

# 患者さんのための乳がん診療ガイドライン2016

## CONTENTS

- 診療ガイドラインとは？ 一本書の読み方・使い方 ..... 10
- マインドマップ ..... 12
- 乳がん診療を正しく受けていただくために ..... 13

## 原因と予防について

- 1 食生活と乳がん発症リスクとの間に関連はありますか。 ..... 18
- 1-1 肥満は乳がん発症リスクと関連がありますか。 ..... 18
- 1-2 アルコール飲料の摂取は乳がん発症リスクを高めますか。 ..... 19
- 1-3 大豆食品やイソフラボンを摂取することは乳がんの発症に関連がありますか。 ..... 19
- 1-4 乳がんの予防のために健康食品やサプリメントを摂取することは勧められますか。 ..... 20
- 1-5 乳製品の摂取は乳がん発症リスクを高めますか。 ..... 21
- 2 生活習慣および持病と乳がん発症リスクとの間に関連はありますか。 ..... 23
- 2-1 喫煙と乳がん発症リスクの関連について教えてください。 ..... 23
- 2-2 乳がんを予防するためには、運動を多くしたほうがよいでしょうか。 ..... 24
- 2-3 ストレスは乳がん発症リスクを高めますか。 ..... 25
- 2-4 糖尿病と乳がん発症リスクの関連について教えてください。 ..... 25
- 2-5 マンモグラフィの乳腺濃度と乳がん発症リスクの関連について教えてください。 ..... 26
- 3 更年期障害の治療に用いられるホルモン補充療法や、避妊の目的で用いられる経口避妊薬(ピル)は乳がん発症リスクを高めますか。 ..... 27
- 4 妊娠・出産、授乳および月経歴と乳がんのリスクについて教えてください。 ..... 29
- 5 乳がんと遺伝の関係を教えてください。 ..... 31
- 5-1 乳がんは遺伝しますか。 ..... 31
- 5-2 家系内に乳がんの患者さんがいる女性は、乳がん発症リスクが高くなりますか。 ..... 33
- 5-3 遺伝性乳がんの遺伝子検査で何がわかるのですか。 ..... 34
- 5-4 *BRCA1*, *BRCA2* 遺伝子に変異が見つかった場合にはどうしたらよいですか。 ..... 35

## 乳がん検診と診断の進め方

- 6 乳がん検診について教えてください。 ..... 38
- 7 乳房のしこりの診断はどのようにするのですか。がん以外の乳房のしこりにはどのようなものがありますか。 ..... 44
- 8 穿刺吸引細胞診や針生検はどのようなときに必要な検査ですか。 ..... 48

## 乳がんと診断されたら

- 9 乳がんといわれました。これから治療を受けるのに、どうしたらよいでしょうか。 ..... 51

10	治療を決める際に、医師と何をどう話をすればよいでしょうか。	54
11	セカンドオピニオンは聞きに行ったほうがよいでしょうか。	56
12	標準治療とは何ですか。また最善の治療を受けるコツは何ですか。	58
13	臨床試験に参加してくださいといわれましたが、どうしたらよいでしょうか。	60

## 治療を受けるにあたって

### 初期治療を受けるにあたって

14	初期治療の考え方と全体の流れについて教えてください。	64
15	治療前に行われる検査について教えてください。	69
16	初期治療には、どのくらいの治療費がかかりますか。	71
17	手術前の薬物療法について教えてください。	74

#### 手術

18	現在の標準的な手術の方法は何ですか。	77
19	乳房温存療法は、どのような場合に適応になりますか。	80
20	腋窩リンパ節を郭清することは必要ですか。	82
21	センチネルリンパ節生検について教えてください。	84
22	リンパ浮腫や痛みなど術後の後遺症について教えてください。	87
23	手術後の乳房がどのようになるかイメージできないので不安です。 どのような準備をするのがよいでしょうか。	89
24	乳房再建について教えてください。	91
25	手術後の生活ではどのようなことに注意すればよいのでしょうか。	97
26	手術後の下着やパッドは、どのように選んだらよいですか。	100

#### 病理

27	病理検査でどのようなことがわかりますか。	103
28	乳がんのなかには、通常の乳がんとは異なる特殊な病気がありますか。	108

#### 放射線

29	放射線療法について教えてください。	110
30	乳房手術後の放射線療法は何のために行うのでしょうか。	113
31	乳房温存手術後の放射線療法について教えてください。	115
32	乳房切除術後の放射線療法について教えてください。	118
33	乳房手術後の放射線療法の際にみられる副作用はどのようなものですか。 また、対処法はありますか。	120
34	手術後の放射線療法は早く受けたほうがよいのでしょうか。	123

#### 薬物

35	再発予防のための薬による治療はどのように決定されるのでしょうか。	125
----	----------------------------------	-----

## 初期治療後の診察と検査

- 36 手術後の経過観察は、どのように受けたらよいのでしょうか。…………… 128
- 37 腫瘍マーカーとはどのような意味があるのでしょうか。…………… 130

