

志野医師からのひと言：肥満と癌

肥満は癌の危険因子です。肥満でふえる癌としてほぼ確実なのは乳癌、可能性のあるのは大腸癌とされています。乳癌も大腸癌も増えています。

なぜ肥満になると癌になりやすいのか、研究がすすんでいます。

肥満になると、血糖を下げようとするインスリンというホルモンがたくさん分泌され、それが発癌に関係するとか、免疫細胞の能力が低下して発癌しやすくなるとかいらわれています。

一方、身体を動かすことは、肥満を解消するために大切なことですが、大腸癌の予防につながるということがわかっています。たとえ減量できなくても予防効果はあるようです。

癌の対策としてがん検診を受けることと同時に、生活習慣にも気をつけたいものです。

(栄養に関してのお問い合わせは、栄養科または外科外来にご連絡ください。)

