

共同印刷グループ・共同印刷健康保険組合のみなさんへ

# 正しく知れば怖くない 乳がん・子宮がん

成城松村クリニック  
院長 松村 圭子

# 自己紹介



成城松村クリニック  
院長 松村 圭子

日本産科婦人科学会専門医  
専門分野：婦人科

## 経歴

1995年 広島大学医学部卒業  
広島大学医学部 産科婦人科学教室入局

2010年 成城松村クリニック開院

## 著書

- 10年後もきれいであるための美人ホルモン講座（永岡書店）
- 女性ホルモン 美バランスの秘訣（大泉書店）
- 女性ホルモンでふわっと香る美人になる（ベストセラーズ）
- 40歳からの女性の不調にやさしく効く漢方の本（日東書院本社）
- 女性ホルモンがつくる、キレイの秘密（永岡書店）
- これってホルモンのしわざだったのね（池田書店）

etc

## 本日も話したいこと

---

- 1 就労世代の女性にとって、がんは身近？！
- 2 乳がんについて
- 3 子宮がんについて

## 本日も話したいこと

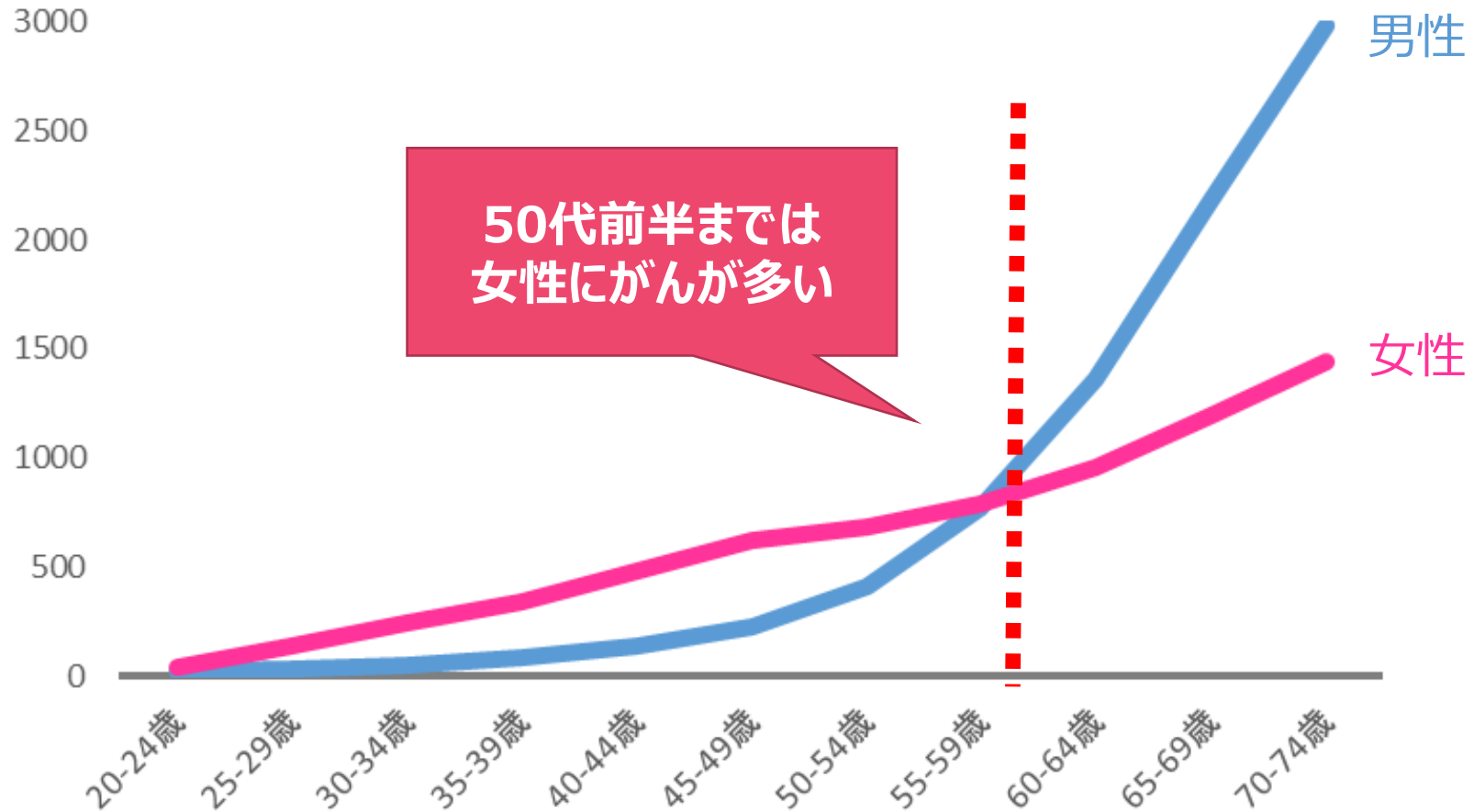
---

- 1 就労世代の女性にとって、がんは身近？！
- 2 乳がんについて
- 3 子宮がんについて

## 就労世代では女性のほうが「がん罹患率」が高い！

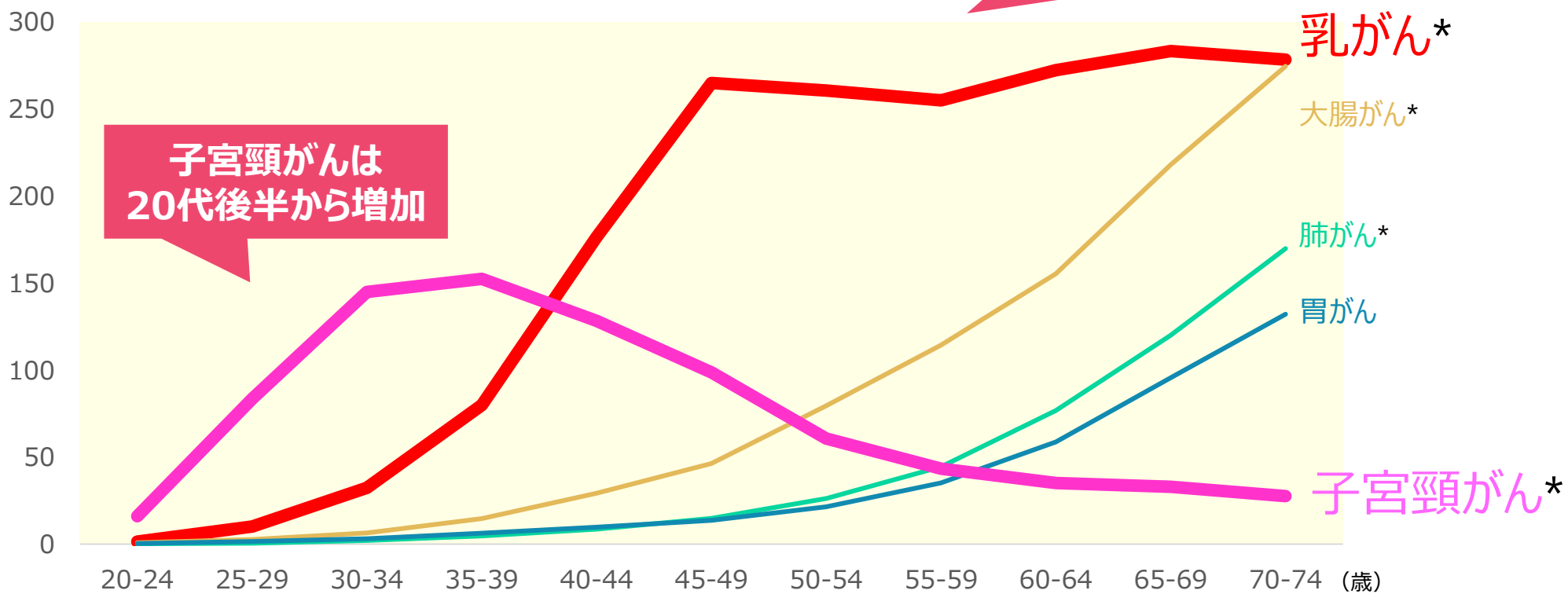
人口10万人対（人）

年齢階級別 がん罹患率（2019年）



# 「乳がん」「子宮頸がん」は就労世代にピークをむかえる

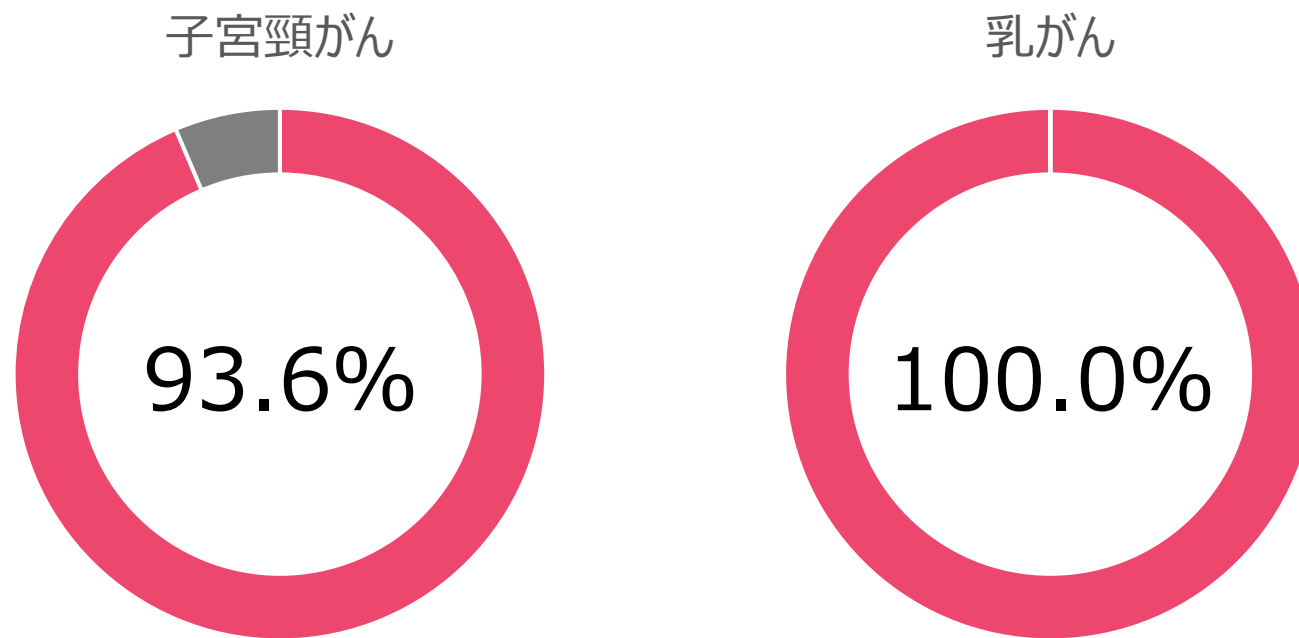
人口10万人対（人）



\*上皮内がん含む

## 早期発見の場合に治る確率

早期（I期）発見の場合の5年相対生存率



**定期的な検診受診により、早期発見・早期治療をすることが重要**

## 本日も話したいこと

---

1

就労世代の女性にとって、がんは身近？！

2

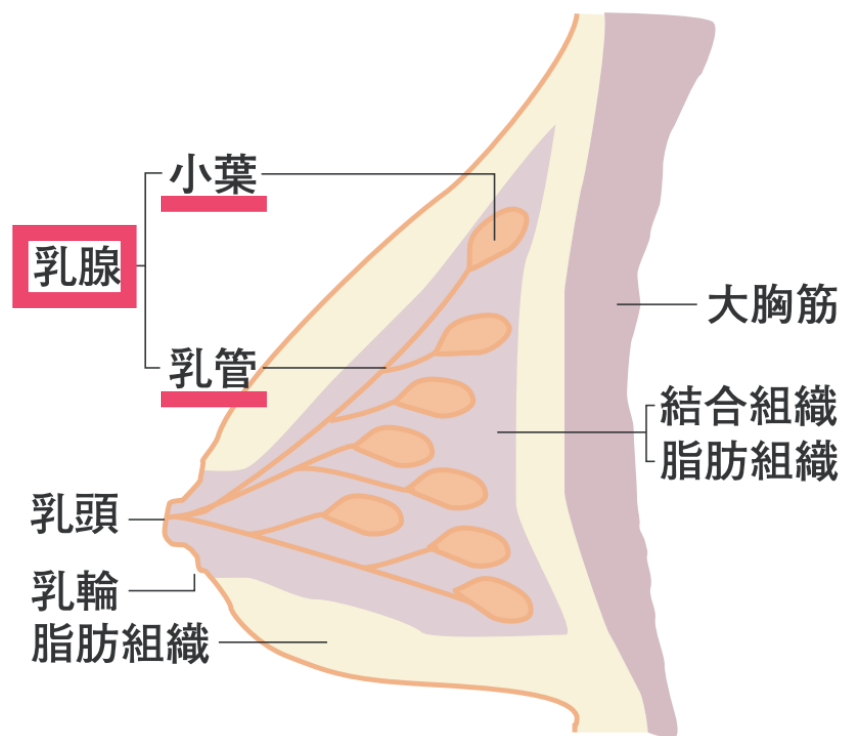
乳がんについて

3

子宮がんについて



# 「乳がん」ってどんな疾病？



## ● 乳がんとは？

- 乳腺の組織にできるがんで、多くは乳管から発生
  - 一部は小葉から発生
  - 男性にも発生することがある
- 乳房の変化に気付かず放置しているとがん細胞が増殖し乳腺の外にまで転移することがある
  - 乳房の周りのリンパ節
  - 遠くの臓器（肺や肝臓、骨など）

## ● どんな症状があるの？

- 主な症状は、乳房の「しこり」
  - 乳腺症など、乳がん以外の原因によっても発生することがある
- 乳房の「えくぼ」や「ただれ」、左右の乳房の形が非対照になる
- 乳頭から分泌物が出る

# 「乳がん」にかかりやすい人って？

## ① 家族（祖母、母、姉妹）内で乳がんにかかった人がいる

- 「乳がんに関連する遺伝子」を持つ人はかかりやすいといわれている
  - 日本の乳がん患者のうち7～10%\*は、遺伝が大きく関係している「遺伝性乳がん」
  - その遺伝子を持つ人は、乳がんだけでなく、卵巣がんを発症するリスクも高いことが知られている

