



2015.10 No.12

産業医大通信

U O E H

産業医科大学通信

University of Occupational and
Environmental Health, Japan

学校法人 産業医科大学 広報企画室
〒807-8555 北九州市八幡西区医生ヶ丘1-1

TEL 093-603-1611 (代表)

<http://www.uoeh-u.ac.jp/>

2015年10月20日発行 (隔月20日発行)

◆乳がんについて

◆大腸がん



Contents

◆乳がんについて

◆大腸がん

掲載記事等の紹介
(9/3 読売新聞)

報道機関で紹介された
産業医科大学 (H27.7/15~H27.10/5)

病院の診療受付時間等

呼吸器病センター設置のお知らせ

産業医科大学病院 presents
「あきらめない医療を目指して」

ホームページにおける
本学パノラマ映像の提供について



産業医科大学
モバイルサイト
こちらから!
<http://www.uoeh-u.ac.jp/>



大学のある北九州の風景 (平尾台のすすき野)

乳がんについて

1 乳がんとは

乳がんは「乳腺」から発生する悪性腫瘍です。乳房は、乳頭を中心に乳腺が放射状に15～20個並んでいます。それぞれの乳腺は小葉に分かれ、小葉は乳管という管でつながっています。乳がんの約90%はこの乳管から発生し「乳管がん」と呼ばれます。小葉から発生する乳がんが約5～10%あり、「小葉がん」と呼ばれます。(図1)日本では女性のかかるがんの中で最も患者数が多く、年間約8万人が乳がんと診断されます。乳がんは40歳代をピークに起こりやすく、社会人として重要な役割を担う世代の女性を襲う恐ろしい病気といえます。もちろん乳腺は男性にもありますから、女性だけではなく男性にも起こる病気です。

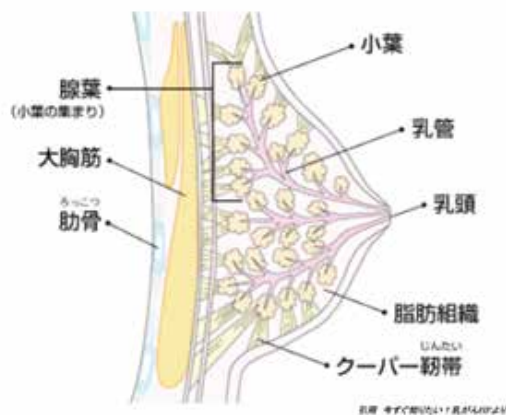


図1

2 乳がんになりやすい人は？

乳がんの発生・増殖には、エストロゲン(女性ホルモン)が重要な働きをしています。乳がんの原因は未だ不明な部分が多いですが、以下の項目が「乳がんになりやすい危険因子」と考えられています。日本人の食生活の欧米化や、女性の社会進出による晩婚化等の影響から、乳がんは増加しています。最近では遺伝的に乳がんになりやすい「遺伝性乳がん卵巣がん症候群(HBOC)」も話題になっています。乳がんや卵巣がんの全体のうち約10%が遺伝性のがんです。

- ・ 乳がんの家族歴がある
- ・ 高齢出産、授乳歴がない

呼吸器・胸部外科 副診療科長 永田 好香

- ・ 初経年齢が早い、閉経年齢が遅い
- ・ 良性の乳腺疾患の既往
- ・ 閉経後の肥満
- ・ 生活習慣(飲酒やたばこ)

3 乳がんの検査

乳がん検診では、視触診の他にマンモグラフィ(乳房X線撮影)、エコー(超音波)を組み合わせで行います。(図2)マンモグラフィは2枚のプラスチック板の間に乳房を挟んで圧迫して撮影します。エコー検査は乳房にゼリーを塗りプローブをあて、乳房の状態をモニターで見ながら検査します。放射線の代わりに音を使っているため、放射線被曝の心配はなく検査に伴う痛みもありません。マンモグラフィでは映し出しにくい乳腺の発達した30歳代などの若い女性や妊娠中や授乳中の女性にもお勧めできる検査です。

