

健康メモ

乳癌は仕事や外食が関係した都市型癌です！

広島市医師会副会長
 広島赤十字・原爆病院副院長
 石田 照佳



「仕事が忙しく、
 出産経験が少な
 い」「外食が多く、
 肥満気味」など、
 そんな女性が増
 えるにつれ、乳癌の患者数は増加し、
 今では二〇年前の約三倍になりました。
 た。現在、日本人女性は一年間に約
 四万人が乳癌にかかっています。つま
 り、女性の三〇人に一人の割合で乳
 癌になる計算です。また、乳癌患者は
 一年間に約一万人が死亡し、1998
 年から女性では胃癌を抜いて癌死亡
 率のトップになりました。

乳癌は、エストロゲン（女性ホル
 モン）が乳腺に長期間影響し続ける
 ほど発生しやすくなります。妊娠中
 はエストロゲンの分泌が抑えられる
 ので、出産回数が多い女性ほど乳癌
 の危険は低くなります。逆に、出産
 の経験がない女性は、エストロゲン
 にさらされる期間が長くなり、乳癌
 の危険が高くなります。

最近の乳癌増加の理由には、女性
 の社会進出やライフスタイルの変化
 があげられます。つまり、独身、未
 産、高齢初産、出産回数減少、早い
 初潮、遅い閉経などでは、長期間、
 エストロゲンが影響し続けることに
 なり、乳癌の危険が高くなります。
 また、更年期障害に対するエストロ
 ゲン補充療法も、同様に、乳癌の危
 険が高くなります。

さらに、肥満傾向の女性では、皮
 下脂肪に含まれるアロマトーゼとい
 う酵素がエストロゲンを作るために、
 体内のエストロゲン濃度が高くなり

ます。つまり、食生活の欧米化（高
 カロリー・高脂肪食）による肥満も、
 乳癌の危険を高くします。外食も要
 注意です。

一方、乳癌は自分の手で「胸のし
 こり」として自己診断できる癌です。
 「しこり」が二センチ以下で発見できれ
 ば、五年生存率は九〇%以上と良好
 で、しかも、乳房の温存手術が行え
 ます。しかし、「しこり」が五センチ以上
 や腋窩にリンパ節腫大があれば、乳
 房の温存手術はできず、五年生存率
 も五〇%以下と不良になります。つ
 まり、乳癌は早期発見・早期治療が
 重要です。そのためには、四〇歳以
 上の女性や乳癌の危険が高い女性未
 婚で三〇歳以上、閉
 経五五歳以上、肥満
 など）は、必ず月一
 回の自己検診ととも
 に年一回のマンモグ
 ラフィー検診が必要
 です。