

確実にリスクが増加する(高い)

- 肥満(閉経後) ●成人期の高身長
- 出産経験がない ●初産年齢が高い
- 授乳経験がない ●高線量の被ばく
- 良性乳腺疾患(増殖性病変、異型過形成など)
- 乳がん家族歴
- 閉経後女性ホルモン補充療法

ほぼ確実にリスクが増加する

- アルコール飲料の摂取 ●喫煙
- 出生時の体重が重い(閉経前の発症)
- 早い初産年齢・遅い閉経年齢
- 医療被ばく(頻回のX線検査や放射線療法など)
- 糖尿病の既往

リスクが増加する可能性がある

- 受動喫煙 ●肥満(閉経前)
- 夜間勤務
- 経口避妊薬や低用量エストロゲン・プロゲステン配合薬の服用

「乳癌診療ガイドライン2015年版」を基に作成

# ことばの点滴

くまもと森都総合病院副院長

## 西村 令喜さんに聞く

「乳がん患者の動向を教えてください。」

「女性のがんで最も多いのが乳がんです。欧米でも患者数は増えていますが、死亡率は低下傾向にあります。一方、日本では、死亡率は欧米より低いものの、罹患率は年々上昇しています。」

「患者さんは若い方も多いのですが、全体的にはやや高齢化しています。30代後半から増え始め、40代後半にピークがあり、いったん下がって、再び60代前半にピークが来ます。欧米では60代にピークがあります。」

「国立がん研究センターの予測では、2017年に新たにがん罹患する女性は43万8100人。乳がんは、すべてのがんの中で最も多い8万9100人とされています。一方、乳がんで亡くなる人は1万4400人で、多い方から

# 肥満、飲酒、喫煙が影響

## 乳がん発症リスク

5番目に下がります。」

「早期に発見できますか。」

「検診などの普及で、がんが2センチ以下と小さく、リンパ節転移のない早期で見つかる例が多くなっています。乳がんは早期発見と適切な治療で、生存率を延ばせる病気になるていくのです。」

「どのような人が乳がんになりやすいのでしょうか。」

「乳がんの発症には、エストロゲンとプロゲステロンという女性ホルモンや生活習慣、生まれつき受け継いだ遺伝子が深く関わっています。女性ホルモンが分泌されている年数が長いほど、乳がんのリスクは上がるわけです。」

「まず確実にリスクが高い人から具体的に教えてください。」

「日本乳癌学会の乳癌診療ガイドラインが示す要因を挙げてみましょう。確実にリスクが増加する要因としては、肥満(閉経後)、出産の経験がない、初産年齢が高いことが挙げられます。また、閉経後の女性ホルモン補充療法を受けている人や、高線量の被ばくを受けた人もリスクが確実に高いです。特に家族に乳がんにかかった人がいる場合は、確実にリスクが高いと考えてください。」

「ほぼ確実にリスクが増加する要因は何ですか。」

「アルコール飲料の摂取、喫煙、



◇にしむら・れいき 熊本市出身、山口大医学部卒、熊本大大学院医学研究科修了。1985年から熊本市市民病院に勤務。同病院副院長を経て2015年から現職。日本乳癌学会監事。67歳。

出生時の体重が重い(閉経前の発症)、早い初産年齢、遅い閉経年齢、頻回のエックス線検査や放射線療法などの医療被ばく、糖尿病の既往があります。」

「リスクが増加する可能性がある要因は、

「受動喫煙、肥満(閉経前)、夜間勤務、経口避妊薬や低用量エストロゲン・プロゲステン配合薬の使用です。」

「肥満も乳がんのリスクになるのですね。」

「肥満、やせの体格指数としてBMI(Body Mass Index)があります。体重(kg)を身長(m)の2乗で割った値です。国立がん研究センターの研究でも、閉経前、閉経後ともにBMIが大きくなると、乳がんリスクが高くなりました。閉経前ではBMI30以上の場合、リスクはBMI23~25の2.25倍でした。」

「閉経後の人が運動をしっかり行うと、乳がんのリスクが少なくなることも分かっています。」

「患者にとって、最善の治療を選びたいです。」

「乳がんは、治療法や診断法、検診などが進歩し、患者さんに対応した治療の個別化が進んでおり、生存率も年々改善しています。早期発見し、専門医の治療を受けることが大切です。」