これらの検査で乳がんの疑いが強いと判断された場合、CT検査やMRI検査など乳がんの広がり診断を行います。また、細胞診や組織診といった病理の検査で診断を行います。

マンモグラフィ検査



超音波検査



図2

4 乳がんの治療

乳がんの治療には、手術(外科的治療)、放射線療法、薬物療法があります。

乳がんの手術には、部分的にがんを取り除き(乳房温存術:円状・扇状切除術)、残した乳房に放射線治療を行う乳房温存療法と、乳房を全部取り除く乳房切除術があります。また、腋の下のリンパ節を取り除



く手術(センチネルリンパ節生検、腋窩リンパ節転移がある人はリンパ節郭清術)を同時に行います。外科的治療と放射線療法は「局所治療」であり、治療を行った部位にのみ効果が期待されます。最近では、乳房を切除した後に自分の筋肉や人工物(インプラント)を使用して乳房を形成する手術(乳房再建術)も形成外科医と協力して行っています。

乳がんの細胞が乳管の膜を破ると比較的早い段階からリンパ管や血管に入り、肝臓や肺、骨などへ遠隔転移を起こします。このため、乳房内のがん細胞に対する治療「局所治療」だけでは不十分であり、乳房以外に存在するかもしれないがん細胞に対する治療「全身治療」が必要になります。乳がんの薬物治療は、ホルモン療法、化学療法(抗癌剤)、分子標的治療の3種類に大別され、がんに対する全身治療としての役割を担います。乳がんの治療方法の進歩はめざましく、乳がんの性格(サブタイプ)によりどの治療を選択するかを決定する「個別化医療」の時代になりました。これら薬物療法を受ける場合には、薬物療法の目的、期待される治療効果、予想される副作用とその対策などについて理解することが大切です。

5 自己触診～月に1度の自己触診

乳がんを早期発見し早期治療を行えば、より高い確率で再発なく過ごすことが可能です。乳がんの主な症状は、乳房のしこり、乳房の形や皮膚の変化、乳汁分泌などです。月に1度の自己触診によるチェックは早期乳がんの発見にもつながります。このためにも、自己触診+乳がん検診を上手に利用することが大切です。

<やってみよう!自己触診>(図3)

- (1) 両手を下げたまま鏡に乳房を写します。
自分の乳房、乳頭の形をよく覚えておきます。
- (2) 両手を上げて、正面・側面・斜めを映して、次のことを調べます。
 - ・乳房のどこかに「くぼみ」や「ひきつれ」はありませんか?

- ・乳頭がへこんだり、湿疹のようなただれは出ていませんか?
- (3) 仰向けに寝ます。
調べる側の肩の下に薄い枕を敷きます。
乳房が垂れず胸の上に均等に広がるようにします。
 - (4) まず、乳房の内側から調べましょう。次に外側半分を調べましょう。
左乳房を調べる場合は、左腕を頭の後方に上げます。乳房の内側から外側へ右手の指の腹でまんべんなく丁寧に触れます。左腕を自然に下げ、腋の下に手を入れて、しこりがあるか触れてみましょう。
 - (5) 次に反対側の乳房をさわります。
乳房を指先でつまんで調べると、異常がなくても「しこり」のように感じます。必ず指の腹を使って調べましょう。
- ※月経のある人は月経が終わる頃、閉経後の人は誕生日の日にちで行います。



