



ニッポン
ドクター和の
臨終図巻

『ゴルゴ13』の連載が「ビッグコミック」誌上で始まったのは1968年、僕が小学校4年生のとき。そして時は経ち、僕自身が還暦を過ぎてまだまだ連載は続いている。こんな長寿作品を、他に知りません。そして『ゴルゴ13』は、日本で一番、クリニックの待合室に置かれたマンガだったのではないのでしょうか。殺し屋が主人公の作品が、全国の待合室で読まれているというのなんともけったいな話です。

その生みの親である、劇画家のさいとう・たかをさんが9月24日、都内で亡くなりました。享年84。死因は、膵臓(すいぞう)がんとの発表です。

いつから闘病されていたのかは不明ですが、今年7月、『ゴルゴ13』が「最も発行巻数が多い漫画シリーズ」としてギネス認定されたとき、デューク東郷のフィギュ

225 劇画家 さいとう・たかを



創作活動を支えた「大の肉好き」

長尾和宏(ながお・かずひろ) 医学博士。東京医大卒業後、大阪第二内科入局。1995年、兵庫県尼崎市で長尾クリニックを開業。外来診療から在宅医療まで「人を診る」総合診療を目指す。この連載が『平成臨終図巻』として単行本化され、好評発売中。関西国際大学客員教授。

アの隣で嬉しそうに笑みを浮かべるお写真を拝見しました。それほど辛い闘病でなかったと思いたいです。

さて町医者の実感として、ここ数年、膵臓がんになる人が増えているなあと感じます。

部位別のがん死亡者数でみると、肺がん、大腸がん、胃がんが続いて第4位ですが(2018年)、早期発見が難しく、最も予後が悪いとされているのは、膵臓がんです。他のがんの死亡者はおおむね減少傾向にあるのですが、膵臓がんの死亡者だけは増加しています。

これは、糖尿病が増え続けていることと大きく関係しているのは間違いないと思います。糖尿病の間違ひありません。糖尿病の人は、そうでない人に比べて膵臓がんのリスクは2倍。また、BMI

が30以上の肥満の人は、3倍以上のリスクがあることがわかっています。

こうした要因が当てはまるという人は、まずは歩くことを心掛けてください。ウォーキングを毎日続けると、インスリンの過剰な分泌を防ぐことがわかっています。

詳しくは、僕が書いた『糖尿病と膵臓がん 長生きするためのヒント』(ブクマン社刊)という本を参考にしてください。

治療が難しい膵臓がんには、他のがんよりも悲劇的なイメージがあるかもしれません。しかし、さいとうさんは男性の平均寿命を超えて元気に創作を続けられました。大の肉好きで知られ、70代後半までは毎朝ステーキを、歯の力が弱ってからはしゃぶしゃぶを食べていたそうです。もしもがんのリスクを気にして粗食に切り替えていたら、『ゴルゴ13』も続いているいかもしれません。生涯現役の人には、肉好きな人が多いです。75歳を過ぎたなら、健康を気にしすぎるよりも好物を食べて暮らした方が元気でいられます。