乳がんの
治療と療養生活

監修 大野 真司 先生
博愛会 相良病院
院長

乳がんと診断されて治療を決めるときは？

●乳がんと診断され、不安に感じたり動揺されている方が多いかもしれません。乳がんにはいろいろな治療法がありますので、まずは落ち着いて乳がんについて理解を深めましょう。治療を始める際には、乳がんの特徴や治療について知ることが重要です。

●乳がんの治療の方針は、乳がんの進行状況（ステージ）や性質などを総合的に判断して決めていきます。そのため、治療を始める前に、検査によってわかる、下記のような情報が重要となります。治療の目的、使用する薬剤、効果とリスク、費用などと併せて、医師から詳しい説明を受けましょう。

治療法決定に重要な情報

- 乳がんの進行状況（ステージ）
- 乳房内での広がり
- 乳がんの性質（悪性度、ホルモン受容体の有無、HER2 の状況など）
- 患者さんの全身状態
- 必要なときは、遺伝子検査※　　など

ホルモン受容体の有無　P.8 参照
HER2 の状況　P.9 参照

※ 遺伝性乳がんが疑われる場合、BRCA1/2 遺伝子の変異の有無を検査します。乳房の手術方法や薬物療法に使用する薬剤を決めるときに重要となります。

乳がんの進行状況（ステージ）：ステージ０～Ⅳに分類されます。しこりの大きさ、リンパ節への転移状況、他臓器への転移の有無、乳房内での広がり具合により分類されます。

●医師の説明や考えを理解した上で、患者さんご自身の価値観や好みを伝えて、自分に合った治療法を選びましょう。

●納得のいく選択をするためには、医師と積極的にコミュニケーションを取ることが重要です。

参考　乳がんの情報が入手できるウェブサイト

- 国立がん研究センター がん情報サービス 乳がん
  https://ganjoho.jp/public/cancer/breast/index.html
- 日本乳癌学会　患者さんのための乳がん診療ガイドライン 2023 年版
  https://jbcs.xsrv.jp/guideline/p2023/

乳がんの初期治療とは？

●乳がんの治療には大きく分けて、「手術」「放射線療法」「薬物療法」の３つがあります。

●手術と放射線療法は、乳房やわきのリンパ節などに対して行われる「局所治療」です。

●薬物療法は、細胞障害性抗がん薬（化学療法剤）などにより全身に対して行われる「全身治療」です。

乳がんの治療法

局所治療

- **手術**
  - 乳房に対する手術
    - 乳房温存手術
    - 乳房全切除術（乳房再建）
  - わきのリンパ節に対する手術
    - 腋窩（えきか）リンパ節郭清（かくせい）
    - センチネルリンパ節生検
- **放射線療法**
  - 乳房に対する放射線療法
  - リンパ節に対する放射線療法
  - 胸壁に対する放射線療法

全身治療

- **薬物療法**
  - 細胞障害性抗がん薬（化学療法剤）
    - 術前薬物療法
    - 術後薬物療法
  - ホルモン療法薬
    - 術前薬物療法
    - 術後薬物療法
  - 分子標的薬
    - 術前薬物療法
    - 術後薬物療法
  - 免疫チェックポイント阻害薬
    - 術前薬物療法
    - 術後薬物療法

インフォームドコンセントのための図説シリーズ　乳がん薬物療法　医薬ジャーナル社 2008年発行 P.12より改変

●乳がんの治療では、病状や患者さんの希望に合わせて、局所治療と全身治療を組み合わせた治療を行います。

●初期治療は、乳がんと診断されてから最初に受ける治療です。他の臓器への転移（遠隔転移、P.6）がない乳がん患者さんの場合は、手術によってがんのある場所を切除して、完全に治すこと（治癒）を目指します。

●標準的な手術の方法は、乳房温存手術（できるだけ乳房を残す方法）と乳房全切除術のいずれかです。初期治療において、手術の前後に薬物療法を行う場合もあります。

初期治療における薬物療法の目的

術前薬物療法

- 目に見えない微小転移を根絶する
- 手術を行うことが困難な進行乳がんを手術できるようにする
- しこりが大きく乳房温存手術が難しい乳がんを小さくして乳房温存可能にする

