



乳がんを知ろう

## ピンクリボン通信 vol.10

乳がんには**危険因子**はあるの？

乳がんの原因は、はっきりとは解明されていません。しかし、乳がんの発生と進行の原因の一つに、女性ホルモンである**エストロゲンの影響**があると考えられています。

食生活の欧米化に伴い、日本人女性の体格が良くなった結果、「初潮が早く、閉経が遅い」という人が多くなりました。つまり、エストロゲンが多量に分泌される期間が長くなったのです。

さらに、女性の社会進出によって出産回数が減少し、出産経験のない人も増えています。妊娠中のプロゲステロン（女性ホルモンのひとつ）の増加や授乳中のエストロゲンの低下は、乳がんのリスク低下につながると考えられるため、**出産経験の有無**は因子の一つと言えます。

また同じ因子でも閉経前後で乳がん発生リスクとの関連が異なる場合もあります。それは**肥満**です。閉経前の肥満は乳がん発生リスクを低下させますが、**閉経後の肥満は乳がん発生リスクを増加**させます。

# 乳がんになりやすいリスクを高める因子

## 【確実】レベル

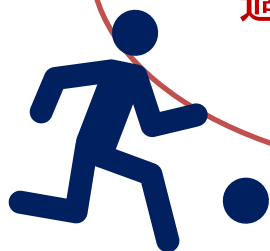
- ・ 出産経験がない
- ・ 授乳経験がない
- ・ 家族の中に乳がんになった人がいる
- ・ 乳がんや良性の乳腺疾患になったことがある
- ・ 初産年齢が30歳以上
- ・ 身長が高い
- ・ 肥満である(閉経後)

## 【ほぼ確実】レベル

- ・ 初潮年齢が早い
- ・ 閉経年齢が遅い
- ・ 産まれた時の体重が重い
- ・ 飲酒量が多い
- ・ たばこを吸う



バランスの取れた  
食生活と十分な睡眠、  
適度な運動を心掛け  
ましょう。



参考文献:ピンクリボンと乳がんまなびBOOK

©藤田医科大学ばんだね病院放射線部