

## 知ってもらいたいこと

BY Nancy M Cappello, Ph.D  
マイストーリー

2004年2月3日、マンモグラフィで“正常”と言われた数週間後、私はステージ3Cの乳がんを診断されました。私は乳がんを診断されて、自分の乳腺が高濃度であること、次の二つの重要なことを知りました。

1) 高濃度乳腺の場合、マンモグラフィでは2つに1つの乳がんが見つけれられません。なぜなら、がんも白く見えて乳腺も白く見えるので、コントラストがつかないためです。

2) 放射線科医によって報告されるマンモグラフィのレポートには、乳腺について詳細に書かれているにもかかわらず、乳腺濃度については主治医から患者本人にはほとんど伝えられていないのです。

進行期乳がんを診断される**わずか7週間前**に私は11年間連続で受けているマンモグラフィで“正常”というレポートを受け取っていました。

その後の例年の検診で主治医が私の胸のしこりに気づき、マンモグラフィをオーダーしました。その時のマンモグラフィでも何も見つかりませんでしたが、同日に行われた超音波検査では25セント大(10円玉大)の病変が見つかりました。病理診断ではリンパ節13個に転移を伴う進行がんでした。

## 早期発見はどうなったの？

乳がんが進行がんで見つかったために、私は化学療法、放射線療法、度重なる手術やホルモン療法等、侵襲的な強い治療に耐えなければなりませんでした。

乳がんを診断された後、私は高濃度乳腺について、その言葉に含まれる大事なことを多くの人に伝えずにはいませんでした。

それは、高濃度乳腺ではマンモグラフィに限界があること、そして高濃度乳腺は乳がんリスクの予測因子であるということです。

\*\*\*\*

“乳腺の組織構成を知らせないことは、患者さんの健康のために十分な情報を得た上で決定をする権利を否定することになります。”

(Cappello, N. J Am Coll Radiol 2013; 10:903-908)

## 賞と表彰

コネチカット州議会による表彰  
『法制定を通して乳がんの早期発見を促進することや、高濃度乳腺の周知に関しての並外れたコミットメント(関与することや傾倒すること)そして、個人の悲劇をポジティブな力に変える勇氣。』  
パレード誌 -健康ヒーロー  
パーソン・オブ・ザ・イヤー -リッチフィールド郡タイム誌  
天使賞 -米国癌学会  
ルビー賞 -ソロプティミスト  
健康管理リーダーシップ賞 -ウォータリー商工会議所  
強い女性賞 -ゲットインタッチ財団  
Aixplorer達成賞 -超音波画像  
州の健康を支持する賞 -聖ヴィンセント病院  
新たな変化を作る賞 -Safe Heaven of Greater Waterbury  
(ドメスティックバイオレンスや性的暴行被害者をサポートする施設)  
ピンク先駆者 -ピンク紙出版  
革新する女性賞 -コネチカット州技術会議  
新たな変化を作る女性賞 -グリフィン病院  
Nancy Pilver 乳腺支援運動賞-連邦議会議員John Larson

## メディアと講演

Cappello博士はアメリカ中での講演のみならず、プエルトリコ、カナダ、イタリアで講演をしました。彼女のメッセージはインスピレーションとユーモアを交え、一人の患者から唱道者となった彼女の軌跡を伝えます。

彼女のストーリーは多くの人を刺激し、社会的な変化をもたらします。

Cappello博士の進行がんという悲劇が結果としてコネチカットの画期的な法改正や全国的な法改正への草の根運動を生み出しました。

そしてそれらは、ABC、CBS、Fox、プリベンション、ニューヨークタイムズ、ウォールストリート・ジャーナル、ハフィントンポストやNPR等でのテレビやラジオ放送や記事として特集されました。

多くの女性は、自分の乳腺濃度を知らず、実際には進行がんとなってから乳がんを診断される危険があるのにもかかわらず、“正常”というマンモグラフィの結果をみて、“大丈夫”だと信じています。

自分の乳腺濃度を知って下さい。早期に発見されたがんには、より良い治療法と生存結果があります。

Are You Dense社の使命は、高濃度乳腺を周知し、それにより進行がんを防ぐことの重要性を伝えることにあります。

Are You DENSE?  
exposing the best-kept secret

- \* 40パーセントの女性の乳腺は高濃度です。
- \* 乳腺の濃度は、年齢にかかわらずマンモグラフィの正確さを予測します。
- \* マンモグラフィは、高濃度乳腺では2つに1つのがんが見逃されます。
- \* 乳腺濃度は、乳がんリスクの確立した予測因子です。

原本の英語版はNPO法人 乳がん画像診断ネットワークのホームページに掲載しております。

<http://bcin.jp/content/2015051651.html>

NPO法人 乳がん画像診断ネットワークは、Are You Dense, Inc. 創設者Nancy M. Cappello, Ph.D. の許可を得て日本語版を製作しています。

Are You Dense Inc.