術後薬物療法

- 初期治療後もからだのどこかに潜んでいるかもしれない目に見えない微小転移を根絶する

乳がんの再発・転移治療とは？

乳がんの再発・転移

●初期治療を行っても、生き延びてからだのどこかに潜んでいたがん細胞が、時間がたって増殖して見つかることを「再発」といいます。特に、手術を受けた側の乳房やその周囲での再発を「局所再発」といいます。また、がん細胞がリンパ液や血液の流れに乗って、乳房から離れた別の臓器に移動し、そこで増殖することを「転移」あるいは「遠隔転移」といいます。

●乳がんの再発は手術後 2、3 年以内もしくは 5 年前後に起こることが多いですが、10 ～ 20 年後に起こることもあります。

●治療法は、局所再発と遠隔転移の場合で大きく異なります。

局所再発

局所再発のみの場合は、治癒を目指して治療します。可能であれば再発部位を切除し、必要に応じて放射線療法や薬物療法を行います。

遠隔転移

遠隔転移の場合、目に見える病巣だけを手術で切除しても、からだのどこかにがん細胞が潜んでいると考えられます。そのため、通常は手術を行わず薬物療法を行います。ただし、脳転移や骨転移では手術や放射線療法などを行う場合があります。

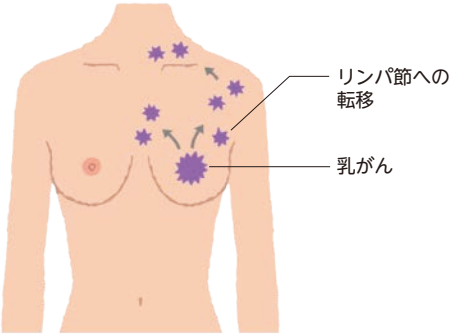
局所再発・遠隔転移とその症状

●再発・転移した臓器によって、症状はさまざまです。症状がまったくないこともあります。

局所再発

場所：手術を受けた側の乳房や胸壁、その周りの皮膚、リンパ節

症状：皮膚の赤みや皮下のしこりとして自覚されることもある

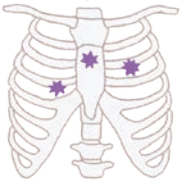


遠隔転移

がん細胞が血液の流れに乗って、乳房から離れた臓器へ

肺

症状
息切れ、持続する咳



骨（特に背骨や肋骨）

症状
転移部位の痛み

肝臓

症状
自覚症状が出にくい。右側のお腹の張り、みぞおちのあたりの圧痛（押さえると痛む）など

脳

症状
頭痛や嘔吐、めまい、手足の麻痺など

乳がんの薬物療法を決めるために重要ながん細胞の特性とは？

ホルモン受容体

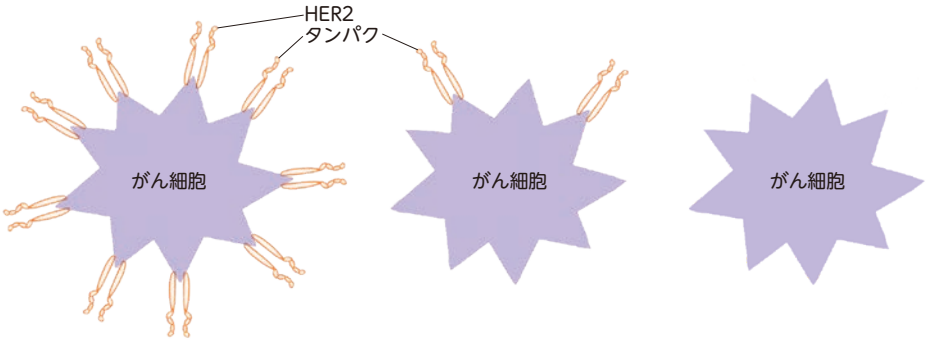
●乳がん患者さんの約４人に３人は、がん細胞の内部もしくは表面に、エストロゲン受容体もしくはプロゲステロン受容体があります。エストロゲン受容体もしくはプロゲステロン受容体が陽性の場合、「ホルモン受容体陽性乳がん」と呼びます。

●ホルモン受容体陽性乳がんでは、女性ホルモンであるエストロゲンがエストロゲン受容体にくっついて、がん細胞が増えていきます。

●ホルモン受容体陽性乳がんに対しては、エストロゲンを減らしたり、エストロゲンがエストロゲン受容体にくっつくのを邪魔したりするホルモン療法薬（P.11）が有効です。