## ② 初産年齢が遅い（30 歳以上）または出産経験がない

## ③ 初潮が早く（11 歳以下）閉経が遅い（55 歳以上）

- 女性ホルモンの「エストロゲン」が、乳がんと深く関わりがあるといわれている
  - エストロゲンは月経の終わり頃から排卵前にかけて多く分泌されるホルモン
  - エストロゲンにさらされる期間が長い人ほど、乳がんにかかりやすい（未産、月経回数の増加）
- 長期間のホルモン補充療法（更年期障害の治療）を受けている方も注意が必要
  - 更年期障害はエストロゲンが少なくなることも原因で、ホルモン補充療法ではエストロゲンなどが使われる
  - 長期間エストロゲンにさらされるので乳がんになる危険が増すというデータもあります

※その他、飲酒や運動不足、閉経後の肥満といった生活習慣も乳がんを発生するリスクを高めるといわれている

# 乳がん検診って？

厚生労働省の指針では、40歳以上の女性は2年に1回、マンモグラフィによる検診受診が推奨されています

## マンモグラフィ

### 乳房専用のX線検査



乳腺の重なりを少なくするために  
乳房をプラスチック板で挟み  
斜め方向（内外斜位）と  
上下方向（頭尾方向）を撮影

触っても分からない小さながんを  
発見するのに威力を発揮

## 超音波（エコー）検査

### 乳房に超音波をあて、内部からの反射波を画像にし 異常の有無を検査



- ① 乳房内の病変の有無
- ② しこりの性状や大きさ
- ③ わきの下など周囲のリンパ節への転移などの有無を調べる

※超音波（エコー）検査は、マンモグラフィとの併用でがん発見率が1.5倍高くなった研究結果（J-START）もありますが死亡率を減少させる効果はまだ認められておらず、その検証のために引き続き研究が必要とされています。

# マンモグラフィと超音波検査の違い

## マンモグラフィ

- 微細な石灰化\*を見つけることができる
- 写真を残せるので、後から比較ができる

### 長所

- 圧迫により、痛みを感じることもある
- 妊娠中は受けられない
- 乳腺が密な人（高濃度乳房）の  
がんはわかりにくい

### 短所

## 超音波（エコー）検査

- 妊娠中でも受診可能
- 痛みを感じることはない
- 乳腺が密な人（高濃度乳房）に適している

乳腺の密度が高い40代の検診精度が低くなるという課題があり  
近年マンモグラフィに超音波（エコー）検査を組み合わせたり  
単独で用いたりする方法を採用しているところもあります

