

# がん専門医に聞く

シリーズ 第2回

富山労災病院

院長 三輪 晃一

## ー減塩、脂肪摂取量低減のすすめー



日本に多い胃癌は、秋田、新潟、富山の北の日本海に面する県の死亡率が高く、この原因については、食物の貯蔵に食塩を用いることと関係していると考えられてきました。今日のアメリカでは胃癌は稀となっていますが、冷蔵庫登場以前の1930年代では臓器別がんの第1位でありました。わが国の胃癌死亡率は1970年頃より低下傾向を示し始めていますが、食塩の摂取量がこれに呼応して当時の1日16gから、現在では12gに低下しており、胃癌の早期発見・早期治療の効果だけでなく、食塩摂取量の低下が大きく貢献していると考えられています。胃癌死亡率の低下は、同じく食塩の摂取と関係している脳血管障害による死亡率の低下を伴っていることも、関係の密接さを示す証拠と考えられます。高血圧管理ガイドラインでは、食塩摂取量はより低いほうが良く、理想的な食塩摂取量は7gとしており、がん予防以外の目的でも減塩運動は推進されるべきです。

脂肪摂取量は、元来、日本人は欧米人に比べ少ないのが特徴でした。しかし、生活様式が欧米化し、食餌内容が肉や脂肪を多く含むようになるにつれ、乳がん、大腸がん、膵がん、前立腺がんが増加してきました。乳がんの発生率は過去20年間で2倍に増加し、脂肪摂取量と正の関係にあることが、疫学的に明瞭に示されています。そして、大腸がんは、減少していく胃癌に代わって、増加傾向にあります。脂肪制限の基準は示されていませんが、脂肪を制限して、野菜や果物を豊富に食べることが勧められています。

以前には考えられなかったがんの予防が、いま具体的に展開しようとしています。導かれた予防法は、禁煙、食塩と脂肪食の制限、植物性食品の摂取で、これは高血圧、高脂血症、肥満、糖尿病などの生活習慣病にも共通なようであり、癌という病気は、足音を立てずに、忍び寄ってくる病気です。これを防ぐには、月並みですが、症状の無いときの1年1度のがん検診で、早期発見・早期治療するより術がないようです。



ご質問やご相談は地域医療連携室までまた、富山労災病院ホームページもご覧ください

発行：独立行政法人労働者健康福祉機構  
 富山労災病院 地域医療連携室  
 〒937-0042 魚津市六郎丸 992  
 Tel：0765-22-1354  
 Fax：0120-935-631 (フリーダイヤル)

### 富山労災病院からのお知らせ

富山労災病院では終日救急患者の診療を行っております。また、平日の午後5時以降および休日は救急外来を開設しており、病状により専門医師が診療いたします。受診される場合 22-1280 までお電話下さい。

# 専門医紹介コーナー

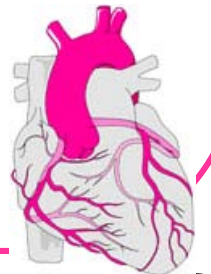
第二循環器科部長 山田 邦博 (やまだ くにひろ)



## —狭心症・急性心筋梗塞について—

日本人の食の欧米化、糖尿病患者の増加に伴い、狭心症や急性心筋梗塞患者が増加しています。当院ではカテーテルという細い管を用いて狭心症や急性心筋梗塞の原因となった心臓の血管(冠動脈)の狭くなった部位や詰まった部位の治療を行っています。この治療法は、以前は足の付け根の動脈からカテーテルを体内に挿入して行われていたため治療後に長時間のベッド上安静が必要でした。近年の治療機器の進歩により、手首の動脈(脈をとる動脈)からカテーテルを挿入することが可能となり、当科では積極的に手首の動脈から治療を行っています。私たち循環器科医が赴任した平成20年度からカテーテル治療全体の約80%、急性心筋梗塞患者の約70%を手首からカテーテル治療しています。手首から治療を行うと、治療後の安静が不要ですぐに歩行することができます。また足の付け根の動脈に比べ血管が細く、止血が容易であるため出血性合併症が激減しており、安全性も増しています。心臓の血管の病変形態によっては、極細のカテーテル(直径1.7mm)を直接血管内に挿入し、他院より体に優しい治療を行うように心がけています。また当院では毎日循環器の医師が診察を行っています。

胸の圧迫感や痛みのある方は気軽に当科を受診してください。



## 富山労災病院 医療安全対策について

当院では、安全性が確保された質の高い医療を提供するために事故防止活動に取り組んでおります。そのために組織を横断した改善が行えるよう医療安全管理者と連携し情報の共有と改善策の立案・実行・評価およびそのサポート活動を行なっております。

また北陸3(富山・新潟・燕)労災病院の相互チェックや院内ラウンドを行い安全の確保に努めております。



北陸3 労災病院による相互チェック



院内ラウンド



## 専門外来の紹介

物わすれ外来 : (月)(木) 午前10時~12時  
頭痛外来 : (火)(木)(金)  
午前11時~12時  
しびれの外来 : (月)~(金) 午前9時~12時

関節外来 : (月)~(水) 午前9時~12時  
腰痛外来 : (水) 午後1時30分~4時  
リウマチ外来 : (火) 午前9時~12時  
尿失禁外来 : (水) 午後1時30分~3時