

# やすらぎ

2024・8



—特集—

## 乳がん「早期発見・早期治療が大切です！」

◆ 乳腺外科 ◆ 看護部 ◆ 放射線治療科 ◆ 薬剤科 ◆ がん医療連携センター

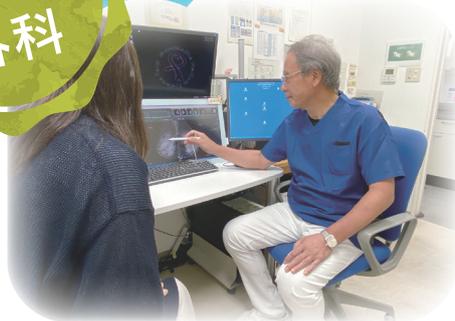


地方独立行政法人京都市立病院機構  
京都市立病院

この「やすらぎ」は、  
ホームページでも  
見ることができます！



乳腺外科



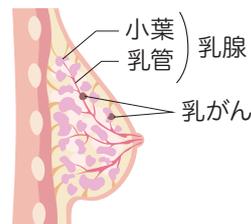
乳がんは、がんのなかでも、日本女性がかかる割合（罹患率）がトップで、年々、増加傾向にあります。生涯のうちに乳がんになる女性の割合は、9人に1人とされており、年間の死亡数は約1万5千人と女性のがん死亡数の第4位です。そこで、今回は、乳腺外科の森口喜生部長に乳がんについて聞きました！！



## 乳がんとはどのような病気ですか？

乳がんは乳腺の組織にできるがんで、多くは乳管から発生しますが、一部は小葉から発生します。また、乳腺以外の乳房の組織から発生することもあります。

主な症状は、乳房のしこりであり、そのほか、乳頭から血液や分泌液が出る、乳房のくぼみ、乳頭や乳輪がただれる、左右の乳房の形が非対称になるなどが見られます。



## 乳がんの検査について

### 乳がん診断の流れ

問診・診察

#### 画像検査

- マンモグラフィ検査
- 超音波（エコー）検査
- 乳房MRI検査

#### 生検

- 針生検
- 吸引式組織診

#### 乳がんの確定診断後

- CT・骨シンチ
- PET-CT

治療方針の決定

### 【マンモグラフィ検査】

乳房を挟みながら、圧迫して薄く延ばしてレントゲンで撮影します。乳がんがあると、しこり（白い影）や異常な石灰化、乳腺の組織のひきつれなどとして認めることがあります。



### 【超音波（エコー）検査】

超音波を乳腺等に当てて、その反射を画像にして内部の性状を調べる検査です。皮膚の表面にゼリーを塗り、プローベと言われる器具をあてて、乳腺内のしこりの有無などを調べる検査であり、痛みもなく外来で簡単に行える検査です。



### 【乳房MRI検査】

強い磁力を発生する装置を用いて乳腺を映像化し、病変の有無、良性悪性の鑑別、乳がんの病巣の広がりなどを診断する検査です。乳房専用コイルを使用し、鮮明な画像が得られます。他の検査に比べて、乳がんの検出率が高いのが特徴で、乳がんの存在診断、乳がん病巣の広がり診断などに大変有効です。



- 画像検査で悪性病変が疑われるような場合に、局所麻酔をした上で、少し太い針で病変を穿刺・採取して顕微鏡で検査を行います。針生検と吸引式組織診（マンモトーム生検）があり、良性・悪性の鑑別や、乳がんの場合は、性状（サブタイプ）を手術前に確認することができます。また、乳がんと診断された方に対しては、他への転移の有無を調べるためにCT、骨シンチ、PET-CTなどが行われます。

# 乳がんの病期 (ステージ)

乳がんの病期 (ステージ) はしこりの大きさやリンパ節への転移状況、他の臓器への転移の有無により分類されます。

進行度が軽いほど治療成績は良好で、院内がん登録生存率集計結果 (ganjyoho.jp) では進行度別の5年のネット・サバイバル (がんのみが死因となる場合の生存率) は進行度Ⅰ98.9%、Ⅱ94.6%、Ⅲ80.6%、Ⅳ39.8%です。早い段階で診断・治療ができれば治癒の可能性も見込めます。

