

今回は

乳がん

のお話です。



みなさん、こんにちは。

2人に1人が「がんになる時代」ということで、
ガンについての意識や認識が変化してきました。
現在の医療では、早期発見・早期治療がその後の経過の観点で重要視されています。

今日はその中で「**乳がん**」についてお伝えさせていただきます。

その前に、厚生労働省が2022年9月に公表した「2021年の人口動態統計(確定数)」によると、がんによる死亡は、男性が22万2,467人、女性が15万9,038人となっています。

部位別でみると、男性は肺がん、大腸がん、胃がん、すい臓がん、肝臓がんの順に多く、



女性は大腸がん、肺がん、すい臓がん、乳がん、胃がんの順となっています。

では、死亡数ではなく「罹患率」で見てみましょう。

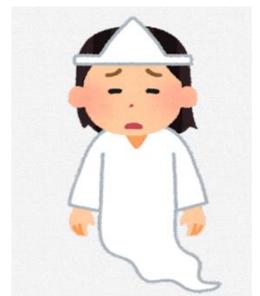
罹患率とは、

「ある集団で新たに診断されたガンの数を、その集団のその期間の人口で割った値」とされており、通常1年単位で産出されます。



男性の部位別の罹患率(数)を見ると、男性は前立腺がんが16.7%(94,748人)、大腸がん15.5%(87,872人)、胃がん15.1%(85,325人)、肺がん14.9%(84,325人)の順となります。

女性の部位別の罹患率(数)は、乳がんが22.5%(97,142人)、大腸がん15.7%(67,753人)、肺がん9.8%(42,221人)、胃がん9.0%(38,994人)、子宮がん6.7%(29,136人)の順となりました。



出典:厚生労働省「全国がん登録 罹患数・率 報告 2019」

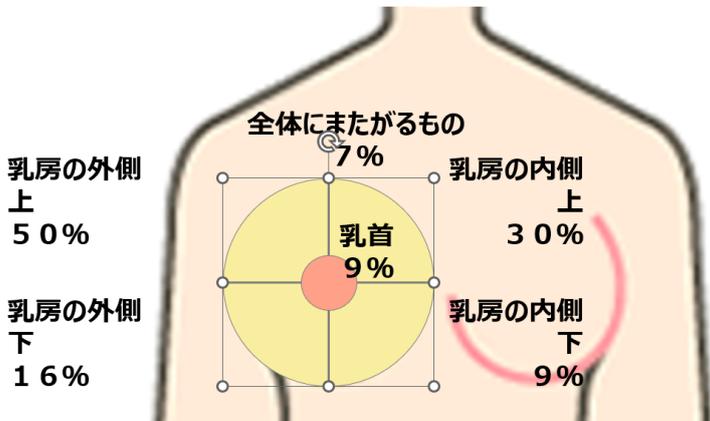
つまり、罹患率が高いからと言って、死亡率が高いわけではないことが分かります。

ここからは本題の「乳がん」です。乳がんになりやすい方はどのような方でしょうか？

- 40歳代後半～50歳代後半
 - 初潮が11歳以下
 - 閉経が55歳以上
 - 初産が30歳以上
 - 出産していない
 - たばこ
 - 飲酒
 - 肥満
 - 乳がんの家族歴
- 女性
ホルモン
エストロゲンの影響

ここから言えることは、現代社会において「だれでもなりうる」ということです。

乳がんのできやすいところ



乳房であれば、「どこにでも」できることがお分かりになると思います。

乳がんの早期発見のために

- 1) 乳がん健診を受ける
- 2) セルフチェックを実施することをお勧めします。

乳がん健診について、所属事業所で未実施の

場合があるかもしれません。その時はぜひ、プラスチック事業健康保険組合にご相談ください。

乳がんの死亡数は日本が諸外国に比べて多いと言われています。

その原因は「乳がん健診の受診率の低さ」にあるともいわれています。

アメリカ80.8%、イギリス75.9%、韓国64.3%……日本は41%となっています。

出典：OECD, OECD Health at a Glance 2015, Nov 2015

最後にご自身でできる「セルフチェック」をお伝えします。

ここで重要なことをお伝えします。

<チェック時期>

月経終了後4～7日目頃

*閉経されている人は自分で決めた日

<確認項目>

- ・しこり
- ・くぼみ
- ・ひきつれ
- ・分泌物
- ・出血



乳がんは「女性の病気」とか「女性しかならない」という認識が一般的かもしれませんが、実は

「男性」もなります。

入浴時は誰でも全裸となりますし、石鹸やボディソープなどを用いると、肌と手や指の摩擦で胸の違和感を発見しやすいと言われていますのでお試しください。

乳がん患者さんの約7割がセルフケアで発見した、と言われています。

次回は

肺炎

についてお話しします。