図3

6 さいごに

乳がんは、死亡率・罹患率ともに上昇しており、早期発見と早期治療が大切です。乳がん検診を上手に利用しましょう。

大腸がん

消化器・内分泌外科 診療科長 （第1外科学 教授） 平田 敬治

皆さんの身の回りで、便の検査でひっかかった、大腸ポリープが見つかった、または大腸がんになった、という方はいらっしゃいませんか？

大腸は、口に近い方を結腸、おしりに近い方を直腸と呼んでおり、各々結腸がん、直腸がんともに大腸がんと言われます。食生活の欧米化がその大きな要因と言われていますが、最近の日本は、急速に大腸がんの患者さんが増えており、その死亡者数は、日本人の全部のがんの中で、男性では3番目、女性では1番目に多いがんとなっています。

大腸がんがどの部位に発生し易いかを調べてみると、直腸とその手前のS状結腸でほぼ7割を占めています。大腸がんのできる要因として、動物性たんぱく質や脂肪分の摂りすぎ、食物繊維の不足、また運動不足や肥満・アルコール・たばこなどがあげられています。また遺伝性もあると言われ、家族にも大腸がんの患者さんがいる場合、検査の結果、遺伝性大腸がんと判断される患者さんが数%見つかります。

一般的ながん予防10カ条

- ・ 穀類・豆類・いも類・海藻を豊富に
- ・ 野菜・果物を豊富に
- ・ 肉類は1日に80グラム以下にする
- ・ 脂肪をできるだけ少な目に
- ・ 食塩を1日に6グラム以下
- ・ 肥満に注意、5Kg以上体重を増やさない
- ・ 速歩か同程度の運動を1日1時間、週に1時間活発な運動
- ・ ストレスをためないようなライフスタイル
- ・ タバコを吸わない
- ・ アルコールをとらない

大腸がんの予防の為に、まずがんの発生をおさえるために、食事指導・運動指導・禁煙指導などがあげられ、また、早期にがんを発見・治療しがんによる死亡を予防するという目的でがん検診があげられます。大腸がんの手術を受けられる患者さんで、リンパ節に転移のない場合には手術による救命率が8割～9割と言われています。このため、大腸がんは検診による早期発見、つまり無症状の時期に発見することが重要となります。

大腸がんの早期発見の為にスクリーニング検査として、検診での便潜血検査があります。これは、目に見えない程度でも、便の中に血液が混じっていれば見つけてくれる検査です。検査で見つかった方は、精密検査としてバリウムを用いた注腸X線検査や大腸内視鏡検査を受ける必要があります。ただ、これらの検査は患者さんの心理的負担もあり、実際に検査を受ける割合は60%に留まっているとの報告もあります。ただし、この便の検査が陽性であっても大腸内視鏡検査を行えば必ず大腸がんがある訳ではなく、また便に血が混じっていなくても、大腸がんがないとは言えませんので、40歳を越えた方、もしくは家族に大腸がんになった方がいらっしゃれば、是非とも一度大腸内視鏡検査をお勧めします。また、大腸がんの初期の段階で症状は出ませんが、自覚症状として、最近便秘気味、または便通が安定せず下痢や便秘を繰り返す、便の大きさが細くなった、便に血が混じる、便が出なくてお腹がはる、といった症状があれば、ぜひ大腸内視鏡検査のできる医療機関を受診して下さい。



内視鏡検査で、よく大腸ポリープが見つかりますが、大腸ポリープの中には大腸がんになりやすく切除した方がいいポリープと、取らなくてもいいポリープがあります。検査を行った先生とよく相談して切除するかどうか決めていきましょう。

大腸がんと診断された場合ですが、ごく早期のがんであれば大腸内視鏡検査とおなじように、おしりから内視鏡を入れて切除できますので、外科的に手術をしなくても済みます。

残念ながら、早期がんでも内視鏡治療ができない、もしくはリンパ節に転移している可能性がある場合、または進行がんの場合は、外科的な手術が必要です。ただ、最近では外科的手術といっても、我々はお腹を大きく切らずに、数カ所孔をあけて、カメラでお腹の中をモニターで見ながら手術を行う腹腔鏡手術を行っています。手術する我々にとっても、モニターでお腹の中を拡大して観察することができ、より繊細な手術が可能となり、また術後の痛みが少ない、術後のお腹の中の癒着が少ない、など、患者さんにとっても、優しい外科治療が行われています。