乳がんの病期分類 (TNM分類)

他の臓器への転移 リンパ節への転移 (N)	転移なし (M0)				転移あり (M1)
	なし (N0)	わきの下 (しこりは動く) (N1)	わきの下 (しこりは固定されている) or 胸骨の横 (N2)	わきの下と胸骨の横 or 鎖骨の上下 (N3)	
しこりの大きさ (T)					
しこりを認めない (T0)	—	ⅡA	ⅢA	ⅢC	Ⅳ
最大径が2cm以下 (T1)	Ⅰ	ⅡA	ⅢA	ⅢC	
最大径が2cm~5cm (T2)	ⅡA	ⅡB	ⅢA	ⅢC	
最大径が5cm超 (T3)	ⅡB	ⅢA	ⅢA	ⅢC	
大きさを問わない (T4)	ⅢB	ⅢB	ⅢB	ⅢC	

日本乳癌学会編・乳癌取り扱い規約第18版、金原出版より作図

# 乳がんの治療法

乳がんでは手術、薬物療法、放射線治療など、いろいろな治療法を組み合わせる治療を行います。

## 局所療法

詳しくはP5へ

### 【手術療法】

#### 乳房とわきに対して行う手術

- 乳房部分切除術
- 乳房切除術 (±再建)

#### 腋窩 (わき) リンパ節に対して行う手術

- 腋窩リンパ節郭清
- センチネルリンパ節生検

### 【放射線療法】

乳房温存手術後

乳房切除術後

再発・転移

乳房の手術にはがんを含めて乳房の一部を切除する乳房部分切除術とがんを含めて乳房を全て切除する乳房切除術があります。治療前の検査で腋窩 (わき) リンパ節に転移なしと診断された方にはセンチネルリンパ節生検を行います。センチネルリンパ節とはがん細胞が一番最初に到達するリンパ節であり平均2-3個が採取されます。このリンパ節に転移が無い場合や、転移があっても2個以下であればそれ以上のリンパ節は切り取らない (郭清省略) ことも可能です。

乳房の手術と同時にまたは初回の手術の後に、自家組織 (ご自身の体の一部) を用いた乳房再建術や人工物 (シリコン) を用いた乳房再建術もあります。

患者さんの病状、ご希望などを含め、詳細な検討のうえ、術式も含め治療方針を決定します。



## 全身療法

詳しくはP6へ

化学療法

ホルモン療法 (内分泌療法)

分子標的治療 (免疫チェックポイント含む)

# 頭皮冷却装置 (セルガード®) のご紹介

乳がん薬物療法に伴う脱毛の予防を目的とした頭皮冷却装置による治療を当院では令和4年11月より導入し、良好な結果を得ています。抗がん剤投与前から頭皮を冷却し、頭皮の血流を低下させることで、毛根に対する薬剤のダメージを減少し、脱毛の予防や脱毛した場合にも脱毛からの回復を早める効果があります。

大学院の研究室時代に乳がんの診療 (初期治療や免疫療法など) に深く関わるようになりました。

平成17年から当院で乳がん診療を担当しています。乳がんの領域では新しい治療が次々に開発されています。これからも患者様の治療と生活の質 (QOL) の向上に向けて診療を行っていきたいと思います。



乳腺外科部長  
森口 喜生



乳がんはからだの表面にちかいところに発症するため、自分で触ったり見たりして、発見できる場合があります。

乳がん発症のリスクが高い人は、初経年齢が早い人、閉経年齢が遅い人、初産年齢が高い人（出産経験がない人）、授乳経験がない人、肥満である人、たばこを吸う人（受動喫煙も）、お酒をたくさん飲む人、糖尿病がある人とされています。