- 検査全てを記録に残すことができない
- 医師や検査技師の技術が問われる

\*石灰化とは…乳房の一部に微細なカルシウムが付着したもので、乳がんで見られることがあるもの

## セルフチェックの方法

乳がんのできやすい「①外側・上部」から順番に…



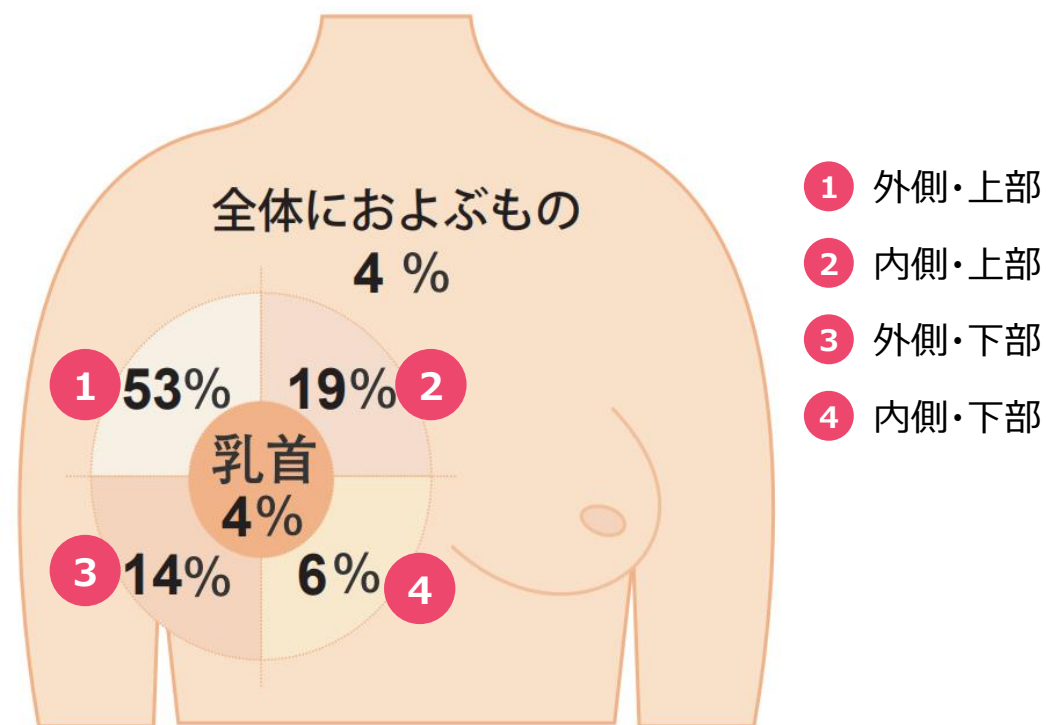
3本の指で乳房を押し付けるように  
左右に動かしてチェック



左右に動かしながら  
少しずつ乳頭部方向にチェック

②③④も続けてやってみましょう

乳がんのできやすいところ



出典：東北大学病院データ（2011-2014年）

## 早期発見のために、セルフチェックを習慣化しましょう！

1

乳がんは自分で発見できる数少ないがん！

早期発見のため月1回のセルフチェックを習慣づけましょう

- ✓ 月経終了後4～5日後くらいがベスト
- ✓ 閉経後の人は毎月1日！などタイミングを決めておきましょう

2

セルフチェックと並行して、必ず定期検診を受けましょう

- ✓ 40歳になったら2年に1回受診しましょう

3

乳がん発生リスクを高める生活習慣に注意しましょう

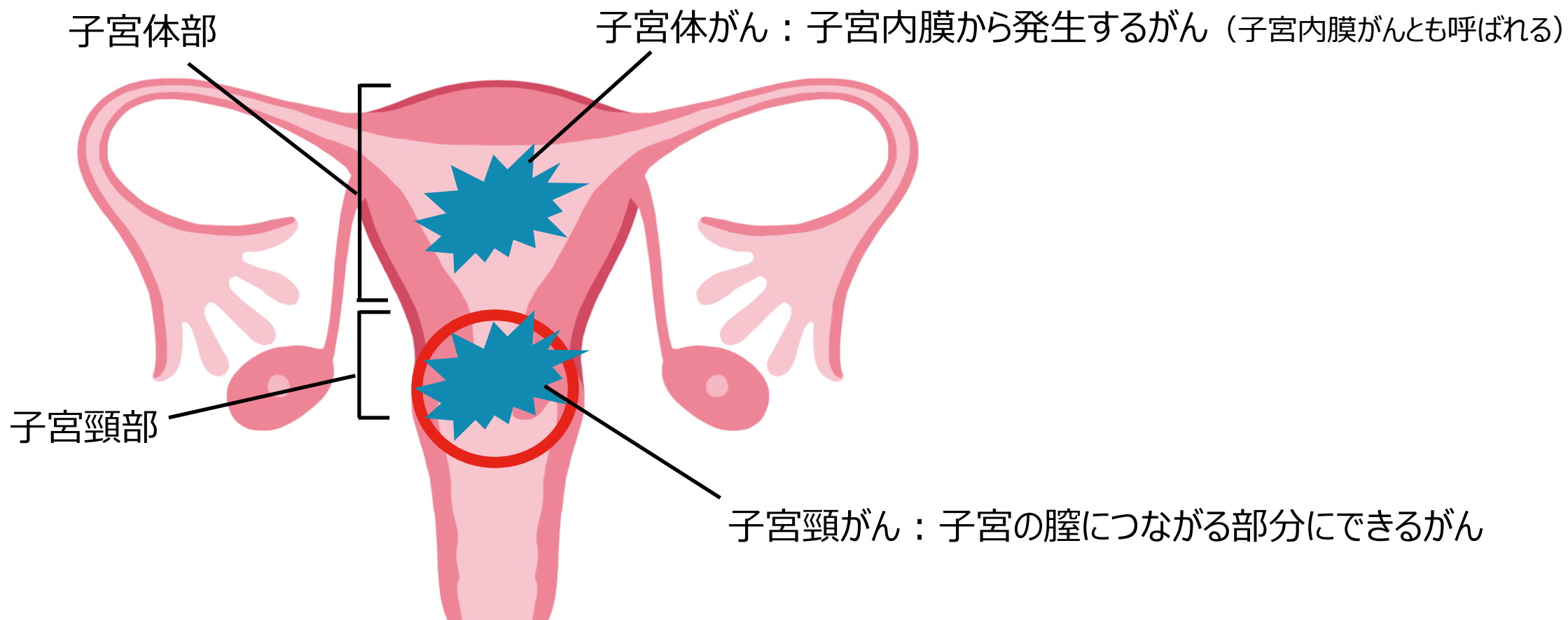
- ✓ 多量飲酒や喫煙
- ✓ 閉経後の肥満

## 本日も話したいこと

---

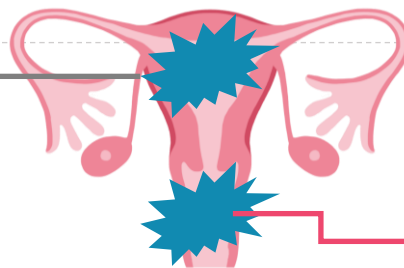
- 1 就労世代の女性にとって、がんは身近？！
- 2 乳がんについて
- 3 子宮がんについて

