OUKA
The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	乳がん
Author(s)	太田, 潤
Citation	癌と人. 1989, 16, p. 17-19
Version Type	VoR
URL	https://hdl.handle.net/11094/24059
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

乳　　が　　ん

太　田　　潤*

★日本人の乳がんは，年々増えている

婦人に発生するがんの中で，乳がんは子宮がんとともに代表的な病気です。

世界的にみて，日本人の乳がんは多いのでしょうか。1978年から1979年の世界39ヶ国における乳がんの死亡率（訂正死亡率）を比較したデータがありますが，これによると人口10万人当りの死亡率はトップグループのイギリス27.7，スコットランド27.6，アイルランド26.5，オランダ25.8などに比べて，日本は5.2で最も率の低い国に属しています。一般に乳がんの死亡率は，北欧，北米諸国や，ニュージーランド，イスラエルなどで高く，日本を含むアジア，中南米諸国では低いのです。この原因の一つとして脂肪，特に動物性脂肪（たとえばバター，チーズ，ハム，乳製品など）の摂取量との間に関連があるといわれています。

それでは，日本人の乳がんは，増えているのでしょうか。第２次世界大戦後より現在までの乳がんの死亡率の推移を見ると明らかに上昇傾向にあり，特に1965年以降の上昇は，急激に認められています。そして1986年には乳がんで亡くなられた人は5,000人を越え，将来の予測では，2,000年には乳がんにかかる人が27,400人となり，女性で最も多いがんになるといわれています。この増加の原因は，日本人の生活環境の欧米化，特に食事の面で動物性脂肪を多く取るようになったのも一因とも考えられます。

★乳がんの予防の決め手は，早期発見である

愛知県がんセンターの富永先生のまとめられたデータによりますと，乳がんにかかりやすいのは，以下にあげるような人といわれています。

1）40才以上の人
2）30才以上の未婚の人
3）初産年齢が30才以上の人
4）閉経年齢がおそい人（55才以上）
5）肥満の人（標準体重の20％以上），栄養状態の良すぎる人（過栄養）

などです。

以上にあげた項目に該当するからといって，必ず，乳がんにかかるというわけではないのはいうまでもありません。

乳がんの予防とはいっても，現在のところ，がんになることを確実におさえることが出来ませんので，予防すなわち，がんを早期のうちに見つける（早期発見）ということになるでしょう。

上にあげたような人は特に，そうでない人も乳がんをまず早く見つけることが大切であるということを認識していただきたいと思います。

★乳がんの自覚症状は，まず，しこりである

図１は，しこりの大きさによって分類した時の生存曲線を示しています。しこりの大きさは病気の進行度（病期）と密接な関係にあり，しこりが小さいほどその生存率は高いことがわかります。

乳がんの自覚症状としてあげられるものは，まずはこのしこりなのです。ほかにも痛みや，乳頭からの異常分泌，皮膚の発赤などがありますが，最も多くみられ，また注意をはらうべき症状はしこりなのです。

＊大阪大学助手（微生物病研究所附属病院外科）

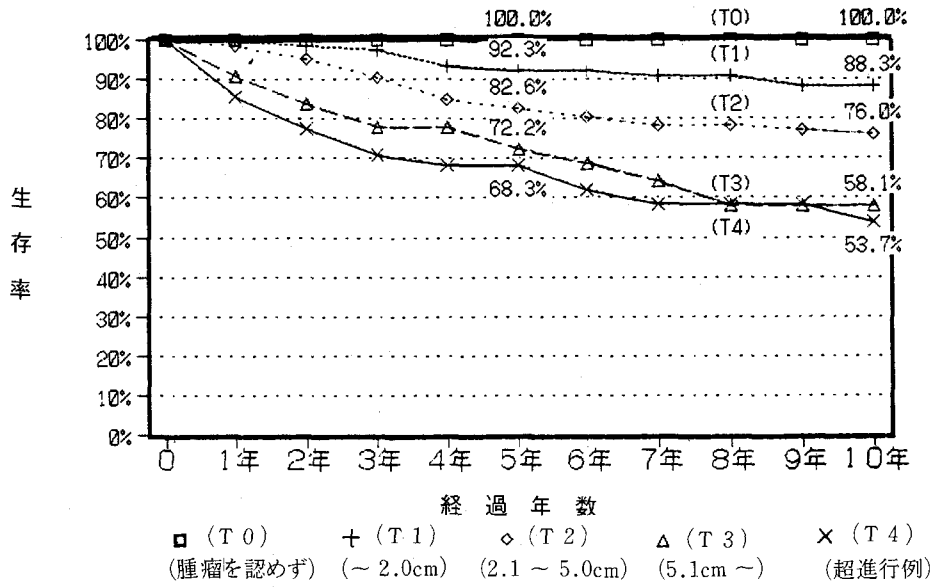

図1　しこりの大きさと生存率

このしこりを早期の小さいうちに見つけることが大切なことです。そのために後で述べる集団検診や，自己検診が重要となってきます。

★乳がんの集団検診

私たち阪大微研病院外科が，大阪癌研究会と協力して乳がんの集団検診をはじめてから20年が経ちました。その方法は，各市町村から公報などのよびかけにより，集検受診希望者のかたに休日診療センターなどの施設にお集まりいただき，ここで視診触診を中心とした診察を行い，精密検査が必要とされた人に対して，後日レントゲン検査などの処置がされています。後は，検査と治療の項で述べているような方法にしたがって，必要に応じて，検査が進められます。

