

太りすぎの期間が 10 年長くなるとがんリスク 1.4 倍に

最近の研究により、太りすぎや肥満に関連するがんのリスクが時間の影響を受け、体重が過剰であった年数を用いることでより正確に近似される可能性が示唆されている。本研究では、高齢者のがん発症リスクについて、過体重の期間や程度による影響を検討した。

追跡期間中に 2 回以上、体重を測定した欧米のコホート研究（欧州 7 件、米国 1 件）の被験者 329,576 例を対象に BMI（肥満指数）の経年変化を推定し、過体重（BMI25 以上）の期間と累積過体重年数を算出した。多変量 Cox モデルとランダム効果分析を用いた結果、長期間の過体重は肥満関連のがんの発症と有意な関連が認められ（10 年増加当たりのハザード比：1.36）、閉経後乳がんおよび大腸がんのリスクも増加させた。また、過体重の程度によっても肥満関連のがんリスクはさらに増加した。長期間の過体重に関連するがんリスクは女性よりも男性で高く、喫煙によって減衰した。閉経後乳がんのリスク増加がみられたのは、ホルモン補充療法を受けたことのない女性のみであった。全体としては、肥満関連のすべてのがんのうち 8.4%が、どの年齢においても過体重によるものであると推算された。

したがって、長期間の過体重は高齢者のがん発症リスクと有意に関連することが示され、体重管理はすべての年齢においてがん予防戦略として重要であることが示唆された。

出典：European Journal of epidemiology. 2016; 31(9): 893-904