## 子宮がんって？





## 「体がん」と「頸がん」の違い



### 子宮体がん

- 子宮体部に発症するがん
  - 子宮がんのうち、**30%**を占める
- 40代から増加し、50代以上の**中高年に多い**
- エストロゲンの長期間の過剰刺激が原因
  - リスク因子：出産なし / 閉経遅い / 肥満 / 糖尿病 / 乳・大腸がんの血縁者有 等
- 遺伝が関与して発症するのは子宮体がんの約5%程度といわれています
- **初期から主に不正出血**が見られる
  - 不正出血があり、かつ下記の方は要注意
  - 35歳以上 / リスク因子がある方 / 閉経後 / 更年期 / 月経不順 / 乳がん経験 等

### 子宮頸がん

- 子宮頸部（子宮の膣につながる部分）に発症するがん
  - 子宮がんのうち**70%**を占める
- 20代から発症し、**若い女性に多い**
- ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因
  - HPVは性交渉で感染する
  - 女性の8割が感染するといわれるウイルス
- **初期は無症状**
  - 検査による早期発見が重要
- がん化すると、主に不正出血が見られる
  - その場合は主に子宮全摘出が必要となる

発症部分

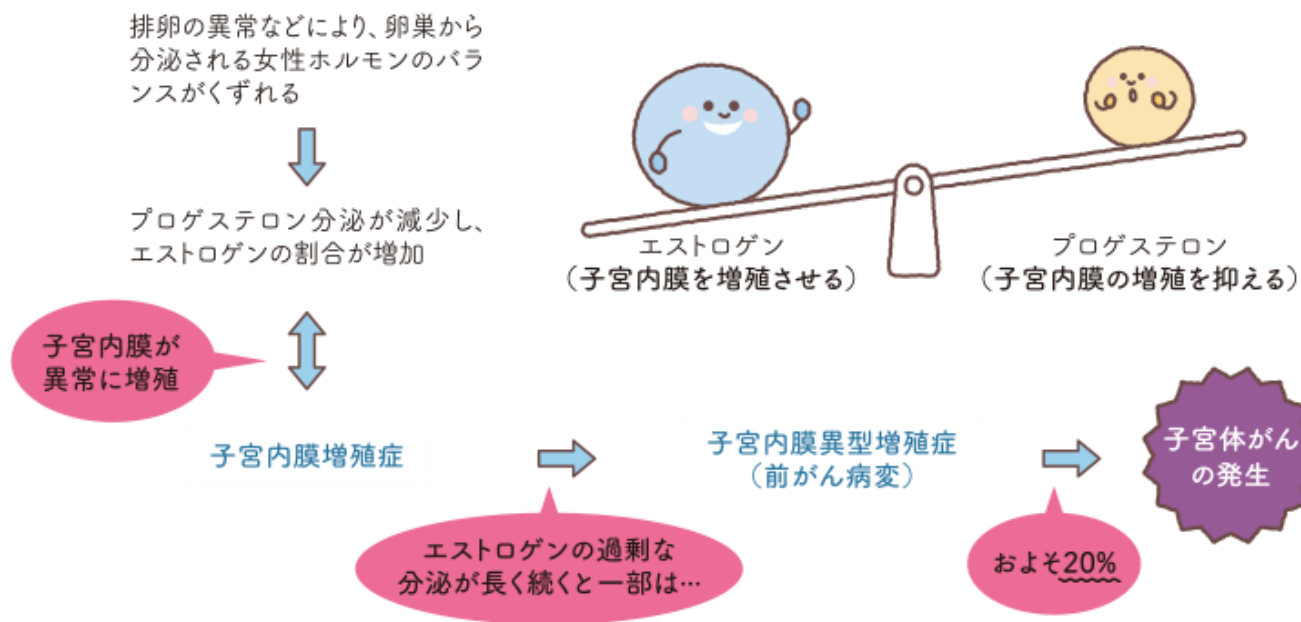
発症年齢

発症原因

自覚症状

# 「子宮体がん」のメカニズムと症状

## 子宮体がんの発症メカニズム



## 主な症状

初期には…



不正出血が代表的な症状です。月経時以外の出血や閉経後の出血には特に注意！

進行すると…



**子宮体がんは、症状が進行していない早期の段階で不正出血を起こすことが多く、少量でも出血があれば、すぐに医療機関を受診することで早期発見が可能です！**

## 「子宮体がん」のメカニズムと症状

子宮体がんの発症メカニズム

主な症状

排卵の異常などにより、卵巣から分泌される女性ホルモンのバランスがくずれ

プロゲステロンとエストロゲンのバランスが崩れる

# がん検診での早期発見が重要な

# 「子宮頸がん」にフォーカスしてお話しします

エストロゲンの過剰な分泌が長く続くと一部は…

およそ20%

初期には…

不正出血が代表的な症状です。月経時以外の出血や閉経後の出血には特に注意！

進行すると…

おりものに異常がある  
(茶褐色、量が多い、においがあるなど)

