

## 薬剤科 DI ニュース

### がんになりやすい食事、なりにくい食事

我が国の死亡率の第一位は悪性新生物です。がんの危険因子は、遺伝因子と環境因子にわけられ、環境因子の寄与が大きいことがわかっています。中でも食習慣の寄与度が大きく、現在の日本食文化の欧米化に伴い、欧米で頻りに目にされるがんが増加してくると予想されています。今回は、医薬品についてはありませんが、皆様の参考にできたらと思い、雑誌に掲載されていた主要部位のがんと食物・栄養素との関連についての疫学研究のまとめを記載いたしました。

上段； Willett & Trichopoulos

下段； World Cancer Research Fund/ American Institute for Cancer Research

|                 | 食道 | 胃  | 大腸 | 肝臓 | 膵臓 | 肺  | 乳房 | 前立腺 |
|-----------------|----|----|----|----|----|----|----|-----|
| <b>食物</b>       |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 野菜              | ↓↓ | ↓↓ | ↓  | ↓? | ↓? | ↓↓ | ↓? | ↓?  |
|                 | ↓↓ | ↓↓ | ↓↓ | ↓? | ↓  | ↓↓ | ↓  | ↓?  |
| 果物              | ↓↓ | ↓↓ | ↓  | ↓? | ↓? |    | ↓? |     |
|                 | ↓↓ | ↓↓ |    |    | ↓  | ↓↓ | ↓  |     |
| 獣肉類             |    |    | ↑↑ |    | ↑? |    |    |     |
|                 |    |    | ↑  |    | ↑? |    |    | ↑?  |
| <b>栄養素</b>      |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 繊維質             |    |    | ↓? |    | ↓? |    |    |     |
|                 |    |    | ↓? |    | ↓? |    | ↓? |     |
| 飽和脂肪酸/<br>動物性脂肪 |    |    | ↑? |    |    | ↑? | —  | ↑   |
|                 |    |    | ↑? |    |    | ↑? | ↑? | ↑?  |
| <b>非栄養成分</b>    |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 塩分              |    | ↑↑ |    |    |    |    |    |     |
|                 |    | ↑  |    |    |    |    |    |     |
| アルコール           | ↑↑ |    | ↑  |    | ↑↑ |    | ↑↑ |     |
|                 | ↑↑ |    | ↑  | ↑↑ |    | ↑? | ↑  |     |
| <b>栄養関連要因</b>   |    |    |    |    |    |    |    |     |
| 肥満              |    |    | ↑  |    |    |    | ↑↓ |     |
|                 |    |    | ↑? |    |    |    | ↑  |     |
| 運動              |    |    | ↓↓ |    |    |    | ↓  | ↓?  |
|                 |    |    | ↓↓ |    |    | ↓? | ↓? |     |

↑：リスク上昇、↓：リスク低下、—：関連なし

↑↑/↓↓：ほぼ確実 (convincing)、↑?/↓?：示唆的 (suggestive/possible)

↑↓：閉経後発症乳癌に対してはリスクを上昇、閉経前発症乳癌に対してはリスク低下