

部位別
がん研究
室

FILE
05
乳がん①

乳がんの基礎知識

誌上セミナーは今回から乳がんを取り上げ、がん研究会有明病院の先生方にリレー形式でご執筆いただきます。初回は、乳がんとはどのようなものか、知っておきたい基礎知識についてです。

1 乳がんの疫学

全国がん登録によると2016年に日本で乳がん罹患した人は9万5525人、厚生労働省の人口動態統計では2018年に乳がんで死亡した人は1万4759人となっていて、日本では乳がんの罹患率、死亡者数ともに上昇の一途をたっています。2016年のデータでは、日本人女性の11人に1人が生涯で乳がん罹患するとされています。

部位別にみたがんの死亡者数として乳がんは、大腸がん、肺がん、膵臓がん、胃がんについて第5位ですが、30歳代から60歳代までの女性のがんによる死亡原因の第1位は乳がん

2 乳がんの原因と予防は？

日本において乳がんが増加しているのは、食生活や生活習慣の変化が原因となっていると考えられています。食生活・生活習慣と乳がん発症リスクについてまとめたのが表1です。

例えば、肥満は、乳がん発症のリスクを高める可能性が指摘されています。とくに閉経後の女性では、肥満が乳がん発症リスクを高めることが世界的にも事実とされています。閉経前の女性について世界的には肥満は乳がん発症のリスクを下げる

いわれていますが、日本人を対象とした研究では、閉経前でも肥満が乳がん発症のリスクを高める可能性があるという結果が出ています。

世界的にアルコールの摂取は、閉経の前後に関わらず乳がん発症のリスクを高めることはほぼ確実で、摂取量が増加するほど発症リスクが高くなるといわれています。

大豆製品やイソフラボンの摂取は、乳がん発症リスクを下げる可能性があります。イソフラボンをサプリメントとして大量に摂取した場合には乳がん発症リスクが低下することは証明されています。そのためイソフラボンは通常の大豆製品から摂取するのがよいでしょう。

喫煙は、肺がん発症のリスクとな

表1 食生活・生活習慣と乳がん発症リスクのまとめ

	閉経前	閉経後
肥満	リスクを高める可能性がある	リスクを高めることは確実
アルコール	リスクを高めることは確実	
大豆製品	リスクが低くなる	
イソフラボンのサプリメント	不明（イソフラボンのサプリメントを摂取することは勧めない）	
乳製品	リスクは低くなる可能性があるが、どのような乳製品をどの程度摂取すれば発症リスクが低下するかは不明	
喫煙	リスクを高めることはほぼ確実	
運動	不明	リスクが低くなることはほぼ確実
ストレス	不明	