もし自己検診をして、しこりがふれたりする場合は、病院を受診しましょう。

## やってみよう！

### 乳房全体を鏡に映してチェック



- <チェックポイント>
- 左右差はないか
  - 乳房のえくぼのようなくぼみはないか
  - ひきつれやへこみ、膨らみはないか

### 乳首を見てチェック



- <チェックポイント>
- 分泌物（茶褐色、黄色、血液）が出ないか
  - かさぶたやただれはないか

### さわってチェック

- しこりや硬いところがないか手を滑らせて、まんべんなくさわってチェックしましょう。

座って



腕を上げて



腕を下げて

仰向けに寝て

腕を上げて



腕を下げて



## 【乳がん看護外来のご紹介】

対象	当院で乳がん治療をしている患者さんご家族
日時	毎週水曜日（予約制）
内容	乳がんと診断されて不安、治療をどうしようか迷っている、治療後の副作用のケアの方法がわからない、手術後の腕の浮腫で困っているなどに対応しています

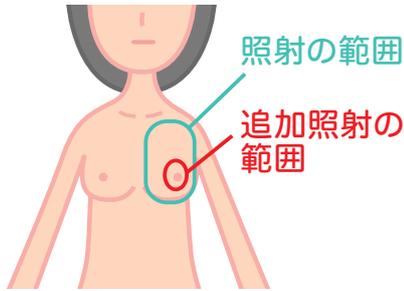
乳がん看護認定看護師として、乳がん患者さんご家族を告知や治療選択時などに患者さんが納得いく選択ができるように支え、支援を行っています。さらに、治療に伴う合併症や副作用、身体に起こりうる様々な症状に対して、症状緩和やセルフケアのサポートをしています。



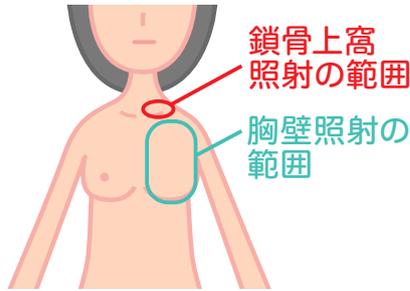
乳がん看護認定看護師  
荻野 葉子

放射線治療科  
大津 修二

乳がんにおける放射線治療は次の3つがあります。

乳房温存療法  
(乳房部分切除後)

## 乳房切除術後

再発・転移への  
放射線治療

## 放射線治療内容

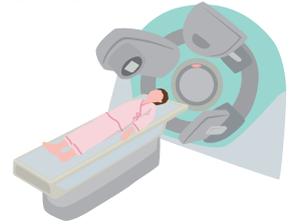
乳房温存療法ではほとんどの方に残存乳房への照射を行います。リンパ節転移のあった症例には、鎖骨上窩リンパ節への照射を追加することがあります。

また、若年者や手術で取り残しの可能性がある場合には切除断端へ追加照射も行います。

乳房切除術では多くの場合放射線治療は不要です。しかし、腫瘍が大きかったり、リンパ節転移のあった症例には、胸壁と鎖骨上窩リンパ節へ照射を行います。

手術で取り残しの可能性がある症例には切除断端へ追加照射を行います。

再発・転移においても状態に応じて、症状緩和のための放射線治療を行います。

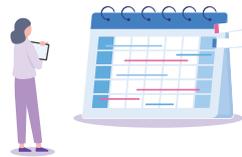


## 治療スケジュール

治療期間は3-4週間で、1回線量は2.65グレイ×16回(切除断端への照射を追加する場合は合計で20回)、1回の照射時間は10-15分の治療が一般的です。

鎖骨上窩リンパ節へも照射する場合は治療期間5-6週間で、1回線量は2グレイ×25回(切除断端への照射を追加する場合は合計で30回)、1回の照射時間は20-30分です。

