

聞いてなるほど!

いきいきライフ

公益財団法人SBS静岡健康増進センター健康講座「聞いてなるほど! いきいきライフ」は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ラジオの放送とウェブ配信のみで行う。今回はSBS健康増進センター副所長で乳がん専門医の中上和彦さんが「乳がん 他人事(ひとごと)ではないかも」と題し、対談を行った。聞き手はフリーアナウンサーの長谷川玲子さん。なお、この講演の様子は下記2次元コードから無料で見ることができる。

<企画・制作/静岡新聞地域ビジネス推進局>

公益財団法人 SBS静岡健康増進センター
〒422-8033 静岡市駿河区登呂 3-1-1
電話▶054(282)1109 URL▶http://sbs-smc.or.jp

乳がん ~他人事ではないかも~

主催▶公益財団法人 SBS静岡健康増進センター、静岡新聞社、静岡放送 後援▶静岡県、(一社)静岡県医師会、(一社)静岡県歯科医師会、(公社)静岡県薬剤師会、静岡市



SBS静岡健康増進センター副所長
乳がん専門医・外科専門医・がん治療認定医

中上 和彦さん

なかみ かずひこ 1951年生まれ、広島県出身。静岡県立総合病院 外科医長、乳腺外科部長、小児・女性センター長兼がん診療部センター長などを歴任。2019年より現職。乳がんの早期発見・治療のため、乳がん検診受診の重要性を呼びかけている。

普段のチェック 早期発見の1歩

発見の1歩
転移しやすい「乳がん」

長谷川(以下H)「がんの中でも、乳がんは女性に身近な病気です。中上:現在わが国では、女性の11人に1人が乳がん罹患(りかん)しています。約10年前は20何人に1人のレベルでしたが、急増して欧米の罹患率に近づいています。がんは細胞分裂時のDNAのコピーミスが原因です。人間には約60兆個の細胞があり、日々約50000個のコピーミスが起きています。もちろん、これを修復する機能もありますが、それをくぐり抜け、さらに免疫細胞でやっつけられなかったものががん化します。」

乳がんは、母乳が通る乳管の中の末梢と、母乳を作る工場の小葉で発生します。がん細胞が増えると乳管を食い破って、外にこぼれるようにがんが増殖します。さらに進行すると血管やリンパ管に入り、肝臓や肺、骨などに転移していきます。転移してしまつと、治療は難しくなります。乳がんは、がんの中ではおとなしめな性質で、年に3〜4回細胞分裂します。がん細胞ができてから我々が触知可能なレベルの1〜2センチになるまでに、7〜8年かかると言われます。ただ、乳がんは転移しやすいがんです。例えば胃がんの場合は、粘膜下層や筋層が防波堤になって浸潤を防ぐのですが、乳腺の場合は薄い乳管1枚しかないのです。ですから、早期発見が大切です。」

B、「HER2(ハーツー)」、トリプルネガティブというサブタイプに分類されます。これらのタイプによって、薬の効き具合が変わってきます。ホルモン剤は、ホルモンの逆、HER2やトリプルネガティブタイプは、ホルモンの反応性が低く、抗がん剤の反応性は高いのです。効果的な治療法が決まるので、サブタイプを分けることはとても重要なことです。」

H「遺伝子情報で薬の効果は分かるなど、乳がんの治療法は進んでいます。ちなみに乳がんは遺伝しますか。」

中上「乳がん患者の5〜10%が遺伝性と言われています。BRCA1・2という遺伝子を持っていて、80歳までに9割近い方が乳がんになるリスクがあります。このBRCA1・2による遺伝子によるがん発症は「遺伝性乳がん・卵巣がん症候群HBOC(エッチボックス)」と言われていて、特徴として、若年性(50歳以下)の発症、同時性・異時性での同側・両側の乳がんや卵巣がんの重複発症、さらに男性の乳がんも挙げられます。」

