

乳がんから身を守るために

平成 28 年 1 月放送

国立病院機構敦賀医療センター

乳腺外科 前田 浩幸

先日、元プロレスラーでタレントの北斗晶さんが乳がんにかされたことがわかり、あんなに元気な女性が乳がんになったことで、自分も乳がんになるのではと不安を感じられた女性が最近増えたと思います。また、1年前に乳がん検診を受けていたのに、乳房を全部取る手術と腋^{わき}の下のリンパ節を広く取る手術を受けたことを聞いて、乳がんの一部には進行の早いものがあると驚かれた方もいらっしゃると思います。そこで今日は、乳がんから身を守る方法をお話したいと思います。

乳がんは、40才代から50才代の女性に多く、最近罹患される女性が急速に増加して、女性が罹患するがんの一位で、働き盛りの女性では、最も死亡者数が多いがんです。多くの乳がんは生活環境の中に原因があり、お酒やたばこ、ホルモン剤や化学物質、紫外線、ウイルス等がありますが、原因がわからないことがほとんどです。このため、どの女性が乳がんにかかっても不思議ではありません。血縁の方に乳がんにかかった人はいないから私は乳がんにならないという考えは間違っています。食生活に注意して肥満にならないことは乳がんの



予防に大切ですが、乳がんの発症を完全に防ぐことは難しく、早期発見が大切です。しこりが小さいうちに治療すれば、わきの下のリンパ節に広がる頻度も少ないので、抗がん剤を使用しなくても治癒する

割合が高くなりますし、乳房を残す手術や、わきの下のリンパ節を残す手術も可能になります。

女性の乳がんに対する考え方は、3つに分かれるように感じています。乳がんが心配で、2年に1回の乳がん検診を受けている方、乳がん検診は受けていないが、乳房にしこりや痛みなどの症状があればすぐに病院を受診される方、そして乳がんは治る病気である又は自分は乳がんにならないと考えて乳房にしこりを感じてもなかなか病院を受診しない方です。皆様は乳がんに対していずれのお考えをお持ちでしょうか？いままでの研究から、発見される乳がん腫瘍の平均的な大きさは、定期的に乳がん検診を受ける方は16mmで、しこりを感じてすぐに病院を受診される方は21～24mmです。しこりを感じても放置してしまう方は33mmです。乳がん検診で発見される乳がんは、治癒が期待できる早期乳がんが多いです。しかし、しこりを長期間放置される方は、乳がんが全身に広がる進行乳がんとなり、治療しても治らない可能性は、早期乳がんよりかなり高くなります。乳がんから命を守るために今日からできることは、ご自身の乳房を定期的に触っていただいて、しこりを感じたり、痛みがあれば、すぐにお近くの外科または婦人科の病院を受診することをお勧めします。異常があれば乳腺専門医のいる病院へご紹介いただけます。

この敦賀FM放送「健康一口メモ」をお聞きの女性は、乳がん検診をうけている、あるいは、乳がんに注意している方が多いと思います。ご近所の方やお友達から、乳房にしこりがあるとご相談をうけたら、すぐにお近くの病院を受診するようアドバイスしてあげてください。福井県内では、バス検診または病院検診のいずれかを選択可能ですので、しこり等の症状がなければ、ご都合に合わせて乳がん検診を2年に1回受けることもお勧めします。乳がん検診をうけても、その後に乳がんが見つかる方も僅かですがいらっしゃるのです。乳がん検診後も定期的に乳房の触診をご自身で行っていただきたいと思います。乳がん罹患することに注意してご生活いただくことが乳がんから命を守るために

は大切です。