治療期間は5-6週間で、1回線量は2グレイ×25回(切除断端への照射を追加する場合は合計で30回)、1回の照射時間は20-30分の治療が一般的です。



治療期間は2週間が一般的で、1回線量は3グレイ×10回、1回の照射時間は10分程度のことが多いです。

ただし、治療期間は状況により様々で、1回の照射で終わる場合もあれば、1か月以上かかる場合もあります。

【代表的な副作用として、次の3つがあります。】

## ■ 放射線皮膚炎

症状：皮膚の発赤、かゆみや痛み

治療期間の後半に起こり、重篤な例では広範なびらんや水泡を生じることもあります。通常は照射終了後2-3週間で軽快します。

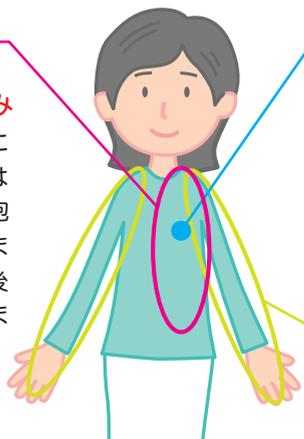
## ■ 放射線肺臓炎

症状：咳や息切れ、微熱等

症状を伴う肺臓炎の頻度は2%程度です。照射後数か月で生じることが多く、その多くは外来での内服治療でコントロールできます。

## ■ 上肢のリンパ浮腫

リンパ節領域にも照射した場合にはリンパ浮腫発症リスクが増加します。



## 放射線治療の副作用

副作用が現れるのは放射線を照射した部位に限られるため、治療部位に応じて様々な副作用が生じます。ただし、重篤な副作用はまれです。





？ 乳がんの治療で使われる薬物療法にはどのようなものがありますか？

病状により、次の薬物療法を組み合わせる治療を行います。



## 化学療法

抗がん薬を投与することで、がん細胞に直接作用し死滅させる治療法です。



## ホルモン療法 (内分泌療法)

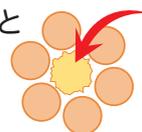
エストロゲンを栄養源として増殖するタイプの乳がんには効果的です。エストロゲン作用を抑える薬を使用します。

なお、閉経前と閉経後ではエストロゲンのつくられる場所が異なるため、使用する薬も異なってきます。



## 分子標的治療

がん細胞が持つ特有の分子に的を絞って攻撃する薬を投与する治療法です。がん細胞に対する免疫を活性化・持続させる「免疫チェックポイント阻害薬」を使用することもあります。



？ 副作用が心配です。どのような副作用がありますか？

副作用は薬によって様々ですが、例えば抗がん薬の一般的な副作用として、左記のようなものが挙げられます。しかし、薬物療法は再発や転移を起こさないようにするため、また、進行を抑えるためにとっても大切です。

生活の質（QOL）を保ちながら治療を続けられるようにサポートしますので、気になる症状があれば気軽にスタッフへご相談ください。



### ● 抗がん薬と主な副作用 ●

- ・吐き気や嘔吐
- ・倦怠感
- ・脱毛
- ・骨髄抑制（白血球や赤血球、血小板が少なくなる）

今回、治療薬と副作用について紹介させていただきました。副作用について、患者さんにきちんと理解していただくことは非常に大切ですが、不安や恐怖を感じる方もいるかもしれません。患者さんが必要以上に不安を抱くことがないよう、どの時期に出やすいのか？予防する方法はあるのか？もし症状がでたらどんな対処法があるのか？という具体的なことも含めて、お話しするように心がけています。



薬剤科  
 田 紗季



がんと診断された患者さんやご家族のほとんどの方が悩みや不安を持っておられます。一人で悩まず、専門のがん相談員にお気軽にご相談ください。  
がん相談支援センターではこのようなお悩みについて一緒に考えていきます。

治療について  
詳しく知りたい

治療費って  
高いのかな？

治療の副作用  
が心配

仕事を続けながら  
治療はできる？



## ◇がん相談支援センター

がん相談支援センターでは、静かで落ち着いた環境を確保し、患者さんのお話をじっくり伺って、気持ちの整理のお手伝いをしたり、解決の糸口を一緒に考えています。

相談に来られた方は「最初の一步にすごく勇気がいった」と言われることもあります。

患者さんお一人でも、またご家族だけでも、どんな形でも構いません。まずは、気軽に足を踏み入れてみてください。



職員手作りインテリア



がん相談室

## ◇「外見 (アピランス) ケア」への取り組み

抗がん剤治療では、脱毛するなど外見が変化することも多くあります。特に乳がんや人工肛門などの手術では、慣れ親しんだ身体が変化することは、とてもつらい経験といえます。