「一生懸命にがんを探そう」というのではなく、「いつもと違う変化を見つけて」ようにチェックしてください。一度乳がん検診を受けて異常がなければ、その状態をよく覚えておいて、それを基準にして変化がないかを見つけるのが効果的です。まずは、乳がん検診を受けられることをお勧めします。」

H「自分の体調の変化に気を配りながらも、気負いすぎないことも大切です。最後に、SBS静岡健康増進センターでの乳がん検診の特徴を教えてください。」

中上「当センターには、私を含めて乳がんの専門医がおります。さらにマンモグラフィーの技師も常駐しております。ですから、いつ受診されても患者さんには整った環境で検査が行えます。また、当センターをずっと利用されている方には、数年間分の画像を保存しております。ですから過去と比べて今回はどうか、という比較撮影も行えます。人によっては、検診の施設を頻りに変更する方もいらっしゃいます。これはあまりお勧めできません。施設ごとに過去の自分のデータが散逸してしまうからです。そのためにも同じ施設に決めて、定期的に受診を続けられることをお勧めします。」

また今年度から当センターでは、乳腺のCT版とも言える、輪切りの写真が撮れるトモグラフィを導入しました。過去に腫瘍(しゅりょう)、FAD(局所的非対称陰影)、乳腺症や高濃度乳房の指摘があった方にお勧めしています。」

そして私自身、専門医として患者さんのさまざまな相談に応じたいと思っています。乳がんについて悩まれている方は、案外少なくありません。検診の折にご希望があれば、できる限りご相談に応じたいと思っていますので、気軽に申し出てください。乳がんは、早期であれば治せる疾患です。他人事だと決まらずに、まずはセルフチェックを習慣づけ、普段と違うところはないか確認を、そして当センターなど、乳がん検診を行う施設で、2年に1度は乳がん検診を受けるようにしましょう。」

タイプで異なる効果的な治療法

H「乳がんの治療法とは。中上:乳がんの基本的な治療には、全身治療と局所治療があります。全身治療には、抗がん剤治療、ホルモン剤治療、分子標的治療があります。局所治療は乳房温存手術、乳房切除術、放射線治療が行われます。現在では、微小な転移やがんを薬で小さくしてから手術する方法なども行われています。」

H「自己チェックを行う上でのコツは。中上:乳房を指でつままずに、平手でなでるように、脇も含めて調べてください。乳腺も腫瘍もしこり状なのですが、乳腺は平手だと感知しにくくなるので、腫瘍を見つけやすいです。タイミングは生理期間以外で、毎月1回行うのがベストです。」

H「いつもと違う変化 月1回チェックを。中上:乳がんの発生部位は、乳首より上半分にできやすい傾向があります。7割超のがんがここに発生しています。チェックポイントとしては、乳房の変形や左右差はないか、ひきつれ・ただれ・しこりはないか、えくぼのような

へこみはないか、出血や異常な分泌物はないかを見てください。」

「一生懸命にがんを探そう」というのではなく、「いつもと違う変化を見つけて」ようにチェックしてください。一度乳がん検診を受けて異常がなければ、その状態をよく覚えておいて、それを基準にして変化がないかを見つけるのが効果的です。まずは、乳がん検診を受けられることをお勧めします。」

そして私自身、専門医として患者さんのさまざまな相談に応じたいと思っています。乳がんについて悩まれている方は、案外少なくありません。検診の折にご希望があれば、できる限りご相談に応じたいと思っていますので、気軽に申し出てください。乳がんは、早期であれば治せる疾患です。他人事だと決まらずに、まずはセルフチェックを習慣づけ、普段と違うところはないか確認を、そして当センターなど、乳がん検診を行う施設で、2年に1度は乳がん検診を受けるようにしましょう。」

また今年度から当センターでは、乳腺のCT版とも言える、輪切りの写真が撮れるトモグラフィを導入しました。過去に腫瘍(しゅりょう)、FAD(局所的非対称陰影)、乳腺症や高濃度乳房の指摘があった方にお勧めしています。」