非営利公益法人

[AreYouDense.org](http://AreYouDense.org)

[info@AreYouDense.org](mailto:info@AreYouDense.org)

日本語監修: 吉田民子(亀田京橋クリニック放射線科)  
戸崎光宏(亀田京橋クリニック放射線科)  
(NPO法人乳がん画像診断ネットワーク理事長)

©2005-2015, Are You Dense, Inc. All Rights Reserved.

Are You Dense? は、Are You Dense, Inc.の登録商標です。

## 自分が高濃度乳腺であるか どうしたら分かりますか？

放射線科医はマンモグラフィを判定する際、乳腺濃度を決めます。

密度の高い乳房では脂肪組織が少なく、より多くの線維や結合組織から成っていて、マンモグラフィでは白く見えます。

がんも白く見えるので濃い乳腺に隠れてしまうことがあります。

マンモグラフィのレポートを受け取った時、それが手紙形式ではなく、放射線科医によって書かれたレポートであることを確認して下さい。

レポートをよく読んで、乳腺濃度の記述を探して下さい。

### D. E. N. S. E.®

コネチカットは患者本人に渡される結果表に乳腺濃度の記載をするよう義務づけた最初の州でした。

州や連邦政府、規制努力の情報については

[AreYouDenseAdvocacy.org](http://AreYouDenseAdvocacy.org) をご覧下さい。

## もし自分が高濃度乳腺だったら、 何をしたら良いですか？

主治医に超音波や乳腺MRIなどの他の検診手段について聞いてみて下さい。

コネチカットの州の法令では、マンモグラフィ上BI-RADSでいう不均一高濃度または高濃度乳腺と判断された場合、保険会社に超音波検診の費用をカバーすることが義務づけられています。

あなたの州での保険に関わる法律については、州の代表者または公衆衛生省(部)に聞いて

[AreYouDenseAdvocacy.org](http://AreYouDenseAdvocacy.org) をご覧下さい。

### 覚えておいて欲しいこと:

～マンモグラフィを受けて下さい。

マンモグラフィが乳腺濃度を見分けるのです。

～乳腺を意識して下さい。

あなたの乳腺に変化がないか気にして下さい。

～主治医に年に一度の乳房検査を管理してもらって下さい。

放射線科医がマンモグラフィレポートを標準化するために用いる2つのBIRADS (Breast Imaging Reporting and Data system) スケールがあります。以下は、ACR (米国放射線専門医会) BIRADS 第5版による乳腺濃度の分類です。

a	ほとんど脂肪
b	乳腺散在
c	不均一高濃度乳腺、これにより小さな腫瘍は不明瞭になってしまう可能性がある
d	高濃度乳腺、これによりマンモグラフィの感度は低下する

主治医と乳腺組織構成について話して下さい。  
たぶんあなたが受け取るマンモグラフィレポートには、この情報、つまり乳腺濃度については記載されていません。

もう一つのBIRADSスケールは、マンモグラフィ上の所見を分類します。  
大部分のマンモグラフィは、このBIRADS\*スケールを用いて報告しています。

0	不完全なため追加の画像検査が必要/ または以前のマンモグラフィと比較
1	正常
2	良性
3	おそらく良性
4A,B,C	A: 悪性の疑いが低い B: 中等度の悪性の可能性 C: 悪性の疑いが高い
5	悪性を強く示唆する
6	生検で悪性と診断されている

高濃度乳腺の女性は、乳がん検診の結果を上記BIRADS\*スケールだけに頼ることはできません。

\* Thomas Kolb医師の有力な研究によれば、高濃度乳腺の女性に対してマンモグラフィに超音波検査を追加することにより、乳癌発見率が著しく上昇しました。

脂肪性乳腺では98%の癌が見つかる一方、高濃度乳腺ではたったの48%しか見つかりません。  
(米国医師会: 9/2002とJAMA学術論文オブ・ザ・イヤ賞。)

