

知っていますか?

がんのリスク

日本人の2人に1人がかかるといわれているがん。がんの予防は難しいと思われがちですが、がんにかかりやすい要因を知り、適切な対策をとることでがんのリスクを下げることが可能です。このシリーズでは、わたしたちが知っておきたいがんの発生要因について解説します。

(参考資料)

●国立がん研究センター がん情報サービスHP

女性ホルモンとがん

がんの発症要因はさまざまですが、乳がん、子宮体がん、卵巣がんは女性ホルモンの一種であるエストロゲンが関わっていることがわかっています。エストロゲンには細胞の増殖作用があるため、がんの発生に関与していると考えられています。



女性ホルモンが関係しているがん

女性ホルモンが関係しているがんは、体内のエストロゲンが多い状態が長年続くことで、発症リスクが高まります。具体的には妊娠・出産、授乳はリスクを下げ、月経はリスクを上げる要因となります。また、閉経以降肥満になった人は、脂肪組織でエストロゲンが増えやすいため、リスクが高くなります。

- **女性のがんのリスク要因**
 - 初経年齢が早い…初経年齢11歳以下
 - 閉経年齢が遅い…閉経年齢55歳以上

	女性ホルモンが関係しているもの	その他のリスク要因
乳がん	<ul style="list-style-type: none"> ● 初経年齢が早く閉経年齢が遅い ● 出産・授乳経験がない ● 初産年齢が高い (30歳以上) ● 閉経以降の肥満 <small>※低用量ピルの使用、閉経後のホルモン補充療法もわずかながらリスクを高める可能性があります。</small>	<ul style="list-style-type: none"> ● アルコール、喫煙、運動不足 ● 高濃度乳房 ● 良性乳腺疾患にかかったことがある ● 乳がんの家族歴
子宮体がん	<ul style="list-style-type: none"> ● 閉経が遅い ● 出産経験がない ● 月経不順 (無排卵性月経周期) ● 肥満 	<ul style="list-style-type: none"> ● 大腸がんの家族歴
卵巣がん	<ul style="list-style-type: none"> ● 初経年齢が早く閉経年齢が遅い ● 出産・授乳経験がない 	<ul style="list-style-type: none"> ● 乳がん、卵巣がんの家族歴

※子宮がんには子宮体がんと子宮頸がんがありますが、子宮頸がんは、HPV(ヒトパピローマウイルス)による感染が主な原因ですので、女性ホルモンとの関連はありません。

女性のがん対策はどうしたらよい?

女性ホルモンが関係しているがんは、女性のライフスタイル(未出産・少子化・晩産化など)とも関わっており、生活習慣の改善だけでは予防しづらい面があります。乳がん検査を受けることはもちろん、異常があったら早めに医療機関を受診し、早期発見に努めることがポイントです。

- **早期(1期)で発見できた場合の5年生存率**

※全がん協部位別臨床病期別5年生存率(2008-2010年症例) 2019.4.9



- **早期発見のポイント**

乳がん 40歳以上の方は乳がん検査を受けましょう。自己検診などで、しこりやきつれ、乳頭からの分泌物などを見つけたら、すぐに乳癌外科を受診してください。

子宮体がん 子宮体がん検査は一部の自治体などで実施していますが、あまり一般的ではありません※。子宮体がんの場合、初期から症状が出やすいので、不正出血、異常なおりものなどがあつたらすぐに婦人科へ。
※一般的に子宮がん検診という子宮頸がん検診のことを指します。

卵巣がん 下腹部にしこりがある、急激なお腹の張りや痛みがある場合はすぐに婦人科へ。