

【伊勢市】  
医療法人 MSC  
山村 賢太郎 先生  
＜経歴＞  
岐阜大学医学部卒業  
伊勢赤十字病院  
腫瘍内科副部長  
＜現在＞  
さいとう内科呼吸器科 嘱託医  
伊勢赤十字病院 非常勤医



病気の基礎知識や予防法をアドバイス

# Simple 健康カルテ

File No.6

## 「乳がんの基礎知識と発症リスク」

さて、今回は女性にとって（稀に男性にも発症する）身近ながんである乳がんについてお話をしたいと思います。

### 【乳がんの基本データ】

① 発症する女性も多いが、完治する女性も多い。

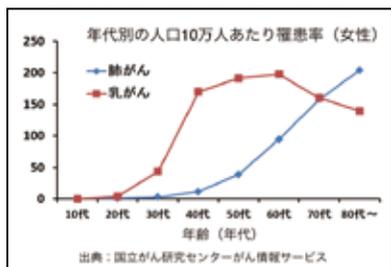
毎年、約68000人の女性が日本全国で乳がんと診断されており、多くの癌の中で女性では第一位の罹患率となっています。（2010年）

一方で、乳がんで命を落とす女性は、大腸がん、肺がん、胃がん、膵臓癌に次いで第5位で年間約13000人です。（2013年）

このように大勢の方が不幸にしてこの病気で命を落とすのですが、診断された人数から死亡した人数を差し引きすると、多くの方が完治していることも分かります。

② 他の部位のがん比べると、若い患者さんが多い。

他のがん（グラフでは代表例として肺癌を挙げました）の場合、年齢が上がるにつれて発症率が増すのですが、乳がんでは30歳代での発症も稀ではありません。



前後にピークを作るという点がきわめて特徴的です。（グラフを参照）

つまり、若いうちからの検診が重要ながんと言えるでしょう。

### 【乳がん発症の危険因子は？】

統計データから以下のような要因が乳癌発症と関連していることが分かっています。

① 女性特有のライフイベントに関連する因子（月経、出産、授乳）

月経の期間が長いことは乳がんの発症リスクを増加させると言われています。つまり、初潮が早かった女性や逆に閉経が遅かった女性にはリスクが高いと考えられています。

また、未経産の女性は経産女性よりも発症リスクが高く、経産女性であっても初産が遅かった女性には発症の危険が高まるようです。また、出産回数が多い女性ほどリスクは低下すると言われ5人以上を出産した女性は未経産の女性と比較して乳がんになる確率は50%程度にまで低下するという報告もあります。

② 食事やライフスタイルに関連する因子（運動、飲酒、喫煙、肥満）

出産後の授乳期間の長さも乳がん発症に影響するとされています。授乳期間が長ければ長いほど乳がんのリスクは低下すると言われています。授乳期間が12か月延びる毎に、4.3%乳がんになる可能性が低下すると試算もあります。

③ 遺伝要因（家族歴、出生時体重、高身長）

乳がんの家族が存在する女性は、そうでない女性と比較して発症のリスクが高いとされています。例えば、血縁の誰かに乳がんの患者がいた場合は、そうでない場合に比較して発症のリスクは平均90%増加するとの報告があります。特に、若い乳がん患者さんや、複数の乳がん患者さんが親戚にいる場合は、危険が高いといわれています。

生まれた時に大きな赤ん坊だった女性や、身長の高い女性も乳がんのリスクが上がるということが分かっています。

今回は、「乳がん検診について」を予定しています。

④ 飲酒は議論があるところですが、世界的にはアルコールの摂取量が増えるほど乳がん発症の危険が増すとされています。他の部位の癌を増加させることも知られています。お酒は飲むならばほどほどに。

「タバコ＝肺癌」と思っていますか。乳がんでもリスクの可能性が指摘されています。もちろんタバコは肺癌、食道癌、頭頸部癌、各種消化器癌等で確実な発症因子とされ、肺気腫の二因でもあります。ぜひ禁煙を。

肥満に関しては、少し混乱させる報告が出ています。閉経後の女性の肥満は確実に乳がん発症の危険を高めますが、閉経前の女性の場合はむしろ乳がん発症の危険が低下する可能性を指摘されています。しかし、肥満は乳がんだけでなく各種生活習慣病の発症、悪化を通じて女性の死亡率を高めます。適正な体重の維持が重要です。

⑤ 出生時体重、高身長

乳がんの家族が存在する女性は、そうでない女性と比較して発症のリスクが高いとされています。例えば、血縁の誰かに乳がんの患者がいた場合は、そうでない場合に比較して発症のリスクは平均90%増加するとの報告があります。特に、若い乳がん患者さんや、複数の乳がん患者さんが親戚にいる場合は、危険が高いといわれています。

生まれた時に大きな赤ん坊だった女性や、身長の高い女性も乳がんのリスクが上がるということが分かっています。

今回は、「乳がん検診について」を予定しています。