

「乳がんについて」

① 症状について

乳がんになった場合、以下のような症状が見られることがあります。●乳房、わきの下にしこりがある●乳房にひきつれ、くぼみがある●乳頭の異常（湿疹・ただれ・分泌物）がある●乳房皮膚の異常（発疹・はれ・ただれ）がある。

しかし、ごく初期の段階では、しこりも小さかったり、痛みや体調不良などの自覚症状もないことが多いのです。乳がんを放置しているとリンパ節や他の臓器に転移しやすいため、少しでも違和感を感じることがあったら医療機関で検査を受けることももちろん、自覚症状がなくても定期的に検診を受けることが大切です。

② 乳がんの発生率

食生活やライフスタイルの変化に伴って、乳がん患者数は急増しています。2004年には乳がんと診断された患者数は5万人を超え、一生の間に乳がんになる確率は14人に1人とされています。また、日本では乳がんが死亡する人は年々増加しており、2011年には一万三千人近い女性が亡くなっています。

③ 発生しやすい人の特徴

最も大きなリスク要因は遺伝的なものです。とくに母親や姉妹に乳がんになった人がいる場合は、リスクは2倍になると言われています。また、乳がんは一般的に次のような人がなりやすいといわれています。●初潮年齢が早かった方（11歳以下）●出産経験のない、または初産年齢が遅い方（30歳以上）●閉経年齢が遅かった方（55歳以上）。

これは、乳がんの発生には、女性ホルモンであるエストロゲンが大きく影響しています。エストロゲンは女性の身体を作るための重要な働きをしているホルモンですが、分泌されている期間が長い程乳がんのリスクが高まります。妊娠・授乳期には分泌が止まるためリスクが減り、閉経後はエストロゲンの分泌が止まりますが、別のホルモンが脂肪組織でエストロゲンに変わります。したがって閉経後の肥満もリスクの一つです。

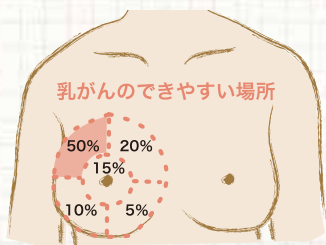
日本では、乳がんになる人は30代から増加し始め、50歳前後をピークとして減少する傾向にあります。20代でも、閉経後でも乳がんになる場合があります。年代にかかわらず、乳がんの危険性を認識

食欲不振や体調不良などの目立った初期症状がないため、気づきにくい乳がん。そのためにセルフチェックや定期検診が欠かせません。男性にも乳腺はあるので乳がんになることはありますが、年間の

死亡数は女性の100分の1以下のまれながんです。ただ、女性に比べて他の組織に転移しやすいため、注意が必要です。少しでも乳房に違和感を感じたら、すぐに医療機関で診てもらいましょう。

④ 発生する場所

乳がんが発生する場所は、左右の乳房の外側上部が5割近くを占めています。しかし、他の部位での発生も決して低い割合ではありません。



セルプチエックの際には、乳房全体をていねいに調べましょう。

⑤ 予防法について

閉経後の肥満が乳がん発生のリスクを高めること、逆に適度な運動が予防効果を高めることは、ほぼ確実に知られています。また、科学的に証明されてはいませんが、大豆食品や魚、野菜、果物、お茶などに予防効果が認められたという報告もあります。ただし、すべてのがんについて言えることですが、決め手とな

る予防法はありません。定期的な検診によって、早期の段階で発見することが大切です。

しこりなどの異常があれば、すべて乳がんではありません。大半は良性の病気によるものです。

【乳腺症】30代から40代の女性に多くしこりや痛みを伴うことが多い。女性ホルモンの不均衡で起こるため、生理不順やストレスなどが誘因となることも。

【乳腺線維腺腫】10〜20代の女性に多くしこりは表面が滑らかで硬く、よく動く。良性だが、急激に大きくなるものに悪性の場合があるので要注意。

【乳腺炎】授乳期に起こりやすく、乳房が赤く腫れて痛みを伴う。

さて、当院の乳腺診療に関しては日本乳癌学会認定医である筆者を中心に、超音波診断装置（カラードップラー・エラストグラム対応）、X線乳房撮影撮影（マンモグラフィ）、CT等を駆使し、検診を含め様々な乳腺関係を主訴として来院される方に対して充分対応できる体制をとっています。

後藤病院 院長 後藤孝彦