

乳がんが気になる

乳がんて亡くなる人は毎年増加を続け、中高年女性のがんの死亡原因の1位を占めています。しかし乳がんは、早期に発見し治療すれば治癒率も高いため、月に1度の自己検診と年に1度の乳がん検診を心掛けることが大切です。



● 乳がん増加の2大原因

乳がんの増加の背景には、ライフスタイルの欧米化、特に食生活の変化と、女性ホルモンの分泌量・分泌期間が大きく関係していると考えられます。

食生活の変化



肉や乳製品等の高脂肪食品が増加
⇒
動物性脂肪の摂取と乳がんの発生は比例関係にあります

女性ホルモン



未婚や出産年齢の高齢化
⇒
女性ホルモンの分泌量や分泌期間が増加します
初産年齢の若年化
閉経年齢の高齢化

● 乳がんの相対危険度 (危険のない人を1とした場合の乳がんの発生危険度)

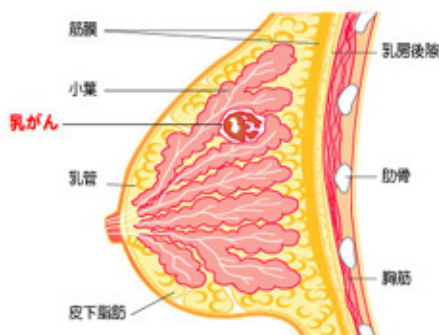


(富永純氏「乳がんのhigh groupとは」より作成)

● 複雑な乳房のしくみ

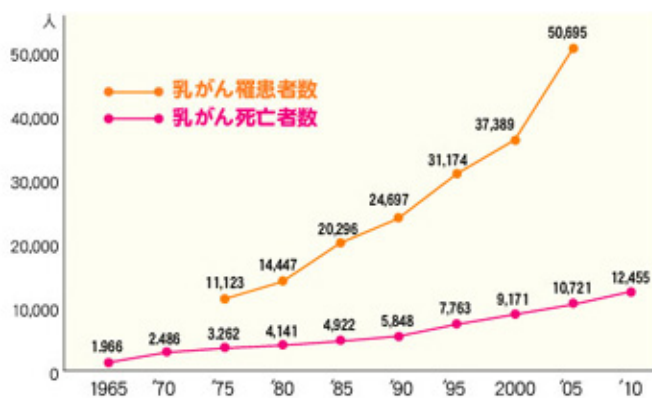
乳房は、脂肪や血管、神経の他に、腺葉(小葉の集まり)や乳管などの乳腺組織から成ります。乳がんのほとんどは、この乳腺組織にてきます。

腺葉や乳管の細胞内部に発症したものを「非浸潤性乳がん」、細胞外部まで大きくなったものを「浸潤性乳がん」と言います。



● 増加傾向の乳がん

日本女性の15~16人に1人が乳がんにかかると言われています。実際、罹患者も死亡者も年々増加しており、近い将来、女性のがんの1位になると予測されます。



乳がん罹患者数：「地域がん登録全国推計によるがん罹患者データ(国立がん研究センター)」をもとに作成
乳がん死亡者数：「人口動態統計(厚生労働省)」をもとに作成

ヘルシーコラム ~早期発見が決め手~

胸にしこりを感じて初めて受診することの多い乳がんですが、診断では「進行がん」の場合が多く、まだまだ乳がんに対する意識が薄いのが現実です。乳がんは、がんのなかでも初期段階で適切な治療を行えば、高い確率で治癒できると言われています。少しでも違和感を感じたら、ためらうことなくすぐに受診しましょう。

● 乳がんと間違えやすい病気

乳房にしこりを感じたら、すぐに乳がんを疑いがちですが、実際は乳がんではなく、良性のしこりである場合が多いのです。もちろん自己判断は禁物ですので、おかしいと思ったらすぐに専門医を受診しましょう。

線維腺腫

痛みがなくて触ったり押したりするとクリクリと動くしこりができます。周囲との境がはっきりしていることが多いのが特徴。20歳前後の若い女性にも発症する良性腫瘍で乳がんとはよく間違われます。

乳腺症

40代の女性に多く見られます。月経前に乳房が張ったり、痛みを伴うしこりが現れ、乳頭から分泌物が出ることもあります。女性ホルモンの分泌が減少し、年齢と共に治まるという特徴があります。

乳腺炎

出産後に母乳がたまり乳首からばい菌が入ることで発症し、乳房が赤く腫れたり膿が出ることもあります。中高年でこの症状がある場合は炎症性乳がんの疑いがあるため、一刻も早く受診しましょう。

※良性のしこりと乳がんは同時に進行することがあります。しこりを感じたら自己判断せずにすぐに受診しましょう。

検診は あなたの健康バロメーター！

「ちばこくほ」千葉県国民健康保険団体連合会