



日本人女性が最も多くかかるがん

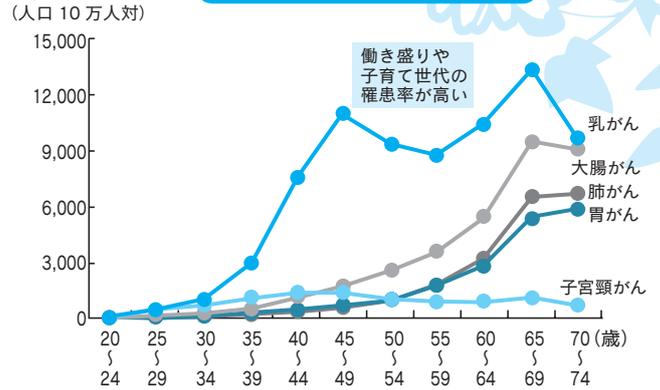
乳がん

11人に1人が一生のうち乳がんと診断され、日本人女性が最もかかりやすいがんです。2018年には、14,758人が乳がんにより亡くなっています※。

多くの人がかかる一方で、乳がんは小さいうちに見つると、治る可能性の高い病気です。乳がんは30歳代から増加しはじめ、40歳代～60歳代にピークを迎えます。若いうちから定期的に検診を受けることが大切です。

※厚生労働省「人口動態統計2018年」

主ながんの年代別罹患率 (上皮内がんを除く)



〈厚生労働省「全国がん登録罹患率報告」(2016)より作成〉



乳がんのリスクについて

乳がんのリスク要因は、まだはっきりとしたことはわかっていませんが、右記のような要因が関与していると考えられています。

一部に遺伝性の乳がんもありますが、乳がん患者の9割以上は環境因子の影響が複雑に関与していると考えられています。また、閉経後の女性では運動によってリスクが減少すること、逆に肥満や喫煙、飲酒でリスクが高まることも確実視されています。

リスク要因

- 閉経後の長期の女性ホルモン補充療法
- 成人期の高身長
- 初経が早い、閉経が遅い
- 喫煙習慣がある
- 出産経験や授乳経験がない
- 飲酒習慣がある
- 初産年齢が遅い
- 糖尿病を患っている
- 閉経後の肥満
- 一親等の乳がんの家族歴



早期発見に役立つ「乳がん検診」

早期には自覚症状はほとんどありませんので、定期的に乳がん検診を受けることが大切です。しこり、ひきつれ、乳頭からの血性の分泌液、乳頭の湿疹やただれなどの気になる症状がある場合には検診を待たず、医療機関を受診しましょう。

国は40歳以上の女性に2年に1回の受診を推奨

マンモグラフィ検査

乳がんによる死亡リスクを下げる事が実証されています。乳房をプラスチックの板で挟んで撮影し、小さいしこりや石灰化を見つけてみます。



メリット

- ・微細な石灰化した病変を見つけやすい
- ・乳腺の全体像をとらえやすい
- ・過去の画像と比較しやすい

デメリット

- ・痛みを伴うことがある
- ・年齢や乳腺量の個人差により、詳細な診断ができないことがある
- ・妊娠中は実施できない

乳房超音波(エコー)検査

マンモグラフィ検査に加えて受けると、マンモグラフィ単独の場合と比べ、乳がん発見率が1.5倍に高まることがわかっています。



メリット

- ・妊娠中でも実施可能
- ・乳腺が発達している人や若年者でも痛みなく検査ができる
- ・小さなしこりを見つけやすい
- ・しこりの質的診断をしやすい

デメリット

- ・石灰化の評価がしづらい
- ・良性の所見も見つかりやすく、再検査の可能性が高くなる
- ・検査を行う人によって結果にばらつきがある

早期発見のために年代を問わず実践したい

「ブレスト・アウェアネス」

(乳房を意識する生活)

乳がん検診は、ブレスト・アウェアネスの重要な一項目です。40歳を過ぎたら定期的に乳がん検診を受けましょう。普段の生活ではセルフチェックが大切です。しこりを見つけるだけでなく、「いつもと変わりないか」を確認します。

セルフチェックのポイント

- ・月経後1週間以内に行う(閉経後は月1回日にちを決めて行う)。
- ・片方の腕を上げて、もう一方の手で乳房をまんべんなく押すように触る。
- ・しこりだけでなく、乳房が痛む、硬くなる、えくぼのようなくぼみ、乳首からの赤い分泌液などの異常なサインを見落とさない。