そして私自身、専門医として患者さんのさまざまな相談に応じたいと思っています。乳がんについて悩まれている方は、案外少なくありません。検診の折にご希望があれば、できる限りご相談に応じたいと思っていますので、気軽に申し出てください。乳がんは、早期であれば治せる疾患です。他人事だと決まらずに、まずはセルフチェックを習慣づけ、普段と違うところはないか確認を、そして当センターなど、乳がん検診を行う施設で、2年に1度は乳がん検診を受けるようにしましょう。」

乳がんは、母乳が通る乳管の中の末梢と、母乳を作る工場の小葉で発生します。がん細胞が増えると乳管を食い破って、外にこぼれるようにがんが増殖します。さらに進行すると血管やリンパ管に入り、肝臓や肺、骨などに転移していきます。転移してしまつと、治療は難しくなります。乳がんは、がんの中ではおとなしめな性質で、年に3〜4回細胞分裂します。がん細胞ができてから我々が触知可能なレベルの1〜2センチになるまでに、7〜8年かかると言われます。ただ、乳がんは転移しやすいがんです。例えば胃がんの場合は、粘膜下層や筋層が防波堤になって浸潤を防ぐのですが、乳腺の場合は薄い乳管1枚しかないのです。ですから、早期発見が大切です。」

B、「HER2(ハーツー)」、トリプルネガティブというサブタイプに分類されます。これらのタイプによって、薬の効き具合が変わってきます。ホルモン剤は、ホルモンの逆、HER2やトリプルネガティブタイプは、ホルモンの反応性が低く、抗がん剤の反応性は高いのです。効果的な治療法が決まるので、サブタイプを分けることはとても重要なことです。」

H「遺伝子情報で薬の効果は分かるなど、乳がんの治療法は進んでいます。ちなみに乳がんは遺伝しますか。」

「一生懸命にがんを探そう」というのではなく、「いつもと違う変化を見つけて」ようにチェックしてください。一度乳がん検診を受けて異常がなければ、その状態をよく覚えておいて、それを基準にして変化がないかを見つけるのが効果的です。まずは、乳がん検診を受けられることをお勧めします。」

