

おっぱいにしこりを見つけたら

現在、日本において乳がんは急激に増加しています。女性のがんの中でも最も増加しているもののひとつです。乳がんの死亡数を年齢によって検討してみると、40歳以上65歳までの壮年期に限れば、日本女性の第1位を占めています。すなわち、この年代においてはもっとも注意が必要ながんということになります。また1年間の乳癌罹患者数(乳がんにかかった人の数)では現在では約3万人を超えています。

ただし乳がんは比較的治療のしやすいがんだといわれています。すなわち、体表の臓器がゆえに手術は比較的安全に行え、放射線も使いやすく、かつ化学療法や内分泌療法にも反応しやすいためです。どのがんにも言えることですが、早い時期に発見し適切な治療を施すことによって、早期乳がんでは90%以上の方を根治に導くことができます。しかし、あなどれないのは乳がんにかかった方すべてにおいてでは、約30%の方は乳がんによって命を落とす結果になっているということです。では実際に乳がんはどのような症状で発見されるのでしょうか？そのほとんどはおっぱい(乳腺)のしこりです。

ではしこりにはどのような種類があるのか、どうすれば見つけやすいのかを見てみましょう。まずさわる側の手を上げて、反対側の指の腹で、おっぱい全体をなでるようにさわってみてください。乳頭から周囲にかけて、円を描いていくようにまんべんなく触ることがコツです。入浴中に石鹸をつけて滑りやすくするとさらに判りやすくなります。つまむように触ると正常な乳腺がしこりのように触れわかりにくくなります。こうしてしこりを見つけたことがあったら、まずしこりの硬さを見ます。石のように硬いのか、ゴムのように弾力があるのか、柔らかいのかです。次に周囲との境を見ます。明らかにつるつとした感じで周り乳腺とは性質が違うものか、周りとかくつついた感じで境界がわかりにくいかをみます。その次に、動きを見ます。乳房の中でくるくると逃げるように動くか、周りとかくつついて動きが悪いのかです。これらは、乳房の大きさ、年齢、乳腺の張り方、がんの進行度など人によってかなり差があるのですが、典型的な乳がんでは、ゴムのように弾力があり、比較的表面が追いくく、動きが鈍いのが特徴です。しこりを見つけたときは、転ばぬ先の杖、まずはかかりつけの医師にご相談になり、必要に応じて乳腺外科医にご紹介いただくのが、早期発見の大きなポイントといえます。

乳がんの精密検査はマンモグラフィという特殊な乳腺撮影用のレントゲンや、体表を検査する専用のエコー装置を用いて行われます。最近ではMR I という断層撮影装置も利用されています。これらで画像上の特徴をつかみ、良悪性の判断がつきにくいときは、しこりに直接針を刺して細胞を吸引する穿刺細胞診や穿刺組織診という方法がとられるのが一般的となっています。



公式ホームページ利用ください。 <http://www.tamatoubusanpo.co.jp/>

66号2012年1月

多摩東部地域産業保健センターニュース

多摩東部地域産業保健センター 東京都三鷹市野崎1-7-23 三鷹市医師会内 TEL 0422-47-2155