

## 乳がんと遺伝について



乳腺外科部長 川島 太一

現在、日本人女性の14人に1人が一生の間に乳がんにかかるといわれています。他のがんに比べて若い時に発症することが特徴で40歳代後半から50歳代前半がピークとなっています。早期発見早期治療により治り得るのも特徴で適切な治療を受けねば約5割の方が治ると考えられています。

### 乳がんは遺伝と関係があるのか?

親族(親、姉妹、子)に乳がんを患った方がいらっしゃる場合、そうでない方に比べて乳がんになるリスクは約2倍と計算されています。しかしこのことは乳がんと遺伝を関係付ける証拠にはなりません。なぜなら親族の生活習慣は似ていることが多いからです。ご家族に乳がんにかかった方が複数いる場合、家族性乳がんと呼ばれます。乳がん全体の約20%が家族性乳がんにあたります。そして最近の研究によって乳がんと関連がある遺伝子がいくつかわかつきました。その代表的なものがBRCA1遺伝子とBRCA2遺伝子です。これらは誰もが持っている遺伝子で細胞がかん化しないようにする役割をもっています。BRCA1遺伝子あるいはBRCA2遺伝子に生まれつき変異があり本来の機能が失われると乳がんにかかりやすくなることがわかっています。これらは同じく卵巣がんにも関係しています。この遺伝子の病的変異によって発症した乳がんや卵巣がんを遺伝性乳がん卵巣がん症候群と呼んでいます。乳がん全体の5~10%がこの遺伝性乳がん卵巣がん症候群だと考えられています。

### 女優アンジェリーナ・ジョリーさんの選択

2013年5月アメリカの人気女優アンジェリーナ・ジョリーさんが遺伝性乳がん卵巣がん症候群であると診断され、乳がんにならない両側の乳房を予防のために切除したことは記憶に新しいと思います。アンジェリーナ・ジョリーさんは実母を含

む親族数名を乳がんあるいは卵巣がんで亡くしたという家族歴がありました。ご家族の病歴と死別、自らの発症の可能性、自分の子供たちなどへの思いなどをさまざまによく考え苦渋の決断をして「現時点で健康な身体」にメスを受けたのでしょう。そしてそのことを社会に公表したことは将来に漠然とした不安を抱えている人へのメッセージだと思います。

**あなたの選択**

家系にがんを患った人がいる方はいつか自分も発症するかもしれない不安や恐怖を感じることもあると思います。以下に示す項目に1つでも当てはまる方は遺伝カウンセリングを受けることが推奨されています。

- 若年性乳がん(45歳以下)
- トリプルネガティブ乳がん
- 2か所以上の乳がん
- 卵巣がん
- 男性乳がん



- 50歳以下で乳がんを発症した血縁者が1人以上いる
- 卵巣がんを発症した血縁者が1人以上いる
- 乳がんあるいは卵巣がんを発症した血縁者が2人以上いる

聖隸佐倉市民病院は遺伝性乳がん卵巣がん症候群の診断・治療・予防について倫理委員会を通して体制を整えました。心配な方は遺伝カウンセリングを受けることが可能です。(電話受付による完全予約制 043-486-1155) 遺伝子検査の実施や治療・予防についてはすべてご自分の選択により決定されます。現代に生きるあなたには自分の身体の設計図である遺伝子を調べる機会があり、治療・予防について選択する権利を持っています。

## 市民公開講座のお知らせ

### ■2014年度第3回市民公開講座

10月25日(土) 14:00~15:30(開場13:30~)

2014年度第3回市民公開講座は、「乳がんと遺伝についての正しい知識」と題し、当院乳腺外科部長の川島太一医師による講演を行います。

聖隸佐倉市民病院 6Fホール 入場無料・要申込・定員100名  
お問い合わせ: ☎043-486-1151(代) 総合企画室まで

## 栄養科通信

### 秋の旬食材 柿

10月26日は柿の日です。1895年のこの日に、俳人・正岡子規が「柿食へば 箔が鳴るなり 法隆寺」の句を読みたことから、全国果樹研究連合会が制定しました。秋の代表的な食材である柿は、「柿が赤くなると医者が青くなる」ということわざがあるほど栄養満点な食材で、ビタミンC、βカロテン、ビタミンB6、カリウム、食物繊維、タンニンなど様々な栄養素が含まれています。今回は特に豊富に含まれるビタミンCとβカロテンについて紹介します。

柿1個にはレモン7個分のビタミンCが含まれています。ビタミンCは抗酸化作用で体や肌の老化の原因物質を除去し、若々しく保ってくれます。その他にも、鉄の吸収を高めたり、悪玉コレステロールによる動脈硬化を改善する作用があります。

また、βカロテンも抗酸化作用を持ち、ビタミンCと一緒に摂取することで相乗効果が期待できます。強い骨づくりのサポートや粘膜を健康に保つ効果、夜盲症の予防・改善、美肌効果、ガンの予防・抑制など体に良い効果がたくさんあります。食べ過ぎると体を冷やしてしまうので、摂取のしすぎには注意しましょう。

