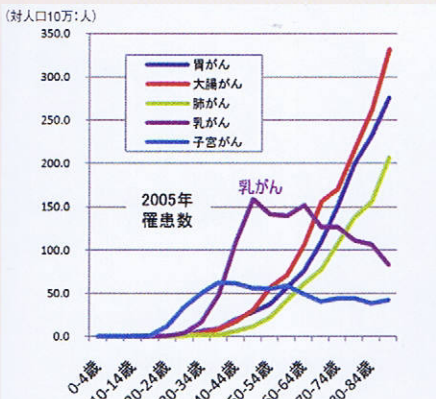


(参照)国立がん研究センターがん対策情報センターがん情報サービス



(参照)国立がん研究センターがん対策情報センターがん情報サービス

年齢等級別(対人口10万)と比較すると、死亡数の多い肺がんや胃がんなどは加齢とともに罹患数が増加しますが、乳がんは30歳代後半より急激に増加し、40歳代〜50歳代でピークをむかえ、その後60歳代後半から減少します。

「乳がん」と「子宮がん」にかかる女性は増加傾向
子宮がんは、死亡数が減少傾向にあったものの再び増加する傾向が見られ、罹患数は少しずつ増加を続けてきており、近年では増加率が上昇しています。乳がんは2005年を基準とすると、罹患数が10年前の1.6倍、20年前の2.5倍と急激に増え続けています。乳がんが増えている理由は、女性のライフスタイルの変化、食生活の欧米化、出産年齢の高齢化などが背景にあるとみられています。

「乳がん」にかかる人は40歳代〜50歳代が最も多い
乳がんは、乳房の乳腺組織にできる「がん」で、リンパを通して転移することが多いのが特徴で、発生および増殖に、女性ホルモンであるエストロゲンが重要な働きをしています。乳がんの主なリスク要因として、初経年齢が早い、閉経年齢が遅い、出産経験がない、初産年齢が遅い、授乳歴がないことなどがあげられ、母や姉妹の乳がん家族歴も確立したリスク要因とされています。また、飲酒習慣や閉経後の肥満により、ホルモンバランスが乱れることもリスクが高まります。

いつまでも健やかに、美しくあるために

女性の健康と健康チェックについて

(文)健康管理士一般指導員安井毅 / 監修: ウィミンズウエルネス銀座クリニック / 楠樹記念クリニック

『乳がんリスクチェック』

乳がんにかかりやすいタイプかどうかをチェックしてみましょう。該当する項目が多ければ多いほど乳がんのリスクが高くなります。



- 35歳以上である
- 初経年齢が早い
- 閉経年齢が遅い
- 出産経験がない
- 初産年齢が遅い
- 授乳歴がない
- 閉経後に太った
- 飲酒習慣がある
- 母や姉妹に乳がんの経験がある
- 乳がん検診を受けたことがない

乳がんは「がん」の中でも自己チェックができる数少ないがんです。毎月の自己触診と定期的な乳がん検診を受診することが大切です。

「乳がん」以外の「がん」や、「がん」に「心臓病」「脳卒中」などを加えた3大疾病をはじめとして、一般に加齢とともに病気の危険因子が増えますので、特に40歳以上の方は乳がん検査を含んだ健康診断や人間ドックを定期的を受診することをおすすめします。本来、病気の可能性はさまざまな角度から検証することが望ましいため、35歳や40歳、50歳や60歳などの節目の年齢の方は、誕生月などをきっかけにして、検査項目の充実している検診を選んで受診するとよいでしょう。なお、乳房や乳房周辺にしこりなどがある場合や、気になる症状がある場合は、乳腺外科等の外来を受診して、医師の診断を受けてください。