

乳がん Q&A 広報げろ 2018.10

乳がん Q&A

乳がんに対する疑問について考えてみました。

Q: 乳がんになりやすい人とは。A: 今後10人に一人が乳がんになると予測されている現在、乳がんは過去に比べて増えています。過去には20歳前半で出産し、母乳で育て、和食中心で肥満にくい食事というライフスタイルが多かったようです。現在では栄養過多で初潮が早く、出産年齢が遅いか出産経験がなく、閉経年齢が遅いというライフスタイルが乳がんを増やしていると考えられます。

Q: 乳がんが女性に多いのは。A: 乳がんの発生には女性ホルモン（エストロゲン）が大きく関係しています。エストロゲンの分泌期間が長いほど（初潮が早く、閉経が遅いほど）発がんリスクは高まり、出産、授乳期間はホルモンの分泌が止まるので発がんリスクが減ります。閉経後は脂肪細胞が別のホルモンからエストロゲン類似物質を作り出すので肥満がリスクを高めるのです。

Q: 日本で乳がんが発見されやすい年代は。A: 日本では乳がんは10代でもありますが、最も多い年代は40代後半から50代前半という、社会的にも家庭的にも最も責任のある年代です。

Q: 乳がんは予防できるでしょうか。A: 閉経後の肥満、アルコールはリスクとなり、授乳、身体活動はリスクを減少させるということは確実です。喫煙もリスクを高めます。各種食物、サプリメントなどの予防効果やリスクははっきりしていません。しかし、どの部位のがんでも決め手となる予防法はなく、しっかりとがん検診を受けることが大切です。

Q: 乳がんは痛いでしょうか。A: 普通、乳がんには痛みはありません。しかし乳房には様々な原因で痛みを感じることがあり、それをきっかけに受診して乳がんが発見されることもあるので、少しでも、どのような異常でも感じたら検診を待つことなく乳腺外来を受診しましょう。

Q: 乳がんは遺伝するのでしょうか。A: 乳がんを発症した人の5～10%は、遺伝的に乳がんを発症しやすい体質をもっていると考えられています。家系内に乳がん患者がいる場合、乳がんの発症リスクが高まりますが、ほとんどは遺伝以外の生活習慣など、環境因子が類似していることが関係していると考えられています。

Q: 乳がんは自分で見つけられるのでしょうか。A: 乳がんは検診で発見されることもありますが自分で発見できる唯一のがんでもあります。金山病院で治療した乳がんの多くは自分で異常を感じての受診によるものです。自分では乳がんと確定はできませんが、早期の乳がんでも、左右の乳房の同じ位置を比較しながら定期的に自己検診することによって異常に気づくことができることがあります。詳しい自己検診法は金山病院ホームページの乳腺外来を参考にしてください。

Q: 検診はマンモグラフィーか超音波診断か。A: 両方を行うのが理想です。その違いについては今回は紙面の都合上「金山病院ホームページの乳腺外来」をご覧ください。

乳がんに対する疑問については随時お答えしています。来院時などに外科でお尋ねください。