

## 女性の天敵、

## 乳がんの見つけ方

乳がんとはどんな病気なのか 20

● 乳腺にできる悪性腫瘍が乳がん 20

● 浸潤がんなら見えない転移の可能性も 22

● 乳がんの特徴は「治りやすい」こと 24

増加が止まらない乳がん。

あなたは大丈夫？

12

自分で自分の身を守るために 26

● 乳がんの発症リスクには個人差がある 26

● 発がんを防ぐ確実な方法はない 28

● 自分のおっぱいの健康に関心を持ち続ける 30

● 日本では働きざかりの年代が

いちばん発症しやすい 14

● 女性ホルモンとの深いかかわり 16

● 増加の背景にあるライフスタイルの変化 18



乳がん検診で早期発見を確実に 34

● 定期的な検診が命を守る 34

● 適切な検診内容は人によって異なる 36

● 自己投資のひとつとして

検討したい任意型検診 38

● 腫瘍影や石灰化病変を見つける 40

● やわらかな乳房なら

マンモグラフィが有効 42

● 張りのある乳房には超音波検査を 44

**column** 更年期障害の

ホルモン補充療法は慎重に 46



**第2章**

**正しい診断で**

**治療方針を決める**

「乳がんの疑いあり」といわれたら 48



● 乳がんの診断・治療は乳腺外来のある所へ 48

● 細胞診であたりをつけ、組織診で確定 50

● 乳がんの診断がついたら 54

● 不安なのはみな同じ。まずは落ち着こう 54

● 乳がんの治療には多くの選択肢がある 56

## 治療の前におこなう検査 58

- 乳房の状態、

全身への広がりを確認 58

- リンパ節転移の有無を確認する 60

- 乳がんの進行度を判定する 62



## 乳がんには

### さまざまなタイプがある 64

- 組織を調べれば乳がんの性質がわかる 64

- 乳がんは5つのサブタイプに大別される 66



## 最善の治療方針を決めるために 68

- 治療法は「局所」と

「全身」の組み合わせ 68

- 乳がんの個性に合わせて対応する 70

- 大切なインフォームド・コンセント 72

- 「最先端」はまだ「最良」かどうか

証明されていない 74

- セカンドオピニオンを求めてもよい 76



## 遺伝が大きく影響していることも 78

- 乳がんの1割強は遺伝性 78

- 遺伝性乳がん卵巣がん症候群の特徴 80

- 子ども、姉妹の遺伝子検査も検討する 82

遺伝子の病的変異があればリスク  
低減手術も選択肢のひとつに 84

### 第3章

## 手術・放射線療法・ 薬物療法の実際

乳がん治療のおおまかな流れ 86

● 治療方針は見直されることもある 86

手術療法で病巣を取り除く 88



● 乳がんの手術は2つの方法に大別される 88

● 乳房温存手術は

放射線療法とセットで実施 90

● 乳房切除手術なら術前に

乳房再建についても検討 92

● リンパ節転移があれば

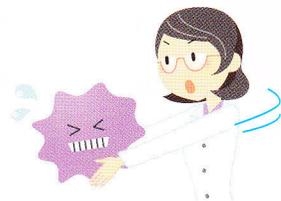
腋窩リンパ節郭清も 94

● 術後の病理検査で治療方針を再検討 96

放射線療法は補助的なもの 98

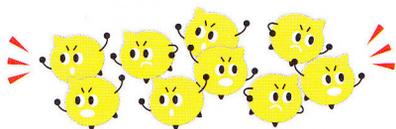
● 放射線療法で手術の効果を高める 98

● 放射線療法の進め方と主な副作用 100



## 薬物療法は進化している 102

- 薬物療法で再発・転移を防ぐ 102
- 術前か術後かは人によって違う 104
- 治療薬の種類は3つに大別できる 106
- ホルモン受容体陽性なら  
ホルモン療法が有効 108
- 初期治療のホルモン療法は  
手術後なるべく長く 110
- HER2陽性なら  
抗HER2療法をおこなう 112
- 化学療法では数種類の  
抗がん剤を併用する 114
- 化学療法の副作用対策（支持療法） 116



## 乳房再建手術を受けるなら 118

- 受けるかどうか、よく検討する 118
- 再建手術の時期・回数はそれぞれ2つ 120
- 乳房再建手術のいろいろ 122

### 第4章

## いきいき暮らし

## 続けるためのヒント

- 「乳がんだから」とあきらめない 126
- 治療と仕事の両立はできる 126
- 退院後の生活に特別な制限は不要 128

- 治療が終われば妊娠・出産も可能？ 130



## 日常生活を取り戻す 132

- 手術後のリハビリは入院中から開始 132

- 不快なリンパ浮腫への対応法 134

- 食事は食べすぎ、

かたよりを避ければよい 136

- 適度な運動でシェイプアップを 138

いつでも、

おしゃれを楽しみたい！ 140

- 髪の毛の悩みを楽しみに変える！ 140

- 補整具・下着でカバーする 142



## 再発・転移とは？ 144

- 初期治療のあとは

再発のサインを知っておく 144

- 再発・転移がわかったら

治療の目的を設定すること 146

- 遠隔転移を制御するなら

薬物療法を中心に 148

- 骨転移や脳転移の症状をやわらげる 150



## 大切な心のケア 152

● 不安、悲しみはためこまない 152

● だれに、どこまで、どう話すか 154

**column** 臨床試験への参加を

勧められたら 156

参考文献 157

索引 158



【装丁・本文デザイン】HOPBOX

【図解デザイン・イラスト】HOPBOX

【編集協力】オフィス201