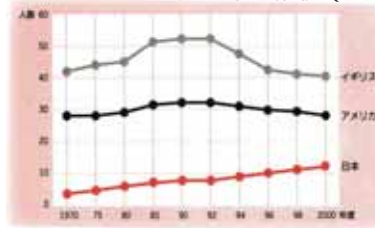


乳がん

英・米・日における乳がんの死亡率の推移（人口10万人対）



厚生労働省「人口動態統計」、WHOより

死亡率はイギリスがトップですが、早期発見と治療法の進歩により、アメリカとともに減少傾向です。しかし日本では、死亡率が年々増加しています。

日本で乳がんにかかる人は、欧米に比べて少ないとされてきました。しかし、ライフスタイルが変化するにつれて年々増加しています。数十年前までは、先進国のなかでも罹患率が低かったのですが、現在では約23人に1人が乳がんにかかるといわれています。そして、残念ながら亡くなる人も増加しており、今では年間1万人を超えています。

乳がんは「遺伝子の異常」による悪性腫瘍が、母乳を作る組織である「乳腺」に生じたもの、つまり「乳腺悪性腫瘍」です。このため、全体の6割の乳がんでは、乳腺の細胞の特徴である「女性ホルモンの作用を受ける」という性質を受け継いでいます。

乳がんを発生する部分によって分けてみると、母乳を作る「小葉」から「乳頭（乳首）」へ母乳を運ぶパイプである「乳管」に発生する「乳管がん」がほとんどです。

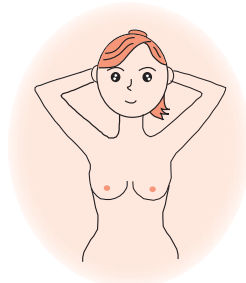
パイプ内にとどまっている「非浸潤がん」からパイプの外に浸潤して「浸潤がん」へと進行していきます。「浸潤がん」になると、しこりとして触れるようになり、皮膚に変形や変色などのサインが現れます。

乳がんの症状はさまざまです。しこりや痛みが代表的ですが、その他にも乳首から血液が混じったような分泌物がでる、乳首のただれ、皮膚のくぼみ、赤くはれたりオレンジの皮のように毛穴が目立つ、わきの下のしこり等があります。乳がんの初期には目立った症状はありません。そのため気づかずそのままにしておくと、乳腺の外にまでがん細胞が増殖し血管やリンパ管を通して全身へと広がっていきます。

乳がんは、観察することで自分でも見つけることが出来る数少ないがんの1つです。生理が始まって約1週間後の乳房の柔らかい状態の時にチェックします。閉経後の人は毎月1回、セルフチェック日を決めて行うとよいでしょう。

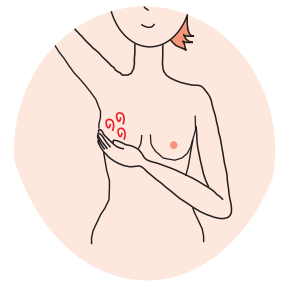
鏡の前でチェック

両腕を頭の後ろで組み、ひきつれやくぼみ、乳輪の変化がないかチェックします。また、乳首を軽くつまんでみて分泌物がないかも確認しましょう。



指でふれてチェック

お風呂やシャワーの時に、石鹸をつけた指先で「の」の字を書くように触ります。しこりや硬いこぶがないかチェックします。



ピンクリボン運動

ピンクリボンとは、乳がんの早期発見のための検診啓発活動のシンボルマーク。アメリカで娘を乳がん で亡くした母親が、その娘の子供に、同じ悲しみを繰り返さないよう願いをこめ手渡したものがピンク色のリボンだったことに由来します。この運動は、アメリカはもとより、今や世界中に広がっています。

～参考文献～

乳がん治療をめぐる運動生活ガイド
(日本医事新報社)
ピンクリボンブック
(オレンジページ)
Yahoo!ヘルスケア - プレストケア
ちゃんと知ろう乳がんのこと

ブレストケアチーム



山鹿市健康福祉まつりにて

山鹿市立病院では、平成16年から乳がん診療の向上のためブレストケアチームを立ち上げました。ブレストケアとは、乳がんをはじめとして乳房の病気に関係するすべてのことについて診療も含めたケアを行うことを意味します。当院では、医師・看護師・薬剤師・医療相談員・作業療法士が各専門知識を持ち寄って、チーム活動としてブレストケアを行っています。外来診療、手術での入院、退院後のフォローといった診療のいろんな場面で、チームのスタッフが役割に応じて患者さまのケアにあたっています。院内のケアにとどまらず、「温泉に入ろう会」や「お茶会」などを行っています。また、患者さまだけでなく地域住民の皆様に向けても、院外活動として乳がんの早期発見の重要性について啓発活動や乳がんについて意識調査などを行っています。院内のスタッフに対しても、乳がん診療の向上のため、教育・研修を行っています。今後もチーム一丸となって、よりよい乳がん診療が提供できるよう日々頑張っています。