

加工肉に発がん性あり—WHO が発表

世界保健機関（WHO）の一機関である国際がん研究機関（IARC）が、加工肉（ベーコン・ソーセージなど）や赤身肉（ウシ・ブタ・ヒツジなどの哺乳類の肉）の摂取とがんとの関連性を検討した 800 件以上の疫学研究を精査した。研究は複数の国で実施され、異なる民族、異なる食文化を対象としていたが、ほとんどが大腸がんとの関連性に注目していた。

10 ヶ国から集まった専門家 22 人による分析の結果、加工肉は、たばこやアスベスト、ディーゼルの排気ガスと同等の「致命的な発がん性がある」と分類された。大腸がんのほか、胃がんとの関連性も指摘された。赤身肉については、「おそらく発がん性がある」と分類され、大腸がんとの関連性が最も強かったが、すい臓がんや前立腺がんとの関連性もみられるとされた。また、10 件のコホート研究をメタ解析した研究報告によると、赤身肉の 1 日摂取量が 100g 増えると大腸がんリスクが 17%上昇し、加工肉の 1 日摂取量が 50g 増えると同リスクが 18%上昇することが示された。

したがって、加工肉はがんを引き起こす可能性があり、赤身肉にも発がんのリスクがあることが明らかとなった。

出典：The Lancet. Oncology. Published online Oct 26, 2015;

pii: S1470-2045(15)00444-1