

## 乳房の病気について～乳癌検診のススメ～

小樽掖済会病院

外科医長 今野 愛

### 1. 乳房に気になることがあったら？

乳房にしこりができたら乳癌かもしれない、と多くの方は想像されると思います。しかし、実際には「痛み」や「乳頭から分泌物が出る」など、しこり以外の症状に気付くこともあります。また、乳癌検診を受けてみようか、と思い立ったとき、どこを受診するのか、ご存じでしょうか。乳腺外科や乳腺クリニック、乳癌検診をうたった婦人科や内科が近くにない場合、男女を問わず外科を受診していただくのが一般的です。

また、ひとくちに乳房のしこりといっても、「乳癌」「繊維腺腫」「嚢胞（のうほう）」「膿瘍」など数多く、男性でも「女性化乳房」という比較的よく見られるものがありますし、乳癌患者さんの200人に1人は男性です。老若男女・良性悪性を問わず、乳房に関わる病気にかかる可能性があります。気になることがあった場合は迷わず受診やかかりつけ医への相談をおすすめします。

### 2. 乳がんについて

近年認知されるようになってきた乳癌ですが、他人事と思われていないでしょうか。現在、日本の女性の癌において、乳癌の罹患率は第1位、死亡率は第5位で、年間1万人以上が乳癌で亡くなっています。欧米と比較するとこれらの数字は低いものの、増加傾向にあります。また、他の癌と比較して若年で発症し、ピークは40歳代後半と60歳代前半であることが大きな特徴ともいえます。

乳癌は治療成績が一般に良いとされ、再発してからの生存率が比較的高く、いわゆる「長くつきあっていく」性質の癌ですが、早期乳癌は手術で治ることも期待できます。また、40歳代以上の女性に対するマンモグラフィ検診は、受診された方の乳癌での死亡率を下げることが学問的に明らかになっています。実は日本の乳癌検診の受診率は全国平均で30%前後とされています。欧米では近年乳癌死亡率が下がっていますが、その検診受診率は70～80%といわれ、日本での普及がいかに未達成であるかがお分かりいただけるかと思えます。そこで近年、乳癌検診の啓蒙活動が行われています。皆さんも「ピンクリボン運動」という言葉を一度は耳にしたことがあるのではないのでしょうか。

また、乳癌にかかりやすい要素（危険因子）は複数考えられており、アルコール摂取、喫煙など生活習慣に関わるものもありますが、注意していただきたいのは乳癌になった血縁者がいるかどうかです。いわゆる「遺伝性乳癌」でなくとも、家族に乳癌患者がいれば乳癌を発症するリスクは増加し、その家族が血縁上より近く、発症した人数が多く、発症した年齢が若い場合はさらにそのリスクが増加することがほぼ確実となっていますので、これに該当する方には特に、自己検診や定期的な乳癌検診を受けることをお薦めしています。

### 3. 乳癌検診の流れ

一般的な乳癌検診は、問診表の記入とマンモグラフィの撮影の後に触診を行います。施設によっては、超音波検査を追加したりマンモグラフィを行わないなど、ご要望にお応えすることも可能ですが、確実に死亡率を低下させることが明らかになっているのは、40歳以上の女性に対するマンモグラフィ検査を併用した検診であることと、検診を受けたから乳癌にならない、ということではないことをご理解いただければと思います。

検診で精密検査が必要と判断された場合は病院で検査を行います。実際のしこりや、写真で異常が疑われる部分を再確認し、必要があれば実際に針で刺して細胞や組織を採取し、顕微鏡で検査して癌細胞がいるかどうかを見ます。少し痛みを伴う検査となりますが、多くはこれらの検査で乳癌かどうかが明らかになります。

### 4. 乳癌と診断されたら

乳癌と診断された場合、必要に応じて、CT、骨シンチグラフィなどの検査を行い、癌の広がりや程度を調べます。この結果を踏まえて、手術・薬物療法・放射線療法などを組み合わせて行います。乳癌の治療薬は多岐にわたり、個人によって行う治療法やそのタイミングが異なることも珍しくありません。

### 5. 乳癌の遺伝子検査について

昨今、一躍注目を浴びた遺伝子検査について触れます。遺伝性乳癌は全乳癌の5～10%とされていますが、そのすべての患者さんに遺伝子異常があるわけではなく、遺伝子異常のある方の全員が乳癌になるわけではありません。最も有名な'BRCA1/2'という名前の遺伝子の変異については、日本人は欧米人よりも頻度が低いことがわかっています。

現在の日本では、遺伝子検査を行うことができる施設は限られており、保険適応ではな

いため、高額な料金がかかるのも事実です。専門施設で、検査に関する十分な説明を受けていただいた成人の方に限り受けていただける検査となっています。その結果、予防的な乳房切除を行わず、乳癌検診を継続的に受けていただくという選択をされる方もいるわけです。

## 6. 自己検診

最後に、一度自己検診をお試しいただくことをお勧めします。閉経前の方は、生理前や生理中は乳房が張っていることが多いので、生理が終わった4～5日後に鏡の前で全体の乳房の形をチェックしてみましょう。

(1) 左右に明らかな差があったり、どこかに皮膚のへこみやひきつれがあったり、乳首が以前と違ったり、ただれていないかを確認します。

(2) その後両腕を上げて再度見た目をチェックします。

(3) 次に仰向けになって乳房全体を指先で軽くなでるように触っていきます。このとき、指先で乳房をつままないことがポイントです。

(4) 最後に、起き上がって脇の下にしこりがないかを確認し、乳首を軽くつまんで血液の混じった分泌物が出ないかを確認します。

一連の流れは、個人個人で順番を変えたりしても全く問題ありません。面倒に思われるかもしれませんが、これを行うことで、1 cm未満のしこりをご自分で見つけて受診される方も実際にいらっしゃいます。もしこれを読んで、興味はあるけれど難しいという方は一度検診を受けられてみてはいかがでしょうか。

小樽掖済会病院

〒047-0013

小樽市色内 1-10-17

TEL:0134 (24) 0325

FAX:0134 (25) 3408

URL:<http://www.otaru-ekisaikai.jp/>