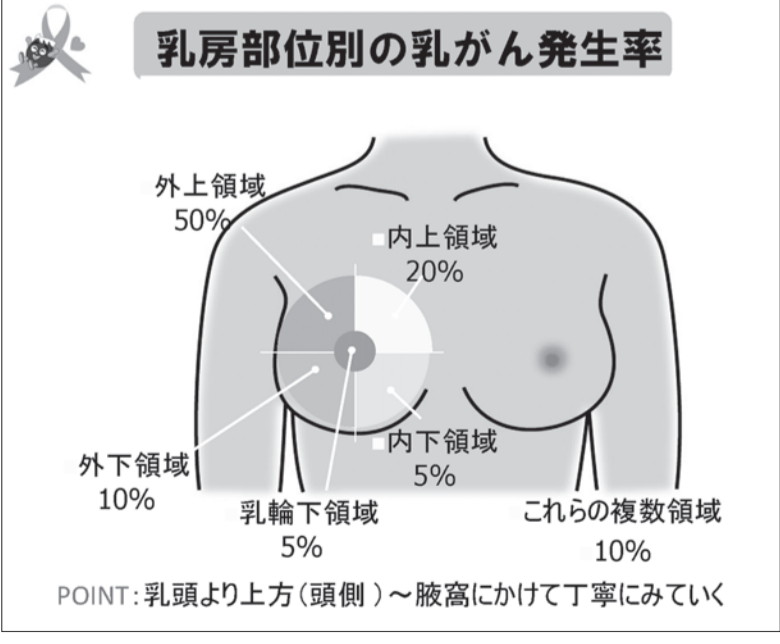
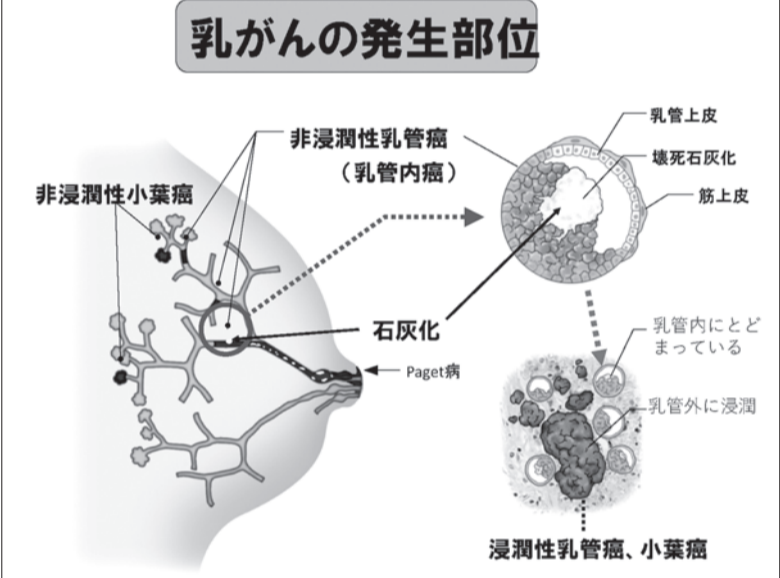
そして私自身、専門医として患者さんのさまざまな相談に応じたいと思っています。乳がんについて悩まれている方は、案外少なくありません。検診の折にご希望があれば、できる限りご相談に応じたいと思っていますので、気軽に申し出てください。乳がんは、早期であれば治せる疾患です。他人事だと決まらずに、まずはセルフチェックを習慣づけ、普段と違うところはないか確認を、そして当センターなど、乳がん検診を行う施設で、2年に1度は乳がん検診を受けるようにしましょう。」

また今年度から当センターでは、乳腺のCT版とも言える、輪切りの写真が撮れるトモグラフィを導入しました。過去に腫瘍(しゅりょう)、FAD(局所的非対称陰影)、乳腺症や高濃度乳房の指摘があった方にお勧めしています。」

そして私自身、専門医として患者さんのさまざまな相談に応じたいと思っています。乳がんについて悩まれている方は、案外少なくありません。検診の折にご希望があれば、できる限りご相談に応じたいと思っていますので、気軽に申し出てください。乳がんは、早期であれば治せる疾患です。他人事だと決まらずに、まずはセルフチェックを習慣づけ、普段と違うところはないか確認を、そして当センターなど、乳がん検診を行う施設で、2年に1度は乳がん検診を受けるようにしましょう。」

また今年度から当センターでは、乳腺のCT版とも言える、輪切りの写真が撮れるトモグラフィを導入しました。過去に腫瘍(しゅりょう)、FAD(局所的非対称陰影)、乳腺症や高濃度乳房の指摘があった方にお勧めしています。」

そして私自身、専門医として患者さんのさまざまな相談に応じたいと思っています。乳がんについて悩まれている方は、案外少なくありません。検診の折にご希望があれば、できる限りご相談に応じたいと思っていますので、気軽に申し出てください。乳がんは、早期であれば治せる疾患です。他人事だと決まらずに、まずはセルフチェックを習慣づけ、普段と違うところはないか確認を、そして当センターなど、乳がん検診を行う施設で、2年に1度は乳がん検診を受けるようにしましょう。」



POINT: 乳頭より上方(頭側)〜腋窩にかけて丁寧にみていく

今回の講演は SBSラジオ、ホームページでご覧いただけます。

*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今回は人を集めての講演会は開催されておりません。

SBSラジオ(1404KHz/1557KHz) きょう27日(日) 10:00~10:30 放送

SBS静岡健康増進センターホームページから <https://www.sbs-smc.or.jp/center/detail/11>

スマートフォンをお持ちの方は二次元コードをアプリで読み取ると簡単にアクセスできます。

<協力: ホテルセンチュリー静岡>