柿はそのまま食べるだけでなく、野菜の代わりにサラダやカレーに入れるなど、いろいろな料理にアレンジできる食材です。今回は簡単にできる「大根と柿のマヨネーズ和え」を紹介します。

聖隸佐倉市民病院は遺伝性乳がん卵巣がん症候群の診断・治療・予防について倫理委員会を通して体制を整えました。心配な方は遺伝カウンセリングを受けることが可能です。(電話受付による完全予約制 043-486-1155) 遺伝子検査の実施や治療・予防についてはすべてご自分の選択により決定されます。現代に生きるあなたには自分の身体の設計図である遺伝子を調べる機会があり、治療・予防について選択する権利を持っています。

### 大根と柿のマヨネーズ和え レシピ(2人分)

大根 ..... 1/3本  
柿 ..... 1個  
塩 ..... 0.2g  
マヨネーズ ..... 大さじ3  
こしょう(あらびき) ..... 少々

- ①大根を千切りにし、塩でもむ。水分がでてきたらよく水気をしぼる。
  - ②大根の皮をむいて、大根と同じ厚さに千切りにする。
  - ③大根と柿を合わせ、軽く塩コショウをふり、マヨネーズで和える。
- ★お好みで他の野菜を加えたり、あさりやバセリを添えてても良いでしょう  
マヨネーズの代わりにノンオイルドレッシングを使えばカロリーが抑えられます

【栄養量 2人分】  
◎エネルギー: 407kcal ◎たんぱく質: 2.4g ◎脂質: 27.9g  
◎炭水化物: 40.31g ◎塩分: 1.0g

管理栄養士 小林 英理子



Seirei Sakura Tsushin  
Oct.10.2014  
vol. 123

聖隸  
さくら通信

未来が変わる。日本が変わる。

25  
10月号

## 新任医師紹介

10月より2名の医師が就任しました。どうぞよろしくお願いします。



消化器内科 川嶋 八也 (医籍1999年)

- プロフィール  
●出身→ 東京都  
●好きな食べ物→ 寿司、中華、イタリア料理  
●好きな色→ 青 ●好きな言葉→ 七軒八起き  
●趣味→ 旅行、読書  
●特技→ 無芸大食  
●一言→ 早く内科の一翼を担えるよう頑張ります。



腎臓内科 岡 紀子 (医籍2006年)

- プロフィール  
●出身→ 生まれは山口県萩市、育ちは千葉県千葉市、医者として三重県 ●好きな食べ物→ えびフライ  
●好きな色→ 桃色 ●好きな言葉→ ありがとう  
●趣味→ フード、ランニング  
●一言→ 関東での仕事は(ほぼ)初めてなので初心に戻ってがんばります。

## イベントのお知らせ

### ◆ロビーコンサート

日時: 10月18日(土) 14:00~15:00

場所: 聖隸佐倉市民病院 1Fロビー

OSMYさんによる演奏を行います。

### ◆お茶会

【佐倉城下町裏千家茶道会】

日時: 10月29日(水) 14:00~16:00

場所: 聖隸佐倉市民病院 1Fロビー

お抹茶やお菓子のご用意と茶道体験や琴の演奏などを行います。

### ◆糖尿病週間イベント

日時: 11月1日(土) 8:30~12:00

場所: 聖隸佐倉市民病院健診センター

血糖・血圧・生活相談・網膜症講座・ヘモグロビンA1C測定あり

○どなたでも無料でご参加いただけます。是非お立ち寄り下さい。

お問い合わせ: ☎043-486-1151(代) 総合企画室まで

Seirei Sakura Tsushin Oct.10.2014 vol.123

## 各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。

■月に1度、保険証の提示をお願いいたします。

■受付時間 8:00~11:00(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

●診療に関するお問い合わせ………**直通** 043-486-8111

月~金9:00~17:00

●約款受付・変更………**直通** 043-486-1155

月~金9:00~17:00(土は12:00まで)

●夜間受付………**代表** 043-486-1151

●健診のお問い合わせ………**健診センター** 043-486-0006

■ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

総合内科	月	火	水	木	金	土
初 診	手塚	手塚	手塚	星野		
篠崎(み) 坂井/川瀬	坂井	白井	手塚	境	大内	

◎必要に応じて専門外来へ紹介いたします。

腎臓内科	月	火	水	木	金	土
初 診・再 診	鈴木	鈴木	藤井	田中	篠崎(み)	鈴木

消化器内科	月	火	水	木	金	土
初 診・再 診	川嶋	糸川	佐藤/齊藤	川瀬	平	

内分泌代謝科	月	火	水	木	金	土
初 診・再 診	平	南雲	石橋(亮)	平	佐々木/藤原	一

動脈硬化外来	月	火	水	木	金	土
初 診・再 診	徳山	志村	一	一	一	

循環器科	月	火	水	木	金	土
再 診	午前 午後	徳山 徳山	長谷川 志村	徳山 野池	丸山/宮澤	一

ペースメーカー専門外来	月	火	水	木	金	土
不整脈外来 完全予約制	一	一	一	一	一	宮澤

虚血性心疾患検査外来	月	火	水	木	金	土

<tbl\_r cells="7" ix="1" maxcspan="1