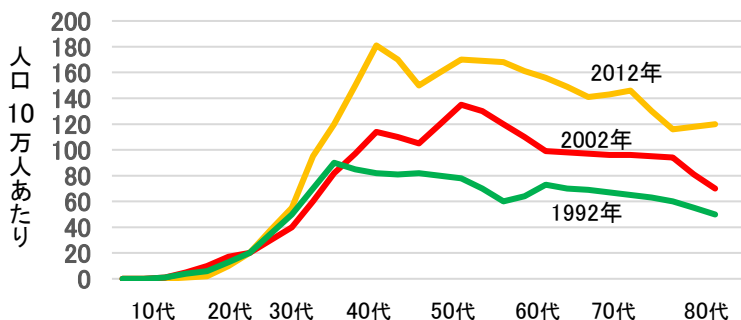


●急増する乳がん

■乳がん罹患率の年次推移：

下図は 1992 年、2002 年、2012 年それぞれの年度の乳がん罹患率を年代別に示したものです。



日本において女性のかかる“がん”の中で最も多いものが乳がんです。そしてその乳がんは年々増加しており、最近では年間約9万人が新たにがんを発症しています。また多くのがんは年令とともに増加傾向にあるのに対して、乳がんは30代より増え始め、40代後半にピークがあり、その後徐々に減少していきます。

■乳がんの危険因子とその背景：

★まず分類：乳がんは①遺伝性乳がん②家族性乳がん③散発性乳がんの3つに分類されます。

①はアンジェリーナ・ジョリーさんが予防的乳房切除をしたことが世界中に報道されました。これは全体の数%といわれています。②は遺伝性の有無にかかわらず家族に乳がん罹患者が多数いる乳がん、15~20%です。③は全体の70~80%を占めています。

★危険因子と背景

乳がんの一番の危険因子は女性ホルモンのエストロゲンです。生涯の中でエストロゲンにさらされている期間が長いほど乳がんの発症リスクが高くなるといわれています。

- ①初潮が早い
- ②閉経が遅い
- ③出産経験がない

★エストロゲン以外の危険因子

①アルコール：World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Researchによるとアルコール摂取が乳がんのリスクファクターであることは閉経前後を問わず、すべての年令において「確実」と評価されています。

- ②肥満
- ③喫煙

④家族歴：親族に乳がん患者がいると発症リスクが高くなります。親・姉妹・子の中に乳がん患者が1人いると発症リスクは、家族歴がない人と比べて約1.8倍、2人で約3倍、3人以上なら約4倍に高まるといわれています。

■乳がんの予防対策：

一番大事なことは自分で自分の乳房をみて、触る習慣をつけることです。つまり「乳がんの自己検診」です。欧米ではこれを BSE (Brest Self Examination) と呼んでいます。普段から自分の乳房を触る習慣がないと“その変化”に気が付きません。そして“なんか変”“なにか触る”“下着に血がついている”などの

時はちゅうちょせず、乳線外来を受診することです。乳線は脳外科・心臓外科以外の一般外科が担当します。また自覚症状や変化がなくても乳がん検診は必ず受けてください。

確実な証拠はありませんが、大豆に含まれるイソフラボンは乳がんリスクに予防的に働く可能性があると言われていいます。