がん医療に関する本やパンフレット、ウィッグのサンプルなども揃えています。



外見ケア

## がん相談支援センター

場 所：本館1階 / 利用時間：月曜日～金曜日 9:00～16:00

連絡先：075-311-5311(代)

一人で悩まず、  
ご相談ください！



## 乳がん検診のご案内



京都市立病院では、人間ドックの検査の一部として乳がん検診をご受診いただけます。また、当院は京都市乳がん検診の指定医療機関として登録しており、京都市にお住いの40歳以上の女性の方が2年に1回受診が可能です。年内に偶数年齢になる方がその年の受診対象者となっています。



受診をご希望の方は**健診センター**までお電話下さい。



健診センター



マンモグラフィ

### 健診センター

場所：本館4階  
連絡先：075-311-6344 (直通)  
受付時間：月曜日～金曜日、9:00～17:00

## 令和6年度 京都市立病院 ミニ市民公開講座

ミニ市民公開講座を下記のスケジュールで開催しています。講演終了後に質疑応答の時間もありますので、日ごろの体調について気になっていることなどがある方は、ぜひお越しください。

### ～今年度講演一覧～

- 第1回：令和6年 4月13日(土)「心不全パニックってなに？」
- 第2回：令和6年 5月11日(土)「食事と血液疾患」「がん治療時の食事と栄養」
- 第3回：令和6年 6月 8日(土)「**講演終了** 理のこれから～女性ホルモンの変動とその症状をよく知ろう!～」
- 第4回：令和6年 7月13日(土)「**あか**る原因」
- 第5回：令和6年 8月10日(土)「身近な小児外科疾患について～鼠径ヘルニア、臍ヘルニア、泌尿生殖器疾患など～」
- 第6回：令和6年9月14日(土)【テーマ】「リンパ節がはれる原因」**
- 第7回：令和6年10月12日(土)「アイフレイル～眼の健康寿命を延ばそう～ Part I. 白内障について知ろう!」
- 第8回：令和6年11月 9日(土)「妊娠と血液疾患」「妊娠前から考える薬のこと」
- 第9回：令和6年12月14日(土)「急性心筋梗塞は突然やってくる!」
- 第10回：令和7年 1月11日(土)「リウマチと血液疾患」「がんリハビリテーション」
- 第11回：令和7年 2月 8日(土)「食道癌・胃癌治療について～手術ってどうということするの?～」
- 第12回：令和7年 3月 8日(土)「前癌状態とは」

- **会場** 京都経済センター  
(地下鉄「四条駅」すぐ)  
京都市下京区四条通室町東入  
函谷鉾町78番地
- **時間** 10:30～11:30
- **申込不要 (先着70名)**
- **参加無料**

第6回講演医師  
井上 雄太



公式YouTubeチャンネルにて  
順次公開予定です。  
<https://www.youtube.com/user/KCHorg1>



## 京都市立病院 無料送迎バス

ぜひお気軽にご利用ください

敷地内全面禁煙



路上喫煙はやめましょう!

喫煙はマナーを守って決められた場所です。



時間	京都市立病院 ～出発～	阪急西院駅 (旧TSUTAYA前)	京都市立病院 ～到着～
8時	40	45	50
9時	00 20 40	05 25 45	10 30 50
10時	00 20 40	05 25 45	10 30 50
11時	00 20 40	05 25 45	10 30 50
12時	00 20 40	05 25 45	10 30 50
13時	00 20 40	05 25 45	10 30 50
14時	00 20 40	05 25 45	10 30 50
15時	00 20 40	05 25 45	10 30 50
16時	00 20 40	05 25 45	10 30 50

※平日のみ (土日祝日、年末年始等の休診日は運休)



### ご意見募集中!

最後までお読みいただきありがとうございました。当院では、「やすらぎ」に関するご意見を当院ホームページにて募集しています。右のコードを読み取りのうえ、ご意見・ご感想等を記入し送信してください。いただいたご意見は、今後の紙面の充実の参考とさせていただきます。



やすらぎ 2024・8

令和6年8月30日発行

発行：京都市立病院機構 京都市立病院  
〒604-8845  
京都市中京区壬生東高田町1番地の2  
TEL 075-311-5311  
FAX 075-321-6025

