



To 松本エリアのイクママ&イクパパ From 松本市立病院

市立病院通信

医療スタッフ
リレーコラム

【今月の担当】高木 洋行

松本市立病院 院長 乳腺専門医
最終回の今回は、子育て中のお母さんたちに、お子さんたちだけではなく、自分たちの身体も大切にしたいという思いを込めてのメッセージです。「これってどうなの？」と関心が高い内容を分かりやすく解説してしてもらいました。検診では松本市立病院をぜひご利用ください。(職員代筆)



<シリーズ最終回> 乳がんの常識・非常識

■松本市立病院の産科・小児科医師、助産師、栄養士などの医療スタッフが、それぞれ専門の立場で執筆を担当。地域のママ・パパ(ブレママ・ブレパパ)に向けて、お知らせしたい医療情報や旬の話題などを月替わりでお届けします。

乳がんを患う芸能人が多いため、とかくマスコミで取り上げられることも多い乳がんですが、意外と間違った情報が飛び交っていることを感じる場合があります。皆様に正しい知識を伝授し、これを契機に検診を受ける方が増えて欲しいと思います。

1. 私は胸が小さいから、乳がんにはなりにくいわ！

これは一部当てはまりますが、正確ではありません。乳房の大きさは主に脂肪の量で左右されます。乳がんは乳腺組織から発生しますから、乳房の大きさと乳がんの発生は関係ありません。

しかし、体全体の肥満と乳がんの発生率が検討されていて、正の相関を示します。閉経後の婦人は、肥満が乳がんのリスクファクターであることは確実とされ、閉経前の若年者もほぼ確実とされています。

2. 生理が終わっても胸が痛いなんて初めて。きつと乳がんだわ！

これは間違いです。外来でよく聞く訴えです。がんは痛い病気ということになっているからでしょうか。確かに、がんが進行した終末期には、モルヒネを必要とする疼痛が知られています。ところが、乳腺の中にかかなり大きなしこりがあっても痛くありません。

逆に言うと、乳がんは症状が出にくいのです。早期発見には症状がなくても検診を受けることが推奨されている所以です。

3. タバコは乳がんにも関係あるんだって！

これは正しいです。タバコは肺がんばかりでなく、多くのがんの危険因子とされています。乳がんとの関係も証明されています。ご自身が吸わなくても、受動喫煙、つまりご主人のタバコの煙も乳がんのリスクを高めると言われています。

ちなみに、アルコールも乳がんの危険因子であることが分かっています。多く飲む人ほど乳がんになりやすいというデータですので、お酒もほどほどがいいようです。

4. マンモグラフィー検診は40歳からっていうことは、35歳の私は乳がん検診を受けなくていいのかしら？

イヤイヤ受けてください、エコー検診があります。乳がんの発症率は60歳代と40歳代が多いと言われ、30歳代も多いです。白黒の世界であるマンモグラフィーでは、乳腺組織は白く、脂肪は黒く写ります。脂肪の比率の高い乳房のほうが、しこりは見つけやすくなります。日本人は脂肪に対して乳腺の比率が高い高濃度乳腺であると言われています。さらに若年であるほどその傾向は強く、マンモグラフィーでのがんの発見率が下がります。目安として40歳以上がマンモグラフィー検診、40歳未満はエコー検診が推奨される理由です。

しかし最近の知見では、40歳以上でもエコーとマンモグラフィーの両方を受けると、精度が上がるということが証明されました。定期的な受けることと、エコーとマンモグラフィーを組み合わせることが賢い検診と言えます。

5. パン食は乳がんになりやすいから、ご飯と味噌汁が一番！

少し間違っているようです。乳がんが増えてきたと言えども、まだまだ欧米人に比して日本人が少ないのは、日本食がいいからという通説があります。確かに、ハワイで生まれ育った日系人は、アメリカ本土の白人並みの乳がん発症率になっています。しかしこれは生活スタイルそのものの欧米化が乳がん発症率を高めていると考えられます。例えば、初潮の若年化や閉経の高齢化は乳がんの危険因子です。話を食べ物に戻しますと、パンとご飯で科学的に比較した研究はありません。さらに、緑茶が乳がんの発症を抑制する効果は残念ながら証明されませんでした。一方、大豆食品・イソフラボンは乳がんの発症リスクを減少する可能性があると考えられています。

6. 卵巣や子宮に病気がある人は乳がんになりやすいって！

これも間違った情報です。誤解を招いた遺伝性乳がんのことを整理しましょう。アンジェリーナ・ジョリーさんが、乳がんになりやすいBRCA遺伝子異常を持っていることが分かり、予防手術として両側の乳房を切除しました。実は、正確な病名を「遺伝性乳癌卵巣癌症候群」と言います。乳がんばかりでなく卵巣がんにもなりやすいと言われています。ですからアンジェリーナ・ジョリーさんは卵巣切除も受けました。日本人はこの遺伝子異常の家系は欧米人に比べて少ないと言われていますが、母親・姉妹など近親者に乳がんもしくは卵巣がんの方が複数いらっしゃる方は、検診をしっかり受けて欲しいと思います。さて、卵巣や子宮の良性疾患と乳がんの発症には関係ないことが確認されています。

7. 乳房再建も保険で受けられるようになった、本当ですか？

本当です。以前より自分の腹筋や背筋で再建する手術は保険で受けられましたが、体に優しい人工物で再建する手術も保険が効くようになりました。乳がんの手術には、部分切除である乳房温存手術と全摘である乳房切除術があります。全摘はもちろんのこと、無理して温存手術にして形が崩れてしまうより再建乳房のほうがきれいなため、乳房切除して一期的に乳房再建する症例が増えていますが(ただし、この手術は認定された病院でないと受けられません)。

お伝えしたいことはたくさんあるのですが、この辺にしておきます。正しい知識を持って、乳がん検診を受ける方が増えることを願っています。



松本市立病院
Matsumoto City Hospital

〒390-1401 松本市波田 4417-180

TEL(0263)92-3027(代表)

http://www.hp-hata.com/

■受付時間 8:15~11:30

■産婦人科は予約制です。詳細は平日の15:30~17:00にお電話でお願いいたします。

■小児科では予防接種の受け付けをしています。ご相談ください。

