



## 糖尿病とがん

※糖尿病の人はそうでない人に比べて**1.2倍**がんになりやすい

### なぜ糖尿病だとがんのリスクが高くなるの？

#### □ 血液中のインスリン濃度が高い事

2型糖尿病がある方の多くは、インスリンが効きにくくなっているために血液中のインスリン濃度が高くなっています。

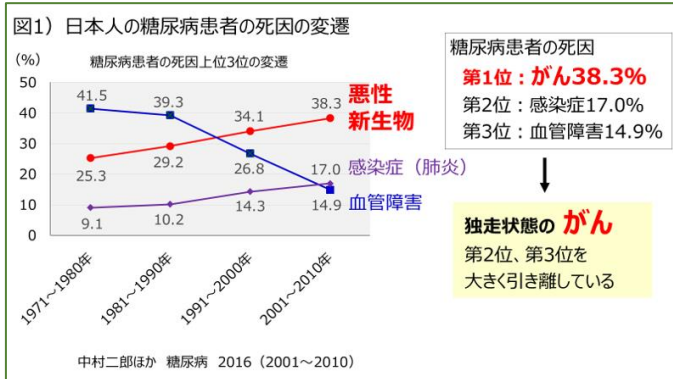
血液中の過剰なインスリンは発がんに関与する可能性があります。

#### □ 血糖値が高いこと

高血糖そのものによる酸化ストレスなどが発がんに関与する可能性があるといわれています。

#### □ 炎症

2型糖尿病がある方では、無症状ですが全身に慢性的な炎症がみられることがあります。慢性の炎症は、発がんのリスクになると考えられています。



糖尿病からのがん発生を防ぐには、まず糖尿病を予防する事が大切です。

危険因子を参考に、バランスの良い食事  
 適度な運動、体重コントロール、禁煙、節酒  
 を心掛ける事で、糖尿病はもちろん、がんの  
 リスクを下げる事にも繋がります。

#### 【糖尿病とがんの共通危険因子】

- ・加齢
- ・肥満
- ・少ない身体活動
- ・不適切な食事  
(赤肉・加工肉の過度な摂取、  
食物繊維の少ない食事)
- ・喫煙
- ・アルコールの飲みすぎ



「糖尿病診療ガイドライン2019」(日本糖尿病学会)をもとに作成

費用は無料か少額の自己負担で済みます



※市区町村が実施しているがん検診には、  
 検診費用の補助があります

男性 女性  
 男女共通  
 受診頻度

がん種別	対象年齢	受診頻度
胃がん (X線)	40歳以上	1年に1回
大腸がん	40歳以上	1年に1回
肺がん	40歳以上	1年に1回
胃がん (内視鏡)	50歳以上	2年に1回
前立腺がん	50歳以上の男性	1年に1回
子宮がん	20歳以上の女性	2年に1回
乳がん	40歳以上の女性	2年に1回

勤務先などで受診する機会のない方が対象になります。自己負担金の免除制度があります。

©2017 MRSD, INC

### 「がん検診を受けましょう」

糖尿病の方は定期的に血液検査を受けたり、  
 画像検査を受ける機会があるため早期にがん  
 を発見できる場合があります。ただし、すべての  
 がんを主治医が早期に見つけられるかという  
 と、残念ながら不可能です。がんを早期発見す  
 るために糖尿病の方は定期的な通院とは別に  
 がん検診を受けるようにしましょう。