## 再発・転移について

- 38 再発・転移とは、どういう状態をいうのでしょうか。自覚症状はありますか。…… 132
- 39 再発・転移の治療について教えてください。…………… 134
- 40 再発乳がんの治療の効果はどのように調べるのでしょうか。…………… 137
- 41 再発・転移していることがわかりました。どのように気持ちを整理したらよいですか。…………… 138
- 42 局所再発(温存乳房内再発, 乳房切除術後胸壁再発, 周囲のリンパ節再発)の治療について教えてください。…………… 140
- 43 骨転移について教えてください。…………… 142
- 44 脳転移について教えてください。…………… 145

## 薬物療法について

- 45 抗がん剤治療(化学療法)は何のために行い、どれくらい効果があるのでしょうか。…… 148
- 46 抗がん剤(化学療法薬)・分子標的治療薬の種類と用量は決められた通りに使用しなければいけないのでしょうか。…………… 152
- 47 抗がん剤(化学療法薬)・分子標的治療薬にはどのような副作用がありますか。また、予防法や対処法はありますか。…………… 155
- 48 抗がん剤治療による脱毛に備えて、どのような準備をしたらよいですか。…………… 162
- 49 分子標的治療とは、どのような治療ですか。どんな人が治療の対象となりますか。また、副作用はあるのでしょうか。…………… 165
- 50 ホルモン剤(内分泌療法薬)はなぜ効き、どれくらいの効果があるのでしょうか。… 169
- 51 ホルモン療法(内分泌療法)は、何をどれくらい行えばよいのでしょうか。…………… 172
- 52 ホルモン剤(内分泌療法薬)にはどのような副作用がありますか。また、対処法はありますか。…………… 174

## 療養上の諸問題について

- 53 不安です。どうしたらよいか教えてください。…………… 176
- 54 食生活と乳がん再発リスクとの間に関連はありますか。…………… 179
- 54-1 肥満は乳がん再発リスクと関連がありますか。…………… 179
- 54-2 脂肪の摂取は乳がん再発リスクと関連がありますか。…………… 180
- 54-3 アルコール飲料の摂取は乳がん再発のリスク因子になりますか。…………… 181
- 54-4 乳製品の摂取と乳がん再発リスクについて教えてください。…………… 181
- 54-5 大豆食品の摂取と乳がん再発リスクについて教えてください。…………… 182

55	生活習慣と乳がん再発リスクとの間に関連はありますか。……………	183
55-1	喫煙は乳がん再発リスクと関連がありますか。……………	183
55-2	乳がんの再発を予防するためには、運動を多くしたほうがよいでしょうか。……………	184
55-3	心理社会的な要因は乳がん再発リスクを高めますか。……………	184
56	家族(夫・子ども)とどう向き合えばよいのでしょうか。……………	186
57	治療後の生活の注意点を教えてください。……………	188
58	医療スタッフと上手にコミュニケーションをとるには、どのようにすればよいでしょうか。……………	190
59	薬の飲み方について教えてください。……………	192
60	抗がん剤(化学療法薬)やホルモン剤によってうつになることはありますか。……………	195
61	緩和ケアについて教えてください。……………	197
62	がんの痛みは我慢しないで痛み止めを使ったほうがよいでしょうか。薬の種類と飲み方を教えてください。……………	200
63	医療費などの経済的な支援制度はありますか。……………	202
63-1	医療費が高くて支払いに困っています。何か良い方法はありませんか。……………	202
63-2	一年間に支払った治療費や薬代の合計が高額となりました。税金の控除は受けられますか。……………	204
63-3	治療のために仕事を休むことになり経済的に心配です。何か良い方法はありませんか。……………	205
63-4	治療中はしばらく仕事を辞めて、体調が戻ってからまた働きたいです。何か手続きをしておいたほうが良いことはありますか。……………	206
63-5	がんの症状により、日常生活に介助が必要です。仕事に就くこともできません。収入がなくなり、生活に困っているのですが、何か良い方法はありませんか。……………	207
63-6	貯金もなく、医療費や生活費の支援をしてくれる人もいません。今後どうやって治療や生活を続けていくか途方に促されています。……………	208
64	免疫療法、高濃度ビタミンC療法、アガリクスやメシマコブなど補完代替医療は乳がんに対して効果が期待できますか。乳がんの治療中にこれらを併用してもよいでしょうか。……………	209

## 若年者の乳がん・男性乳がん

65	若年乳がんについて教えてください。……………	212
66	妊娠中に乳がんと診断されました。治療や妊娠・出産はどのようになりますか。……………	215
67	将来、妊娠・出産を希望しています。どうしたらよいでしょうか。……………	218
68	男性乳がんと診断されました。治療法について教えてください。……………	220

- 質問集 …… 223
- あとがき …… 235
- 索引 …… 236