大腸がんに対する腹腔鏡手術風景



大腸がんに対するがん検診、そして大腸内視鏡検査の普及にも関わらず、発見された時には既に肝臓や肺に転移しているような進行がんとして発見される場合もあります。また大腸がんは比較的、手術で完治できる割合が多いのですが、残念ながら転移・再発を来す場合もあります。このような場合には、外科治療・化学療法（いわゆる抗がん剤）、また放射線治療などいろんな治療を組み合わせた集学的治療が行われています。よく、抗がん剤は副作用が強いからいやだとか、髪が抜けるのが心配、という声を聞きますが、最近は新しい抗がん剤も多数開発されており、副作用対策を行いながらうまく治療していけば、がんをコントロールすることが可能となって来ています。決してあきらめる事なく、主治医の先生と相談しながら、治療に前向きに取り組んでいきましょう。

大腸がんは、早めに見つければ、必ず完治できる病気です。大腸がんに行進していく大腸ポリープや早期がんでは、自覚症状が出る事は、まずありませんので、自覚症状のない方も便潜血反応検査だけではなく、一度大腸内視鏡検査を、また自覚症状のある方は是非、内視鏡検査を受けてみてはいかがでしょうか？

大腸がんに対する低侵襲手術の進歩

開腹手術 標準的腹腔鏡手術 単(減)孔式手術



平成27年9月3日(木) 読売新聞 朝刊 30面(地域面)

がん患者出入り自由のサロン

産業医科大学病院
がん相談支援センター 永田 好香

(記事掲載許諾期限切れのため、記事を削除しています。)

大学病院及び若松病院の診療受付時間等

○診療受付時間

- 1 初診・再来新患(3ヵ月以上来院なし)
・再診(予約なし)
8時30分～11時00分
(大学病院:形成外科を除く、一部専門外来)
13時00分～14時30分
(大学病院:形成外科、一部専門外来)

- 2 再診(予約あり)
医師が来院を指定した時間

○予約について

紹介状(診療情報提供書)をお持ちの方で、
ご予約を希望される方は、受診希望日の前日までに
外来予約係(月～金 9時～18時)
大学病院 TEL:093-691-7666
若松病院 TEL:093-285-3203 までご連絡下さい。

10月1日付けで
産業医科大学病院に
呼吸器病センターを
設置しました。

報道機関で紹介された産業医科大学

本学ホームページにも最新情報を掲載しています。[産業医大 報道]で検索して下さい。(TOP→報道機関への出演・掲載)

〈平成27年7月15日(水)～平成27年10月5日(月)〉 (広告、開催案内等の記事除く)

