

EASTWEST MEDICAL CENTER NEWS LETTER

2011年6月7日号

ここ最近、急な雨の多い日々が続いておりますが、皆様お元気にお過ごしでしょうか。

今回のニュースレターでは、乳がん・子宮頸がんについてお届けいたします。先日、元キャンディーズのスーちゃんこと田中好子さんが乳がんによる長期闘病後に亡くなられたニュースは、記憶にも新しいことと思います。現在、日本人女性のがんの死亡率の一位(30~64歳)に乳がんがあげられ、乳がんの増加傾向・若年化が言われています。ピンクリボン運動なども活発になり、乳がん予防への意識の高まりと検診の内容などにも変化が見られ始めました。具体的には、視触診によるスクリーニングの限界が指摘され、マンモグラフィ・超音波検査の実施促進により早期発見・早期治療に至るケースが増えています。しかし、日本国内では検診の助成が始まったにもかかわらず、未だ受診率の低い現状が問題となっています。

子宮頸がんにおいては、発症原因がほぼ HPV(ヒトパピローマウイルス)であることが究明され、欧米等に遅れをとるものの行政による補助が開始し、HPV ワクチンの接種がより現実的となりました。一方で、海外に暮らす女兒の場合に、どのように接種をさせるか、今後の課題と言えるでしょう。また、海外在住の女性たちもまた、行政の助成による乳がん・子宮頸がん検診の機会がない状況の中で、予防・早期発見のために、自主的に両検診を日本や中国で受けることが大切となってきます。

そこで今回は、乳がん及び子宮頸がんに関する基礎的知識から検診やワクチンなどの予防について、当院のメディカルアドバイザーである南里清一郎先生にお話し頂きました。



乳がん

Q1. 乳がんとはどのような病気でしょうか？何歳くらいの方が多く罹る病気でしょうか？最近の罹患率などに傾向はありますか？

A. 乳がんは乳腺にできる悪性腫瘍です。女性のがんの中で最も罹患率が高く、日本人女性の約16人に1人が罹患するといわれています。30歳から64歳では死亡原因の第1位となっています。

Q2. 乳がんの原因は主に何でしょうか？また、日常生活における予防方法は何かありますか？

A. 乳がんの原因は、遺伝的要因、女性ホルモンの影響、肥満、食生活などが考えられています。現段階では、乳がんの予防法(一次予防)は、肥満予防、過度の飲酒をしない、ストレスをため過ぎないなどのライフスタイルに注意することにより、発症のリスクを減らすことは可能といわれています。

Q3. 乳がん検診は何歳頃から受ける必要がありますか？また、どの位の期間で検診を受ける必要がありますか？

A. 20歳頃から、月に1回程度、自己検診をやるとういでしょう。30歳頃からは、自己検診と併行して、1~2年に1回、医療機関での乳がん検診を受けることが早期発見につながります。



メディカルアドバイザー 南里清一郎先生

Q4. 検診の内容はどのようなものでしょうか？

A. 多くの乳がん検診は、40歳を過ぎるとマンモグラフィと呼ばれる乳房専用のX線装置で乳房全体を撮影します。マンモグラフィは、医師の触診や自己触診では発見できないしこりや石灰化のある小さな乳がんの発見に適しています。また、乳房に超音波をあてる検査や、医師の視診や触診を行う医療機関もあります。

Q5. 海外在住のために、何か簡単にできるセルフチェックのようなものはありますか？

A. 30歳以上の女性は、1～2年に1回の医療機関での乳がん検診が望ましいのですが、どうしても受診できない場合には、月に1回程度の自己検診が有用です。ご自身の目で乳房を観察して、くぼみやひきつれがないか、手で触れてしこりがないか、両脇の下のリンパ節が腫れていないか、乳頭から分泌物が出ないかなどを観察します。少しでも不安な点があるようでしたら、医療機関で受診しましょう。

子宮頸がん

Q1. 子宮頸がんはどのような病気でしょうか？実際どのような症状が現れますか？最近の罹患率などに傾向はありますか？

A. 子宮頸がんとは、子宮頸部に発生するがんで、ヒト乳頭腫ウイルス(HPV: Human papillomavirus)の性行為感染によって発症します。初期にはほとんど症状がなく、がんが進行すると、不正出血、おりものが増え、下腹部痛、血尿や血便などが現れることがあります。罹患率は、20歳代後半から40歳前後まで増加した後横ばいになり、70歳代後半以降再び増加します。近年、罹患率、死亡率ともに若年層で増加傾向にあります。