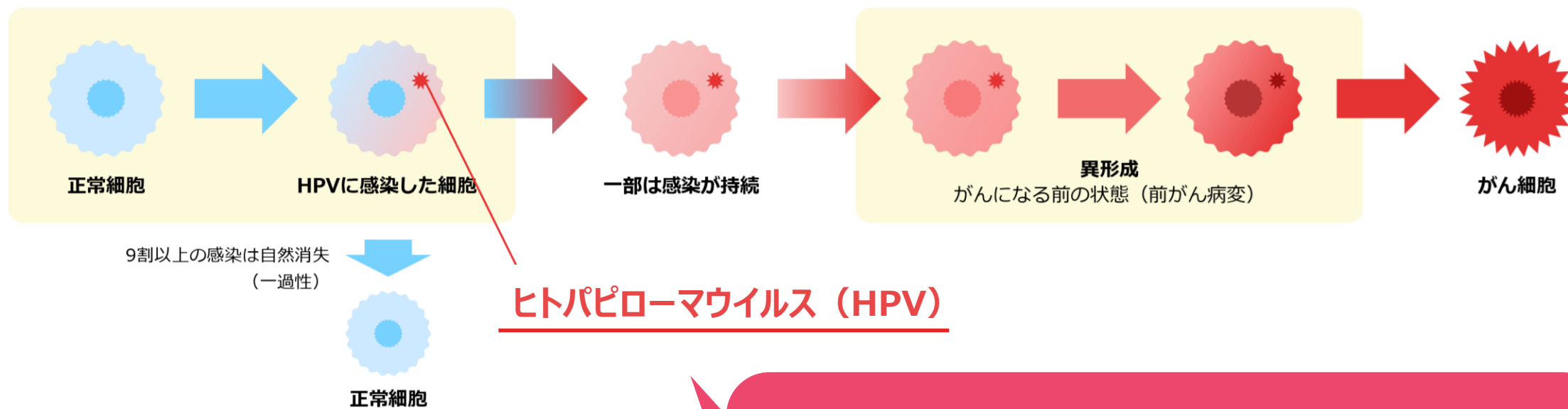
下腹部の痛み

排尿痛

子宮体がんは、症状が進行していない早期の段階で不正出血を起こすことが多く少量でも出血があれば、すぐに医療機関を受診することで早期発見が可能です！

# 「子宮頸がん」って、遺伝や体質はまったく関係ない？！

## HPV感染から子宮頸がん発生まで



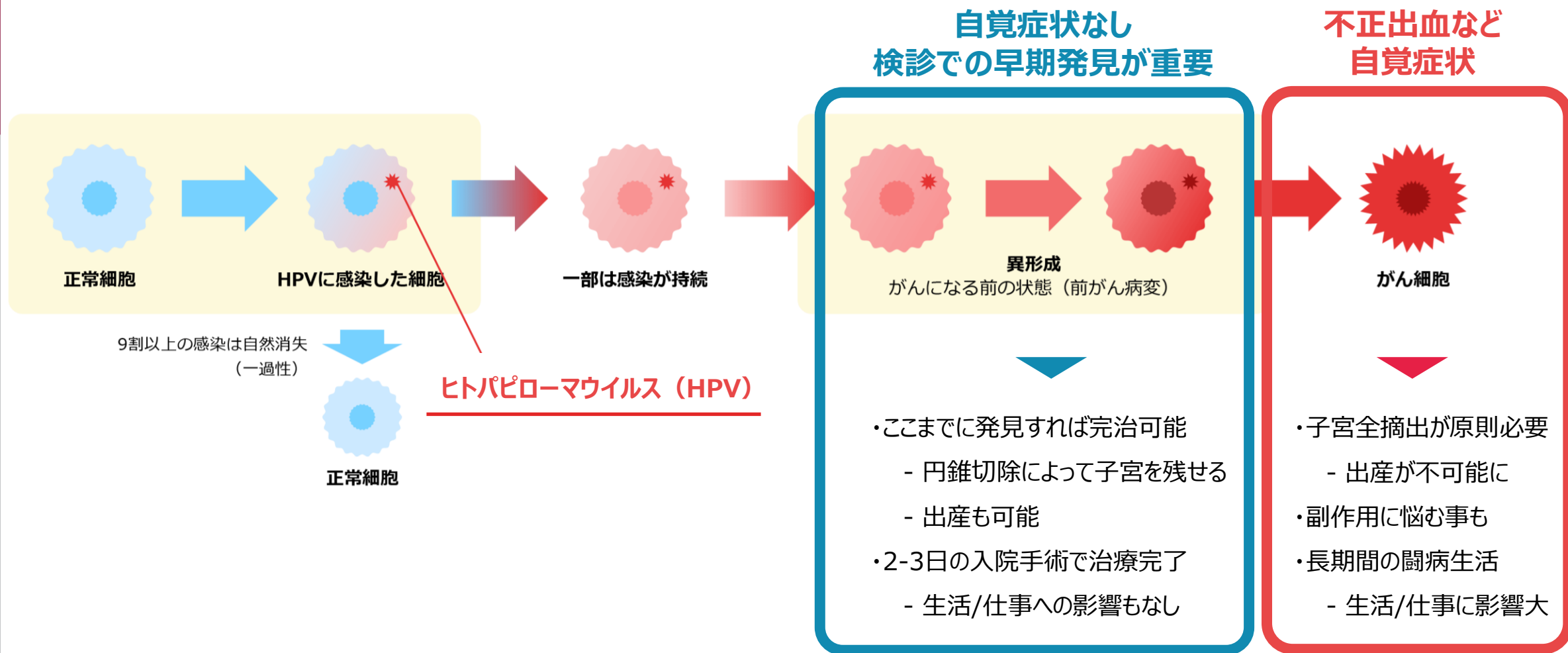
1. 性交渉で感染するウイルス (男女ともに感染する)
2. 女性の80%が一生に一度は感染するといわれている
3. コンドームでも防げない、ありふれたウイルス

