



## がんになる人と ならない人がいるのは “老化”が原因ではなく “免疫力”の差にあり

日本では「がんは二人に一人がなる病気」といわれています。しかし、これはがんの罹患状況を示す正確な表現ではありません。通常、成人はその身体の中にがん細胞が毎日五〇〇〇個以上できるといわれています。しかし、一個のがん細胞が画像検査で検知される腫瘍という細胞の塊（直径七ミリの以上のがん組織）になるには十〜二十年以上の長い年月がかかると思われます。また、毎日できるがん細胞を体内の免疫力が細胞死に誘導してくれているため、多くの人はが

んを発症しないのです。なぜそれが分かったかという点、死体解剖という制度があるからです。がんが診断される人は七十歳以上の高齢者の方が多いのですが、がんが診断されずに死亡した高齢者の方でも解剖するとほぼ全員の体内からがんの組織やがんの痕跡（瘢痕という）が見つかるのです。

がんが体内にあってても特に悪さをせずに寿命までおとなしく成長しないでいるか、または途中で免疫力によって小さくなるか死滅・瘢痕化してしまえば問題にはなりません。つまり、がんの発病（罹患状況）が二人に一人というのは「たまたま病院でがんが診断された人が約五〇%だった」ということなのです。

がんが体内にあってても特に悪さをせずに寿命までおとなしく成長しないでいるか、または途中で免疫力によって小さくなるか死滅・瘢痕化してしまえば問題にはなりません。つまり、がんの発病（罹患状況）が二人に一人というのは「たまたま病院でがんが診断された人が約五〇%だった」ということなのです。

# がんの原因は遺伝子の コピーミスではなく 炎症を抑える活性酸素?

これまで、七十歳以上の方にがん患者さんが急増することから、老化ががんの大きな原因と考えられてきました。がんは遺伝子のコピーミスによって遺伝子に変異を起こして発生すると考えられていたため、老化によって遺伝子のコピーミスが頻繁に起こってがんになるのではないか

と推測されていたのです。しかし、この老化原因説では、若い人ががんになる理由や高齢でもがんにならない人がいる理由を説明できません。そこで現在では、遺伝子変異が起こるのは、がんの“原因”ではなくて“過程”ではないかと唱えられはじめ、がん関連学会の主流の考え方も変わりつつあります。まず、遺伝子変異が起こる前

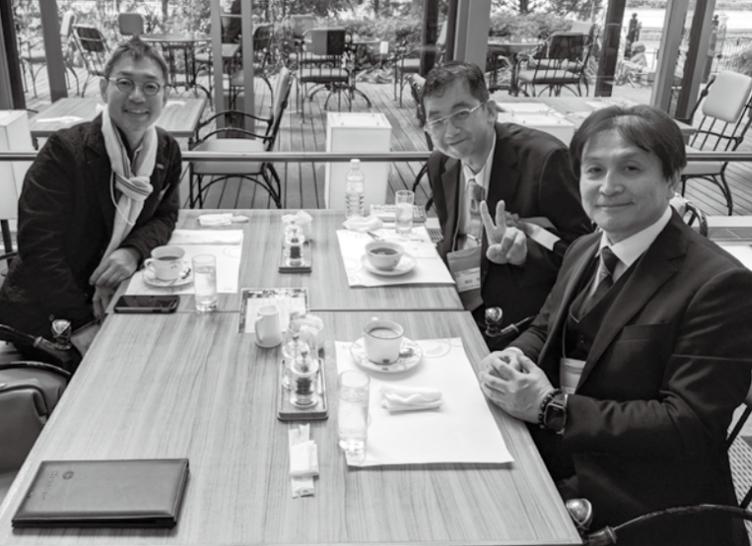
を落とす大きな要因になります。喫煙や多量の飲酒、放射線・化学物質といった環境因子は免疫力を落とすだけでなく、がん細胞を作る元になる慢性炎症を引き起こします。このようにして免疫力はさまざまな要因によって低下します。しかし、若いときほど免疫力が高いため、七十歳以下の人はよほどの原因が発生しない限り、がんになる可能性が低いと考えられています。つまり、体の中ではほぼ全員ががん細胞を保有するものの、治療が必要となるような状態になる前にほとんど

の場合には免疫力で細胞死に誘導してしまうために発病・発見されないのです。ただ、最近ではストレスの多い競争社会による先述の「よほどの原因」が増加しつつあることは否めません。運悪くがんが発見された場合でも、こうした知識を事前に知っていた人はがんに対する恐怖心が知らない人よりも少なく、発病要因と対処法（心・栄養状態・環境要因）を冷静に理解するため、がんを克服できる場合が多いようです。一方で、こうした知識

を事前に知らない人はがんを告知されると心理的ストレスが大きくなって不安と恐怖にさいなまれ、免疫力を著しく低下させてしまいます。その結果、がんとうまく向き合えず、結果、がんが進行し、治療の機会を失ってしまったり、不安に思ったりしないほうがよい。「がんは多くの不幸な条件がそろわないと大きくなれない」ということを、がん告知の前に知っていることは非常に有益だといえるのです。

このようにして免疫力はさまざまな要因によって低下します。しかし、若いときほど免疫力が高いため、七十歳以下の人はよほどの原因が発生しない限り、がんになる可能性が低いと考えられています。つまり、体の中ではほぼ全員ががん細胞を保有するものの、治療が必要となるような状態になる前にほとんど

の場合には免疫力で細胞死に誘導してしまうために発病・発見されないのです。ただ、最近ではストレスの多い競争社会による先述の「よほどの原因」が増加しつつあることは否めません。運悪くがんが発見された場合でも、こうした知識を事前に知っていた人はがんに対する恐怖心が知らない人よりも少なく、発病要因と対処法（心・栄養状態・環境要因）を冷静に理解するため、がんを克服できる場合が多いようです。一方で、こうした知識



第3回日本先進臨床医学会学術集会の会場にて、『体は治りたがっている』（パレード刊）の著者・龍見昇先生（左）と『難病治療はなぜ成功しないのか?』（幻冬舎刊）の著者で当会顧問・藤田亨先生（中）とともに

からしっかりとたんぱく質やビタミン、ミネラルの補給ができていなければ免疫力が低下してしまいます。つまり、ファストフードやインスタント食品、加工食品などの食品添加物をたっぷり含む食品ばかり食べて栄養状態が悪いと、免疫力を落とす大きな要因となります。さらに、「生活習慣・住環境」なども免疫力

を落とす大きな要因になります。喫煙や多量の飲酒、放射線・化学物質といった環境因子は免疫力を落とすだけでなく、がん細胞を作る元になる慢性炎症を引き起こします。このようにして免疫力はさまざまな要因によって低下します。しかし、若いときほど免疫力が高いため、七十歳以下の人はよほどの原因が発生しない限り、がんになる可能性が低いと考えられています。つまり、体の中ではほぼ全員ががん細胞を保有するものの、治療が必要となるような状態になる前にほとんど

### 【こぼやし・ひでお】

東京都八王子市出身。幼少期に膠原病を患い、闘病中に腎臓疾患や肺疾患など、さまざまな病態を併発。7回の長期入院と3度死にかけた闘病体験を持つ。現在は健康者とほぼ変わらない寛解状態を維持し、その長い闘病体験と多くの医師・治療家・研究者との交流から得た予防医療・先進医療・統合医療に関する知識と情報を日本中の医師と患者に提供する会を主催して活動中。一般社団法人日本先進医療臨床研究会代表理事（臨床研究事業）、一般社団法人がん難病ゼロ協会代表理事（統合医療の普及推進）などの分野で活動中。