Q2. 原因と言われるHPV(ヒトパピローマウイルス)とはどんなものなのでしょうか？

A. HPVは性行為により、皮膚や粘膜に感染します(接触感染)。多くの感染は一過性で免疫により排除されますが、一生有効な免疫は形成されず何度も感染を繰り返します。

Q3. HPVに感染した場合、子宮頸がんを発展する可能性はどの位でしょうか？HPVに感染した場合、何か症状はあるのでしょうか？HPVに感染した場合、すぐに治療が必要になりますか？

A. HPVに感染しても自覚症状はなく、ほとんどは2～3年の経過で自然にウイルスは排除されます。しかし、ウイルスの持続感染が続くと子宮頸部に異形成(前がん病変)が起こります。多くの場合はウイルスは徐々に排除され異形成は治ってきますが、軽度異形成から高度異形成へと進行した場合に、子宮頸がんが発症します。異形成からがん化する確率は5～10%と推定されています。

Q4. どの位の期間で子宮頸がん検診を受ける必要がありますか？

A. 20歳以上の方に、1年～2年に1回の細胞診を用いたがん検診が勧められています。

Q5. 予防方法はどのようなことでしょうか？

A. HPVワクチンには70%程度の感染予防効果があります。ワクチン接種を受けていても、がんの早期発見のためには、子宮頸がん検診を定期的に受けるようにしましょう。それに、性行為感染なので、

思春期前の性教育が大切です。

Q6. HPV ワクチンの対象となるのは何歳～何歳までの女児でしょうか。行政の助成が開始したと聞かれますが、具体的にはどの程度行われているのでしょうか？海外に住む場合にはワクチンの接種はどのようにすべきでしょうか。

A. HPV ワクチンは、日本で2009年12月より一般の医療機関で接種することができるようになりました。最も効果的な接種時期は初交前ですが、11歳～45歳(11～14歳 最も推奨)の女性を対象に、合計3回の接種を行います。2010年に日本では、1年の期限付きで各自治体が公費助成を行いました。1回1万6千円前後と高額なワクチンですので公費助成が望まれています。海外に住んでいる方や対象年齢に該当しない方も多いため、基本的には自己負担での接種になります。

南星 清一郎 先生(イーストウェストメディカルセンター・メディカルアドバイザー)

医学博士。慶應義塾大学名誉教授。長く外務省・海外邦人医療基金の依頼を受け、海外に在住する邦人の海外巡回医療・健康相談にあたる。予防接種ハンドブックなどの執筆、小児各方面の健康相談や、丸の内海上ビル診療所(感染予防外来、海外赴任者の予防接種等)の外来も担当している。



好評実施中！乳幼児無料定期健診のご案内

当院では、昨年より乳幼児無料定期健診を実施してまいりましたが、これまで広州在住の方々を中心に多くのお子様にご受診して頂いております。

健診を受けられたお子様のご家族からは、予防接種や乳幼児の発育・栄養等に関するご質問が多数寄せられています。担当の小児科医・黄衛紅主任よりは「生活環境の違いもあり、広州近郊に在住するお子様は、全般に戸外での活動が少なく、抵抗力も下がりがみです。からだの発育には欠かせませんので、出来るだけ工夫して外気浴やお散歩をさせてあげましょう。日差しの強い時間帯などは避けて」とのアドバイスも。今後も皆様のお子様の健やかな成長の一助になればと、実施してまいります。

実施時間： 毎週火・水曜日 午後2時～4時 (ご予約制)

お持ち頂くもの： 母子手帳

※ お持ちでない場合には、当院にて母子手帳(母子衛生研究会発行、日中対訳版)の購入も可能です。

ご希望の患者様はご予約が必要となります。お気軽に当院までお問い合わせください。

イーストウェストメディカルセンター

TEL: 020(3879)7605

イーストウェストメディカルセンター

中国広州市天河北路233号、中信広場14階1401室

診療時間：(月～日)9:00～18:00 ※時間外、祝日は電話予約制

TEL:(020) 3879-7605 健康ホットライン: 13822169509 FAX:(020) 3879-7606

<http://www.eastwestmedico.com> E-mail: eastwestmedico@yahoo.co.jp