# 子宮頸がん予防ワクチン（HPVワクチン）

100種類以上あるHPVのうち、子宮頸がん等の原因となるHPV型の感染を防ぎます



# 「子宮頸がん」における早期発見（定期的な検査）の重要性

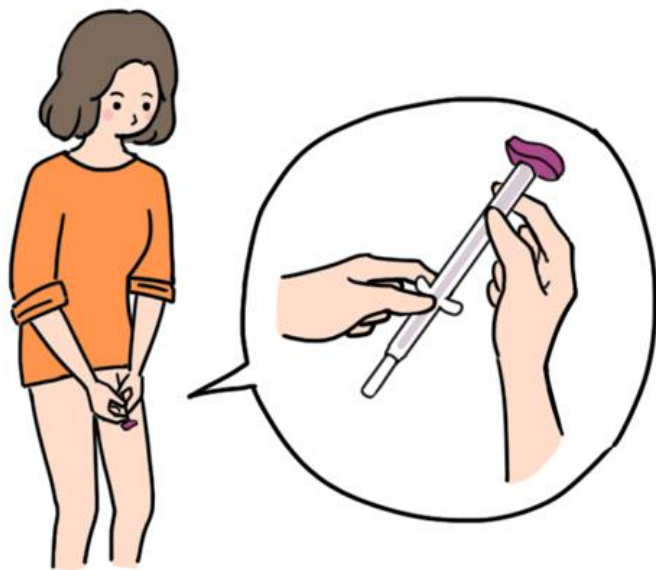


## 子宮頸がん検診って？



- **どんなことをするの？**
  - 子宮頸部から細胞をとって、異常細胞がないか調べます
    - 専用ブラシを使って、医師が採取します（注射やメスは使いません）
    - 検査自体は2～3分で終わります
- **何歳から受けるの？**
  - 20歳をむかえたら受けてください
- **受診頻度は？**
  - 2年に1回は必ず受けましょう
  - HPVワクチンの接種有無は関係なく、受診が必要です

## 検診受診が難しい場合は、自宅で受けられる検査もあります



- 子宮頸がん検診と何が違うの？
  - がん細胞ではなく、ウイルス（HPV）の感染有無を調べる（粘液採取）
  - 子宮頸がんに関係のあるハイリスク型（16型・18型・その他12種）を検知  
※その他12種…31型・33型・35型・39型・45型・51型・52型・56型・58型・59型・66型・68型
- 自分で検体採取して、正しい検査結果は出るの？
  - 医師が採取したときと検査結果は一致する\*といわれている

定期的な子宮頸がん検診受診に加えて活用することで、発症リスクを確認できます  
（原則、医療機関等での子宮頸がん検診を受診しましょう）



## まとめ

---

1

乳がん・子宮頸がんは、就労世代にピークをむかえる  
ご視聴いただいたみなさんにとって身近ながんです

2

乳がんは自分で発見できる数少ないがん  
早期発見のため月1回のセルフチェックを習慣づけ  
40歳になったら定期検診を受診しましょう

3

子宮頸がんはウイルス感染が原因で発症するがん  
20歳になったら定期検診を受診しましょう



ご視聴ありがとうございました