私たちは検診の受診間隔は，年1回が適当だと考えています。

★乳房の自己検診法

乳がんは，体の外から触れることが出来る数少ないがんの一つです。早期発見のためには，先に述べた年1回の集団検診の受診のみで安心せず，月1回の自己検診をおすすめします。最近の研究報告によれば，この自己検診の重要度はかなり注目されており，方法さえ間違わなければ，これでほとんどの癌が見つけられるとさえいわれています。それも早期に。おおげさに考えず，気楽に永く続けることが大切です。

具体的な方法をお示しします。

自己検診法：(乳癌研究会編，乳癌集団検診の手引より抜粋)

毎月一定の日を決めておく。(閉経前の人は，月経終了後1週間目。閉経後の人は，毎月1日など忘れにくい日を決めておく。)

①お風呂で：両側乳房に石鹸をつけ滑りやすくする。図2のように指をそろえて，撫でるくらいに圧迫しながら行う。図3，4のような方向に行っても良い。大切なことは，乳房全体をくまなく行い，操作をゆっくり慎重に行うことである。腕は上げた状態と，下げた状態の両方で行う。

②ベッドの上で：出来れば，乳房にベビーパウダーを塗り，指が滑り易くすると良い。方法はお風呂で行ったのと同様でよい。

③鏡のまえで：腕を上下したり，上半身を少し

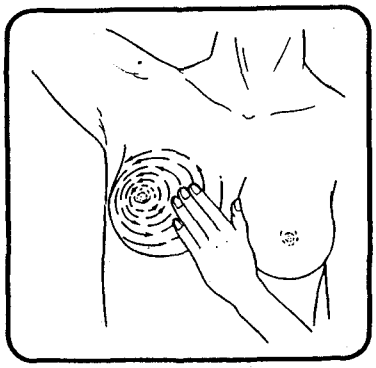

図2　坐位，挙上位
（厚生省公衆衛生局結核成人病課1981.より引用）

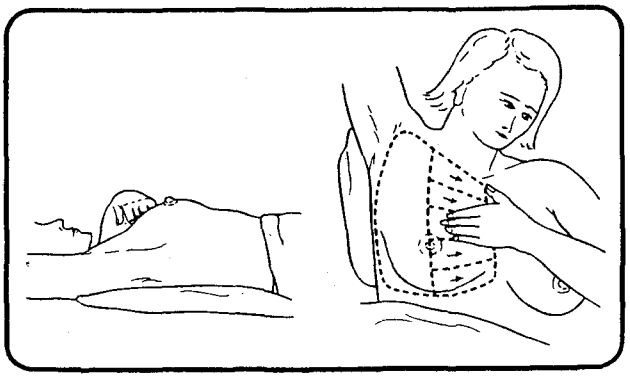

図3　仰臥位，挙上位における内半側の触診
（日本対ガン協会乳がん技術部会1984.より引用）

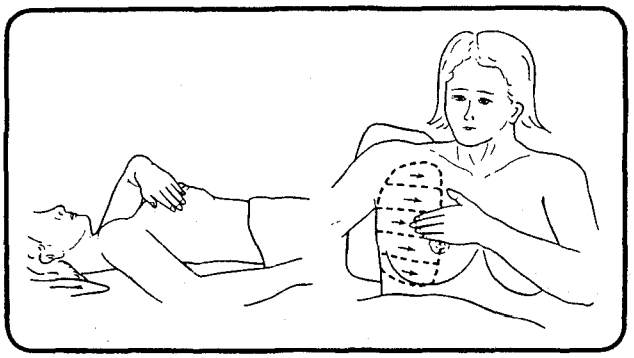

図4　仰臥位，正常位における外半側の触診
（日本対ガン協会乳がん技術部会1984.より引用）

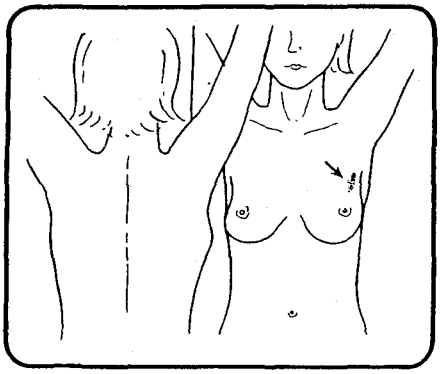

図5　乳房皮膚，乳頭の検査
矢印部はえくぼ症状を示す。
（厚生省公衆衛生局結核成人病課1981.より引用）

前かがみにしたりして，皮膚の盛り上り，へこみ，えくぼ症状，左右の乳頭の高さの差などを観察する。（図5）

乳頭のびらんや湿疹，乳頭からの異常分泌に注意する。

★乳がんの検査と治療

乳がんが，疑われば視診，触診に加えて，マンモグラフィー（レントゲン検査），超音波エコー，CTマンモグラフィー，穿刺細胞診など様々な検査が必要に応じて行われ，診断されます。これだけの検査でもなお良性悪性の判定がつけ難いときは，局所麻酔下に，外来通院で出来る小手術（生検）が行われ最終的な診断がなされます。その結果，乳がんと診断されれば，早期に治療を行いますが，その治療法については，病期の進行度に従って，最も適切な方法が選択されます。

さいごに

乳がんについて，いろいろとお示ししましたが，私が最も申し上げたいことは，乳がんは，わが国において増加しているがんであるけれども，月1回定期的に自己検診を行い，年1回集団検診を受けることによって，早期発見が可能となり，ほぼ100％完全治癒を望める病気であるということであります。

また，たとえ乳がんにかかり，病期が進行したものであっても，現在，有効な抗癌剤や，ホルモン剤の研究が進み，かなりの効果を示す薬剤が，出現してきていることも，申し添えます。