乳がん検診のススメ

ＪＣＨＯ宇和島病院外科（賀古町）　矢野　達哉

●乳がん検診の重要性

乳がんは１９９６年以降、日本人女性の悪性腫瘍罹患率第１位であり、増加し続けています。また、罹患率に比例するような形で死亡率も増加し続けています。一方、欧米でも乳がんの罹患率は増加していますが、死亡率は１９９０年頃から減少し続けています。この差は言うまでもなく乳がん検診の受診率の差です。欧米の検診受診率が70％以上であるのに対して、残念ながら日本では20％程度と先進国の中で最低レベルです。最近は、ピンクリボン運動などさまざまな啓発活動が行われていますが、さらに検診率を増加させることによって乳がんによる死亡率を減少させることが期待されます。

●マンモグラフィ検査

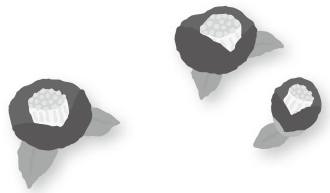
マンモグラフィの導入は、かつて視触診だけに頼っていた日本の乳がん検診を大きく進歩させました。なぜならマンモグラフィは、手に触れないしこりや、しこりを作らないがんも見つけることができるからです。視触診との併用で発見率が2～3倍に増え、しかも発見されたがんは早期のものが多いことが報告されています。

現在、日本では40代以上の女性に対して2年に1度のマンモグラフィを併用した検診が推奨されています。これは乳がんの好発年齢が40～50歳であること、また、これらの年齢の女性は乳腺が脂肪に置き換わっていることが多いため、マンモグラフィが適しているからです。

しかし、マンモグラフィも万能ではありません。マンモグラフィ単独の検診では、7～10％の乳がんは発見できないことが分かっています。また、乳腺が発達している20～30代の若い女性は乳腺としこりの区別がつきにくく、有効な検診とは言えません。

●超音波検査

若い女性に向いているのは、超音波（エコー）検査です。エコーなら乳腺とは関係なく、乳房の異常を発見することができるからです（腫瘤（しゅりゅう）の診断には優れていますが、石灰化の診断はマンモグラフィに劣ります）。万が一、乳がんが疑われるような所見が認められた際には、すぐに穿刺吸引細胞診（せんしきゅういんさいぼうしん）などの精密検査を行うことができるのも大きなメリットです。

●自己検診

乳がんは自分で発見することができる可能性のある数少ないがんであり、自己検診は大切です。ここで難しいのは、一般の方はしこりのように触る部分が本当にしこりなのかどうか分かりづらいという点です。人によって正常の状態は異なることもあり、「どうせ触っても分からない」と言われる方が多いのも事実です。この問題を解決するのに最も良い方法は、まずマンモグラフィ検査や超音波検査、専門医の診察を受けていただき、異常がなければそれを基準にするという方法です。正常の状態を知っておけば、それと比較して違いがある場合には異常として感知できるというわけです。20代以上のすべての女性が月に1度の自己検診を習慣にし、何か違和感があったらすぐに専門機関を受診すれば、乳がんの死亡率は下がるはずです。