\* マンモグラフィは、高濃度乳腺では2つに1つのがんを見逃します。(Berg 医師ほか, JAMA: 2012)

\* 乳腺濃度は、一貫して大部分の他のリスクファクターより強く乳がん発生リスクに関係します。

そして、広範な高濃度乳腺は相当な割合で乳がんの原因となっているかもしれません。(国立癌研究所誌、2010年8月)

\* 私たちは小さな、マンモグラフィで見えないようながんを結構な割合で見つけています。

私たちにはそれができ、さらに効果的にできます。(ACR会報: 2012年10月; Regina Hooley 医師、エール大学医学部)

\* 医師たちは、10人中1人にも乳腺濃度について話していません。(Harris双方向調査、2010)



さらなる詳細については:

**Are you dense社、  
管理者+創設者  
Nancy M. Cappelo, Ph.D.**

までご連絡下さい。

[AreYouDense.org](http://AreYouDense.org)  
[Info@AreYouDense.org](mailto:Info@AreYouDense.org)

進行がんを防ごうとする私たちの努力に、ご協力をお願いします。

©2005-2015, Are You Dense, Inc. All rights reserved.  
Are You Dense?® は、Are You Dense, Inc.の登録商標です。



# 「乳腺濃度」とマンモグラフィにまつわる海外の動向

海外における乳がん画像診断のトピックスとして、ここで、アメリカ合衆国における "Are you dense?" の取り組みについて紹介します。



<http://www.areyoudense.org/>

"Are you dense?" の提唱者である Dr. Nancy Cappello は、マンモグラフィで発見することのできなかつた進行性乳がんの診断を受けました。Dr. Nancy の乳がんは、乳がんの周りを覆う乳腺組織によってマンモグラフィでは発見することができず、乳がんと診断されて初めて、自分が乳腺濃度の高い、マンモグラフィでは乳がんが見つげにくい体質であることを知らされました。

彼女は自身の経験に基づき、

- ・マンモグラフィでは乳がんが見つげにくい乳房を持つ女性が、閉経前では 2/3、閉経後では 1/4 の割合で存在すること。
- ・そのような女性は、マンモグラフィでは見つけられない乳がんを診断するため、超音波など別の画像検査を行う必要があること。

などを、広く周知させ、かつそのための法律制定など、社会的枠組みを作り上げることを目的として、"Are you dense?" を設立しました。

[http://www.areyoudense.org/worxcms\\_published/stories\\_pae13.shtml](http://www.areyoudense.org/worxcms_published/stories_pae13.shtml)



化学療法中の Dr. Nancy

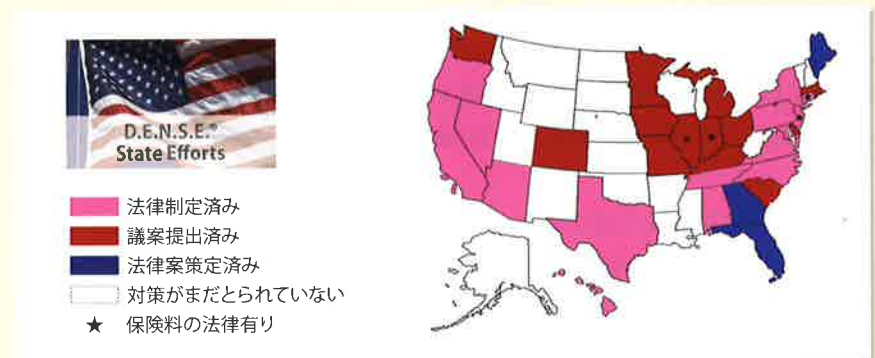


現在の Dr. Nancy

この活動により、マンモグラフィによる乳がん検診を受けて乳腺濃度が高いことがわかった場合、受診者に対して

- ・乳腺濃度についての情報を伝えること。
- ・マンモグラフィでの短所を補うため追加の画像検査を受けるよう受診を勧めること。

を通知義務とする法律を制定する動きが、アメリカ合衆国内の各州で起こっています (2014 年 4 月現在、合衆国内の 15 以上の州で法律が有効化されています)。



<http://areyoudenseadvocacy.org/dense/>

日本人は、このような活動がなされている米国よりも、明らかに乳腺濃度が高いことが知られており、我が国においても、乳腺濃度を受診者に知らせる活動や法律制定が急務と考えられます。