歩きづらさ（前かがみ、小刻み歩行）です。

パーキンソン病の現在の治療法は、脳で減少しているドーパミンの補充と分泌促進。ドーパミンは血管から脳に入らないので、脳に入るとドーパミンに変わるLドーパミンを投与し治療に使っています。ただしドーパミンは根本的な治療ではなく、運動機能障害の軽減だけです。

チョコレートが
脳の認知機能改善に一役

愛知県蒲郡市、食品大手の明治、愛知学院大学のチームが2014年3月から「チョコレート摂取による健康効果に関する実証研究」を行ってきました。

昨年11月の中間報告では、生活習慣病のうち、高血圧や動脈硬化の予防にチョコレートが効果があるということを発表。

高血圧の人ほどカカオポリフェノールを多く含んだチョコレートの摂取によって血圧が大きく下がり、正常血圧の人はあまり変化がなかった。

また善玉コレステロール(HDLコレステロール)値もチョコレートを摂取することで有意に上昇。

血圧降下とHDLコレステロールの上昇は、動脈硬化のリスク低減に繋がります。ちなみに被験者には4週間継続してチョコレートを食べてもらったが、体重やBMI（体格指数）に変化はなかった。

今回の最終報告では、チョコレートを摂取することで酸化ストレスを抑制し、脳の血流量を増やし、BDNF（脳由来神経栄養因子）を増加させること分かった。BDNFが増えると認知機能が改善されるため、認知症の予防にチョコレートが役立つ可能性が期待できます。

世界的に見て日本はチョコレートの摂取量は少ないのですが、カカオポリフェノールを豊富に含むチョコレートを食生活に積極的に取り入れることで、血圧低下や動脈硬化防止など健康を保つのに役立ち、さらに認知症の予防にもなると期待できます。

※BDNF：脳神経細胞の発生、成長、神経伝達物質の合成促進などに関与するタンパク質の一種。

医療ニュース1

難病(クローン病・潰瘍性大腸炎)防ぐ腸内物質確認

激しい腹痛や下痢などを伴う難病のクローン病や潰瘍性大腸炎の発症を防ぐ鍵となるタンパク質を、神戸大学の研究グループが世界で初めて確認。また、このタンパク質が発症を抑制する仕組みの一端も解明され、予防薬や治療薬の開発が期待されます。

クローン病や潰瘍性大腸炎は、腸の粘膜に慢性的な炎症や潰瘍が生じる原因不明の病気で、ともに医療費助成対象の「指定難病」です。

20~30代を中心に発症し、患者数は合わせて約20万人。現在のところ炎症を抑える薬はあるが、根本的な治療薬はまだ開発されていません。

それぞれ、SAP-1タンパク質、CEACAM20タンパク質で、マウスの腸上皮細胞の表面にある「微絨毛」からSAP-1を除去したところ、腸炎の発症率と重症度が著しく高まることが確認された。さらに、SAP-1が、同じく微絨毛にある「CEACAM20」の機能を抑えることで、腸炎の発症を防いでいる可能性が高いことも判明。

この2つのタンパク質の機能を制御する化合物の考案が、新薬に繋がります。

医療ニュース2

脂肪炎症の原因物質を特定

大阪大の教授(免疫細胞生物学)らが糖尿病など生活習慣病の原因となる脂肪の炎症を引き起こすタンパク質を特定し発表。

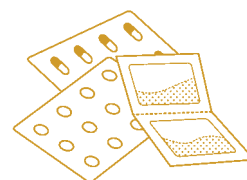
このタンパク質の働きを抑えると糖尿病が改善することも動物実験で確認しており、生活習慣病の新薬開発に繋がる成果です。

糖尿病や動脈硬化、高血圧などの生活習慣病

は、肥満に伴い体中の脂肪組織で慢性的な炎症が起きることが原因とされているが、炎症が起きる仕組みは不明だった。

マウスに高カロリーの餌を与え、肥満する際に脂肪組織がどう変化するかを観察した結果、肥満が始まる前から「S100A8」というタンパク質が増えて白血球が脂肪組織に集まり、炎症が始まることを突き止めた。

このタンパク質の働きを抑える物質を糖尿病のマウスに注射すると、炎症が軽くなり、血糖値を下げる機能も改善した。



医療ニュース3

患者さんの5年生存率

国立がん研究センターは、ガンと診断され治療を始めた患者の5年後の生存率を公表。(最新のデータ)

ガンと診断された場合に、治療でどれくらい命を救えるかを示す「5年生存率」。

5年無事に経過するとほぼ治ったと言えることから、ガン医療を評価する際の指標として世界的に使われています。

がんの種類と5年生存率	すべてのがん	64.3%
	胃がん	71.2%
	大腸がん	72.1%
	肝臓がん	35.9%
	肺がん	39.4%

(国立がん研究センターの発表)