

特別付録

ANTEPRIMA
アンテプリマ/ミスト
デニムポーチ
H120mm×W190mm

www.elle.co.jp

秋の
着まわし
31
Days

エル・ジャポン 11
NOVEMBER 2016

Cover girl
リリー・ジェイムズ

どれから観る?
秋の映画特集

プリンセスブーム到来!?

イタリアモードが熱い

ジョルジオ アルマーニ、ブルガリ、
フェンディ、サルヴァトーレ フェラガモなど
全34ブランドが大集合

保存版 とじ込み付録

イタリア
グルメの
旅
Milano Roma Venezia Firenze

We  Italy

イタリアに夢中!

ミラノの最新ショッピングスポット、ローマの休日上級編、フィレンツェの秘密、
ヴェネツィアでアート三昧……今行きたいイタリアのすべてを総力特集

DIGITAL EDITION
デジタル版も読める

FACE A CRISIS!

そろそろ本気で考える“胸”のこと

乳がんに対してなんとなく不安ではあるけれど、検診は早い……と思っている人、ちょっと待た！
30歳を過ぎたら誰でもなりうる病気「乳がん」について「ピンクリボン プレストケアクリニック表参道」の院長、島田菜穂子先生に聞いた。

Photo GETTYIMAGES

乳がんは誰でもなりうる 合言葉は「早期発見」

最近ニュースなどでよく耳にする乳がん。知ってはいないけれど、他人事と思っている人も多いはず。そんな人たちに乳がんについてもっと理解を深めてほしいと提唱するのは「ピンクリボン プレストケアクリニック表参道」の院長、島田菜穂子先生。「乳がんについてはさまざまな噂や先人観が先行して、意外と正しい知識が伝わって、意外と左の数字でもわかっていないように感じています。残念なことに左の数字でもわかるように、乳がんという病気は、ここ数年でかなり私たちが日本人女性にとって身近な病気となってきました。また、現代の医療では、乳がんの根本的な原因というのが解明されていません。ですが、乳がんは早く見つければ、多くの場合は治療することができ、病気で命を失うこともありません。だからこそ正しい知識と定期的な検診が必要だということを知ってほしいです」

ひとことで「乳がん」といっても、実はさまざまなキヤクタリーがあるという。「一般的に乳がんは、30代中盤くらいから増え始めてピークは40代後半から50代前半くらいといわれています。そんななか、年齢に関係なく、気をつけたいのが「遺伝」的なものです。乳がんにならなかった家族がいる人は、そうでない人に比べて発症率が高いです。若くても発症し、さらには進行スピードが速く悪化しやすいという特徴があります。家族に罹患者がいる場合は、年齢問わず、今すぐチェックすることをおすすめします。次によくいわれるのが触ったときに「しこり」を感じるようなものです。これは、良性のものや悪性のものがあり、触っただけではわからないのでマンモグラフィーと呼ばれる、乳房や乳腺専用のレントゲンや、超音波などで見て診断します。また「しこり」にならない乳がんというのもあり、これは、乳腺に沿って小さなしこりができてしまうもので、触っただけではわからず、また超音波にも写りにくいためマンモグラフィーでの検査でないと見つけづらくなります」

では、実際に乳がんが発見された場合、どのような治療が行われるのだろうか？「しこり」がある場合は、その大きさや進行具合で0期～4期とステージが分かれます。それによって治療方法は違うのですが、年齢や出産を控えているかそうでないかなど、さまざまな個人の状況を踏まえて治療プランを組みます。ですので、同じステージにある人でも、異なる治療プランを立てる場合もあります。いわばオーダーメイドです。またよく聞かれていますのが、乳がんになつたら全員が、抗がん剤を使つた治療をすると思われていること。早期に発見できれば抗がん剤ではなく、薬だけで治療することも可能なので、繰り返ししになりますが「早期発見」がなにより大切になってきます」

しかし、早期発見の重要性はわかっているのに、「私はきつと大丈夫」と根拠のない自信をもち、検診を受けない人も多いのが現状だそう。「乳がんは、乳腺をもちている人なら誰しもなりうる」という事実を肝に銘じてください。そして誰かが検診に誘ってくれるわけではありません。自分から自発的に行くしかありません」

ここまですれば、乳がん検診の重要性がひしひしと伝わってくると思いませんか？「おすすめてこで受けられる？」「おすすめては「乳腺科」のあるクリニックや病院で受け、継続することです。というの、継続の記録と比較することによりわずかな異常を発見することができ、それが早期発見を可能にするのです。ですから信頼できる、かかりつけ医を見つけたら、できるだけ同じクリニックで継続するほうが効果的です。万が一検診で異常が見つかっても、かかりつけ医がいれば、精密検査や自分でフィットした最適な治療（スムーズにつなぐサポート）をしてくれるので安心です」

胸は女性にとって大事なところだからこそ、定期的なメンテナンスは必須。そのために、信用できる乳腺科の医師を見つけ、なんでも相談できる姿勢を作ることが理想だ。「もう他人事ではありませぬ。まずは検診の手約からスタートしましょう」

PROFILE

島田菜穂子先生

「ピンクリボン プレストケアクリニック表参道」院長であり、認定NPO法人乳がん健康研究会副理事長。乳がん検診啓発に関する講演やイベント、ピンクリボン運動などに携わる。「乳がんから自分をまもるために、知っておきたいこと」。(日本医療企画)など著書多数。

What's PINK RIBBON

ピンクリボンって何?

