

がん社会 を診る

中川 恵一

がんで命を落とさないうためには、禁煙、節酒、運動、体の維持など、がんにならないような生活を心がける「一次予防」とがんになった場合も早期に発見する「二次予防」の二段構えが大切です。

早期がんは症状を出すことはまずありませんから、二次予防である「がん検診」は、元気で定期的な受ける必要があります。乳がんの場合、専用のレントゲン検査であるマンモグラフィを2年に1度受けることが基本です。

ただ、がん検診では早期がんをすべて拾い上げることはできません。また、どの臓器のがんでもそうですが、同じ乳がんでも進行が非常に速いタイプが1〜2割あり、これらの場合、毎年マンモグラフィを受けていたとしても、間に合わないことが少なくありません。

進行が非常に速い乳がんを

検診だけでなく自己触診も

早期に見つけるためには、マンモグラフィとともに「自己触診」が重要になります。毎月自分で触ることで、自身の乳房の感触を覚えておき、変化があればすぐ専門医を受診することが大切です。検診プラス自己触診が乳がんから身を守る秘訣といえます。

6月22日に乳がんで亡くなった小林麻央さんは、最期まで周囲への感謝や配慮を忘れず、その闘病の姿は日本中に大きな感動を与えました。しかし、そのブログからは、後悔の気持ちも伝わってくるようです。

ブログや報道によると、人間ドックでがんの疑いが浮上し、経過をみることとなったのですが、医師の指示通りに再診するのを忘れていたところで、実際に確定診断が得られるまでに8カ月もかかったようです。また、自身でしこりを発見したいきさつについてはこう記しています。

「2014年10月のある日、息子と遊んでいたときのこと、何気なく、胸元から手を入れて、左の乳房を触りました。どきっ。いきなり本当にパチンコ玉のようなしこりに触れたのです。(中略)だんだん、おもちゃの音も、息子の声も、遠のいていきました」

診察したわけでもなく、詳しい経過も分かりませんが、乳がんの疑いがあったわけですから、自己触診をしておけば経過が変わった可能性はあるでしょう。予防、検診、自己触診とできることはすべてすることが大切だと思えます。(東京大学病院准教授)



イラスト・中村 久美