日 時	媒 体 名	内 容	所 属	氏 名
7月15日(水)	健 康 かな が わ	労働安全衛生法改正による受動喫煙防止対策の強化	健康開発科学	大 和 浩
7月23日(木)	高 知 新 聞	子どもへのタバコの害について	健康開発科学	大 和 浩
8月3日(月) 17:13～	テ レ ビ Q ルックアップふくおか	国際会議誘致へ 北九州市と市内4大学協定	産業医科大学	
8月3日(月) 17:54～	テ レ ビ 西 日 本 TNCスーパーニュース			
8月4日(火)	西日本・毎日新聞			
8月5日(水)	日 本 経 済 新 聞			
8月5日(水)	週 刊 文 春 (8月13・20日号)	「本当に手術が巧いがん外科医リスト」記事内推薦の多かった腕のいい外科医リスト9人の中の1人として紹介	第2外科学	田 中 文 啓
8月23日(日)	朝 日 新 聞	外科手術手技体験セミナーの開催報告	産業医科大学病院	
8月28日(金)	西 日 本 新 聞	大学設置・学校法人審議会認可関係 産業医科大学医学研究科産業衛生学専攻博士課程	産業医科大学	
8月31日(月)	日 本 経 済 新 聞 Nikkei Asian Review	たばこの代替品 無煙たばこの販売	健康開発科学	大 和 浩
9月3日(木)	読 売 新 聞	がん患者サロンの紹介	がんセンター	永 田 好 香
9月3日(木)	朝 日 新 聞	「酒たばこ18歳から 成人年齢引き下げ」記事内でのコメント	健康開発科学	大 和 浩
9月6日(日)	読 売 新 聞	病院の実力 がん診療連携拠点病院	産業医科大学病院	
9月8日(火)	西 日 本 新 聞	「安保反対で大学間連携」の記事中學者有志の一人としての意見	名誉教授	唐 崎 裕 治
9月8日(火)	Asian Scientist Magazine	アスベストの説明からアスベスト使用による人体への有害性、一部を除く先進国がアスベスト使用禁止に至った理由や今後アジア地域におけるアスベスト関連疾患の流行などについて高橋教授が取材協力した記事(英文)がAsian Scientist Writing Prize 2015においてthe first prize(最優秀賞)を受賞したこと	環境疫学	高 橋 謙
9月13日(日)	読 売 新 聞	すこやかカフェ 自殺予防	名誉教授	中 村 純
9月16日(水)	読 売 新 聞	自殺未遂ケア 広がる	産業医科大学病院	
10月1日(木)	毎 日 新 聞 読 売 新 聞	北九州市の環境技術について、インドネシアのメディアが報道するために、本学の水処理装置を施設見学したこと	産業医科大学	
10月2日(金)	毎 日 新 聞	北九州市内大学の連携 まちなかESDについて	産業医科大学	
10月4日(日)	読 売 新 聞	病院の実力 認知症	産業医科大学病院	
10月5日(月) 10:55～11:00	FM福岡「あきらめない医療を目指して」	大腸がん	第1外科学	平 田 敬 治

産業医科大学病院 presents 「あきらめない医療を目指して」

2015.10 No.12

平成27年10月から2ヵ月間、産業医科大学病院及び産業医科大学若松病院の診療情報等をご提供するため、ラジオ番組「あきらめない医療を目指して」を放送しています。

- ラジオ局・放送時間 FM FUKUOKA 毎週月曜日 10:55 ~ 11:00
- 周波数 (MHz) 北九州 80.0 福岡80.7 宗像84.1

【診療情報 疾患名 担当者】

放 送 日	疾患名	診療科	担当者氏名
10月26日	黒色腫	皮膚科	中村 元信
11月 2日	乳がん	呼吸器・胸部外科	永田 好香
11月 9日	肺がん	呼吸器内科	矢寺 和博
11月16日	脳卒中のリハビリテーション	リハビリテーション科	佐伯 寛
11月23日	不整脈	循環器内科	安部 治彦
11月30日	アスリートの股関節痛	整形外科(若松病院)	内田 宗志

10/5~19までの放送分

疾患名	診療科	担当者氏名
大腸がん	消化器・内分泌外科	平田 敬治
子宮頸がん	産婦人科	蜂須賀 徹
頭頸部がん	耳鼻咽喉科・頭頸部外科	鈴木 秀明

※平成26年度の放送分を含め放送終了後は、本学ホームページから、FM福岡によるポッドキャストでの配信をご案内しています。

ホームページにおける本学パノラマ映像の提供について

本学のホームページにパノラマ映像を追加いたしました。
大学ホームページTOP、病院ホームページTOPからご覧いただけます。



本誌にかかるご意見等につきましては、uoehnews@mbox.pub.uoeh-u.ac.jp までお寄せください。
「産業医大通信」は産業医科大学 web サイトでもご覧いただくことができます。
次号は 2015 年 12 月発行予定です。(本誌の記事・写真などの無断転載を禁じます。)