患者さんのための乳がん診療ガイドライン 日本乳癌学会編より抜粋

図1 年齢調整罹患率（女性）

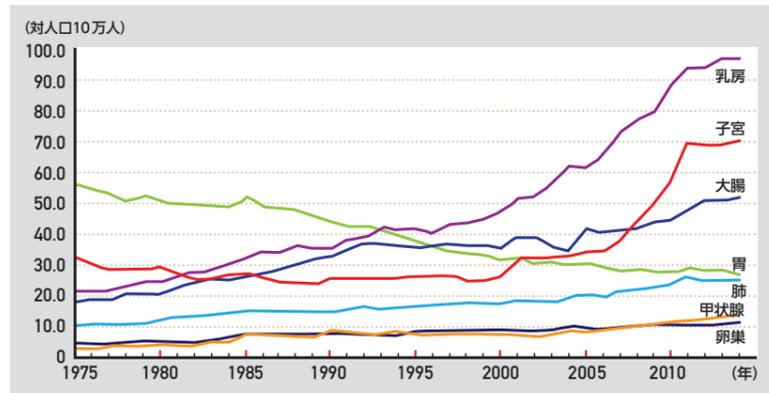


図2 年齢部位別がん死亡数割合（40歳以上）

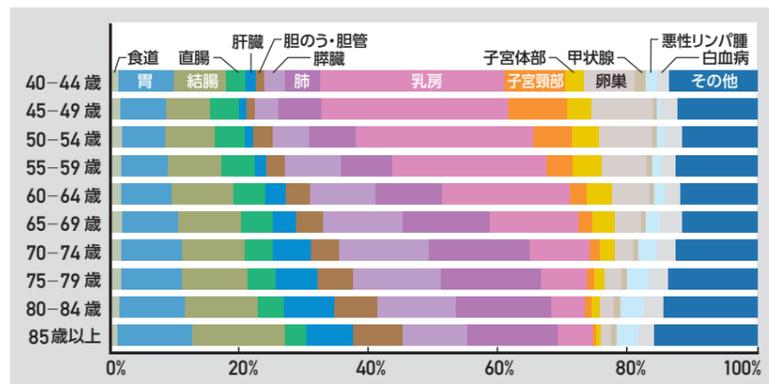


図1・図2：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」より

3 乳がんの診断

乳がんの診断の流れについて解説します。

乳房のしこりを自覚した方や、定期的な乳がん検診で精査を勧められた方が、専門機関を受診します。初めに問診として、いつからどんな症状かを聴取されたり、月経の状況や出産・授乳の経験があるか、家族で乳がんや卵巣がんやその他のがんにかかった方の有無について聞かれます。

次に視触診という乳房を観察して手を使って乳房やリンパ節の状態をみる診察を受けます。しこりがある場合は、大きさや硬さ、しこりが動くかなどを調べます。

画像検査では、まずマンモグラフィという乳房のレントゲン撮影と乳房超音波検査が行われることが一般的です。

マンモグラフィは、乳房をできるだけ薄くなるように圧迫板で挟んで

撮影します。そのため多少の痛みを感じる場合がありますが、薄く挟むことできれいな画像が得られ、被曝量を減らすことができます。マンモグラフィで腫瘍や石灰化の有無を確認します。

乳房超音波検査は、乳房に超音波を当てて、超音波が組織の境界で反射する性質を利用して画像を作る検査です。超音波検査は、マンモグラフィと異なり痛みは生じません。超音波検査は、乳房の中にしこりがあるかどうか調べるのに有用です。

マンモグラフィと乳房超音波検査で乳がんが疑われた場合や、画像検査で良性か悪性かの区別がつかない場合には、乳房に針を刺して細胞や組織を採取する検査を行います。検査の結果、乳がんという診断がつくと、がんの乳房内での広がりを調べるために造影剤という薬剤を用いた乳房MRI検査を行うことが多いのですが、乳がんが疑われた段階でMRI検査を行うこともあります。その他、乳がんの進行度（病期）を調べるために、必要に応じて骨シンチグラフィやCT、腹部超音波などの検査を行うことがあります。

ることがよく知られていますが、乳がん発症のリスクとなることもほぼ確実です。喫煙は生活習慣病の原因にもなるので、喫煙されている方はなるべく早く禁煙されることをお勧めします。

食生活や生活習慣などの環境因子が関与して発症する乳がんは、全体の90〜95%といわれています。つまり乳がんを発症した方の5〜10%は、

遺伝が関与していることとなります。これまでの研究で、遺伝子の変異により乳がんや卵巣がんを発症しやすい傾向にある遺伝性乳がん卵巣がん症候群がみつかっています。この症候群については、次回詳しく説明します。

以上のとおり、乳がん発症の原因になる可能性がある食生活・生活習慣・遺伝子変異についてさまざまながんが分かっていますが、完全

な原因というのとは分かっています。そのため、定期的に乳がん検診を受けていただくことが大事になってきます。また、検診を受けるだけでなく、普段から自分の乳房の状態に関心を持って生活することが重要です。

乳がんの診断に至ったら、次は治療へと移ります。今回は、乳がんの治療についてご説明します。



よしだ かずよ
吉田 和世

がん研究会 有明病院
乳腺センター 乳腺外科

2007年 福井大学医学部卒業。
洛和会羽羽病院にて初期研修終了後、同院外科に所属して3年間後期研修を行った。乳がん外科医として勤務。2015年よりがん研究会有明病院に勤務。乳がんの診断と外科治療に携わっている。