1980年代頃からアメリカで行われていた、乳がんの早期発見と治療の啓発活動のこと。乳がんを娘を亡くした母親が、同じ悲劇を繰り返さぬようにと、ピンクのリボンを作ったところからスタート。日本では2000年頃から普及し始め、毎年10月1日を「ピンクリボンデー」とし、東京タワーをピンクに彩るなど、さまざまな活動を行っている。

Kylie Minogue

カイリー・ミノグ

36歳のとき、ツアーの最中に乳がんが発見。のちのインタビューで「診断結果を聞いたとき、目の前が暗くなってなんにも考えられなくなった」という。そこから懸命の治療の結果、医師に「もう大丈夫」と言われてから昨年で10年が経過。本意の意味でのカムバックを果たし、喜びもひとしおのよう。



Celebrity's Report

乳がんと闘うセレブたち

カイリー・ミノグは11年前の36歳のとき、自分が乳がんであることを告白。現在では元気な姿で活躍している。また家族歴で乳がんになりやすい体質であることを自覚していたアンジェリーナ・ジョリーは、将来の乳がん予防のために「乳房切除」という選択をして注目を集めた。

Angelina Jolie

アンジェリーナ・ジョリー

叔母が乳がん、母が卵巣がんであったため、遺伝子検査を行い「乳がんや卵巣がんになる確率が高い(遺伝性乳がん卵巣がん症候群)」という診断を受けたアンジー。予防のための乳房と卵巣の切除を決断した。「家族歴なども考慮しての決断だと思いますが予防法のひとつとして、これを世の中に伝えたことは大きいですね」(島田先生)





1/11

11人に1人が乳がんになるとのこと。また日本やアジアでは、欧米に比べて乳がんになる年齢が若いことが特徴。30代中盤ごろから発症が増えるという気になるデータも。

第5位

乳がんで亡くなる人(女性)の数が大腸がん、肺がん、胃がん、すい臓がんに次いで5位。発見が遅れて死亡につながるケースが多いことを表す。(2014年部位別がん死亡数女性)

34.2%

日本の乳がん検診受診率。アメリカが7割近くといわれているのに対して、日本はかなり低く、検診への意識が低いことがうかがえる数値。(平成25年国民生活基礎調査概況)

+21,000人

2010年から2013年の3年間で増えた乳がんの患者数。2013年時点で89,400人にも上る。若い人から年配の人まで患者数は増加傾向。

出典:がん情報サービスホームページ
資料:独立行政法人国立がん研究センターがん対策情報センター

Q 検診はマンモグラフィーとエコーどちらかで大丈夫?

A 「初めて検診を受けるのであれば、マンモグラフィーと超音波(エコー)を両方受けましょう。マンモグラフィーとエコーでは、それぞれ得意分野が違うため、両方受けることで検査の精度がぐっと上がります。その後、結果次第で、しばらくはマンモグラフィーだけでOKとか、それぞれを1年ごとに受ける、など検査方針を医師と決めましょう」

Q 乳がんになったら妊娠&出産できない?

A 「乳がんになっても妊娠や出産は可能です。また妊娠中に乳がんが発覚しても、検査方法や治療法に制限はありますが、出産をあきらめる必要はありません。また、乳がんの治療後でも妊娠と出産は可能ですし、妊娠が乳がんの進行や再発に影響を与えることはほとんどないといわれています。妊娠中の乳がん検診も可能です」

Q 胸の大小で乳がんのリスクが変わる?

A 「胸の大小でリスクは変わりません。どんな大きさであろうと、乳腺がある人なら誰でもなりうる病気です。また、胸が小さいとマンモグラフィーで撮影することができないんじゃないかという人もいますが、そんなことはありません。誰でも検診を受けることが可能なので、安心してください」

Q 乳がんになったら自覚症状がある?

A 「実は乳がんを発症しても早い段階ではほとんどの場合、自覚症状がないんです。偶然手で触れたらしこりに気づいた……、そうなったときには既に進行している場合があります。早期発見をするためには、自覚症状のないうちから「定期検診」を受けることが重要なのです」

Q ビルを飲んでると乳がんのリスクが上がるの?

A 「一般的に上がるといわれています。多くの乳がんは女性ホルモンであるエストロゲンの分泌と密接な関係があります。ですので、ビルや不妊治療、更年期治療の女性ホルモン補充療法など、女性ホルモンの薬の使用で、乳がんの成長を早める可能性も、女性ホルモンを用いた治療を行うときは、必ず乳がん検診を並行して行いましょう」

Q 「検診」と「受診」に違いはない?

A 「「検診」と「受診」は似ているようで大きく違います。全体的にまんべんなくチェックするのが「検診」、なにかしらの症状があって、そこを検査するのが「受診」です。なにか気になる症状があるのであれば、その部分を集中的に診る必要がありますので、必ず「検診」ではなく、「受診」をしてください」