

# 乳がんは遺伝するの？

## はじめに

乳がんは、国内の女性がかかるがんの中で一番多く、年間約10万人がかかる病気です。がんと診断された方から原因について聞かれることも多いため、最近の話題についてお伝えしたいと思います。

## 「遺伝性乳がん卵巣がん」とは？

一般的にがんになる原因として、食生活、お酒、たばこ、老化などがありますが、最近の研究で、親から伝わった体質（遺伝）や、生まれつき乳がんになりやすい体質の方がいることがわかってきました。そのような体質をお持ちの方が500人に1人くらいいるといわれています。また、乳がんにかかる方のおよそ10-20人に1人が、遺伝の影響があるといわれています。このような遺伝の影響があるがんの一つとして、「遺伝性乳がん卵巣がん」があります。

遺伝性乳がん卵巣がんの特徴として、「45歳以下で若くして乳がんになることがある」、「乳がんの性格のひとつであるトリプルネガティブ乳がん（女性ホルモンの影響を受けず、HER2蛋白が出ていないタイプ）に60歳以下でなることがある」、「いくつもの乳がん（両側や片側に2回など）になることがある」、「親族に乳がん、卵巣がん、膵がんが多い」などがあります。ほかに、「卵巣がんや男性の乳がんになることがある」といった特徴もあります。

表1 遺伝性乳がん卵巣がんの特徴

特徴	
若くして乳がんになることがある	親族に乳がん、卵巣がん、膵がんが多い
トリプルネガティブ乳がんになることがある	男性乳がんになることがある
いくつもの乳がんになることがある	卵巣がんになることがある

## 遺伝について

人間は、約20,000種類の遺伝子を持っているといわれており、細胞一つ一つに含まれています。遺伝子は、人間の設計図のようなもので、体を作ったり、体の機能に関する情報が入っています。その情報は、皆さん一人一人、少しずつ異なり、顔の違い、髪の毛の色の違いなどの個性になっています。

さまざまな遺伝子のなかにBRCAという遺伝子があり、病気に関わる変化があると乳がんや卵巣がんになりやすいということがわかってきました。

親が乳がん経験者で、もし遺伝性乳がん卵巣がんだった場合は、50%の確率で子どもに受け継がれます。

## 検査について

乳がんにかかったことがある方で、遺伝性乳がん卵巣がんの特徴に当てはまる方は、血液検査で診断ができるようになりました。詳しくは、担当の先生や乳腺の専門の先生に聞いてもらえるとよいでしょう。検査を受けることで、不安や悩みが出る方もいます。その場合は、専門の先生と相談していただくことをお勧めします。この検査を受けることで、ご自分の状態をしっかり理解し、病気を早期に発見したり、予防のための対策を考えたりすることができます。

## もし遺伝性乳がん卵巣がんといわれたら

全員が乳がんや卵巣がんにかかるわけではなく、一生がんにかからない方もいます。専門の先生と相談して、病気が発症する前に、乳房や卵巣を切除する手術（乳がんや卵巣がんにかかったことがある方は保険適応になります。）を選ぶことも可能です。また、乳房のかかりつけ医を決め、ご自身に合った検診を受けられるようにしておくことをお勧めします。

## 親が乳がん経験者だった場合は？

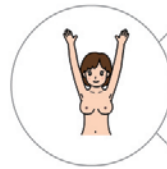
普段から、乳房の健康チェック（プレスト・アウェアネス）を欠かさないことが大切です。若い方は乳房X線検査『マンモグラフィ』だけでは見つけにくいしこりもあるため、超音波検査も受けることで早期発見につながる場合があります。定期的に検診を受けていただければと思います。

## おわりに

相模原市の乳がん検診は、40歳からマンモグラフィを受けることができます。日本では、乳がん検診の受診率が低いいため、まず検診を受けていただくことが重要です。ぜひ、検診を受けるよう心掛けてください。また、セルフチェックを習慣にしていきたいと思います。

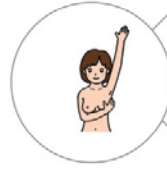
## セルフチェックのやり方

☆生理が始まってから1週間後頃や、月1回日にちを決めて行いましょう



腕を上げて、鏡の前でチェック！

- ひきつれやくぼみはありませんか？
- 乳輪の変化はありませんか？
- 乳首のへこみはありませんか？
- 湿疹はありませんか？
- しこりでふくらんでいませんか？

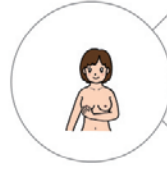


バスタイムがおすすめ！

ボディソープでわかりやすくなります！

4本の指をそろえて押し付けるようにふれて全体をチェック！

- しこりやこぶ状のふくらみはありませんか？
- 一部分だけ硬くなってきていませんか？
- わきの下のリンパ節ははれていませんか？



乳房や乳首をしぼるようにしてチェック！

下着に分泌物がついていないか確認も大切！

- 乳首から赤い分泌物はありませんか？

1つでもチェック項目があったり、違和感がある時は、必ず専門病院・医院・クリニックへ行き、診察を受けましょう。

図1 セルフチェックのやり方

参考資料) 乳癌診療ガイドライン2022年版 (一般社団法人 日本乳癌学会)

(相模原市医師会 小坂愉賢)

## 2024年3月10日(日)から16日(土)は世界緑内障週間です。

相模原市医師会 眼科医会

緑内障の正しい知識を広めることを目的に、各地の建造物・医療機関などをシンボルカラーである緑色に点灯する、ライトアップinグリーン運動が行われます。

眼科医会では、相模原麻溝公園にご協力いただき、グリーンタワー相模原(展望塔)のライトアップを行います。ライトアップ日時は、3月10日～16日:日没～明け方までです。(電力事情等により中止あり)

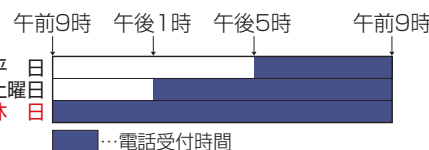
緑内障は、日本の中老年における失明原因の第1位です。早期発見、適切な治療を継続することで進行を遅らせ、失明を防ぐことができるようになってきました。

これを機会に、多くの相模原市民の皆さまに、眼の検診・眼の健康について関心を持っていただき、周囲の方に広めていただけたらと思います。

## 休日・夜間の急病診療制度の利用

まず、かかりつけの医師に相談してください。かかりつけの医師が不在、近所の医療機関で診療が受けられない方は

☎042-756-9000  
相模原救急医療情報センターへ  
お電話してください。



### 市民のみなさんへお願い

- ◇診療可能な医療機関を案内します。
- ◇医療相談・歯科案内は行なっていません。
- ◇急病で困ったときに利用してください。
- ◇**応急診療**が目的ですので、翌日はかかりつけの医師または近所の医師の診察を必ず受けてください。
- ◇**健康保険証**を必ず提示してください。されない場合は自由診療扱いとなり、費用が高額になります。
- ◇救急車は、生命に危険が生じた患者さんを一刻も早く運ぶためのものです。安易な利用は避けてください。
- ◇**歯科の急病**については相模原口腔保健センター ☎042-756-1501(ウエルネスさがみはら2階)
- ◇服用している薬がある場合は、**お薬手帳**もしくは処方された薬をお持ちください。