HER2（ハーツー）

- HER2 タンパクは、細胞の表面にあり、細胞の増殖にかかわっています。
- 一部の乳がん（15 ～ 25％）では、がん細胞の表面にたくさんの HER2 タンパクが存在しています。このような乳がんを「HER2 陽性乳がん」といいます。
- さらに、HER2 タンパクがある程度ある（少し発現している）「HER2 低発現乳がん」と HER2 タンパクがほとんどない「HER2 陰性乳がん」に分けられます。
- HER2 タンパクが陽性か、低発現か、陰性かによって使用する薬剤が変わるため、HER2 検査は治療方針を決めるために重要です。
- HER2 陽性乳がんに対しては、HER2 タンパクをねらいうちする抗 HER2 薬を用いた治療を行うことができます。
- 抗 HER2 薬には、抗体薬、抗体薬物複合体、チロシンキナーゼ阻害薬があります（P.12、13）。



HER2陽性乳がん
HER2タンパクが多い

HER2低発現乳がん
HER2タンパクが
ある程度ある

HER2陰性乳がん
HER2タンパクが
ほとんどない

乳がんにおける薬物療法とは？

●初期治療では、目に見えない転移を根絶し再発を予防するためや、手術を可能にするために薬物療法を行います。

●再発・転移乳がんにおいて、局所再発の場合は、更なる転移を予防するためや、手術を可能にするために薬物療法を行います。遠隔転移の場合は、がんの進行を抑えながら、がんの症状を和らげて、がんとうまく付き合うために薬物療法を行います。

●薬物療法を行うときは、下記のようなことを考えて、治療効果と患者さんの QOL（生活の質）とのバランスがとれた治療法を選びます。

薬物療法を選ぶときの主な指標

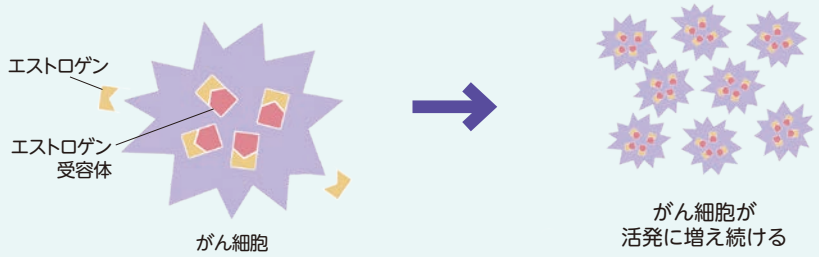
- がん細胞の特性（ホルモン受容体の有無、HER2 の状況など）（P.8、9）
- 患者さんのからだの状態（閉経の状況や内臓の機能）
- 患者さんの希望など

●薬物療法には、ホルモン療法薬、細胞障害性抗がん薬（化学療法剤）、分子標的薬、免疫チェックポイント阻害薬などが使われます。

乳がんの薬物療法で使われる主な薬剤の種類

●ホルモン療法薬

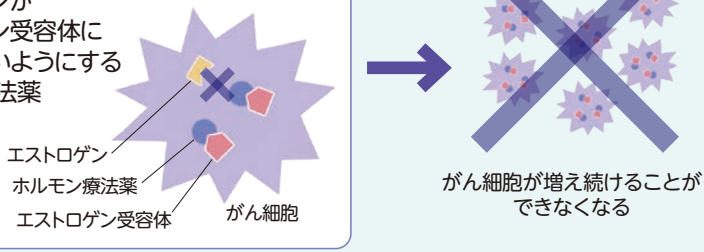
ホルモン受容体陽性乳がんにおいて、エストロゲン（ホルモン）をブロックしてがん細胞の増殖を防ぎます。
閉経前後では、体内でエストロゲンがつくられる経路が異なるので、使用する薬剤が異なります。



2 種類のホルモン療法薬

エストロゲンの分泌や合成を抑えてエストロゲンの量を減らすホルモン療法薬

エストロゲンがエストロゲン受容体にくっつけないようにするホルモン療法薬



乳がんにおける薬物療法とは？

乳がんの薬物療法で使われる主な薬剤の種類

●細胞障害性抗がん薬（化学療法剤）

がん細胞を殺したり、異常な増殖を抑えたりする薬剤です。正常な細胞にもダメージを与えてしまうため、食欲が落ちる、気分が悪くなる、脱毛などの副作用が出ることがあります。

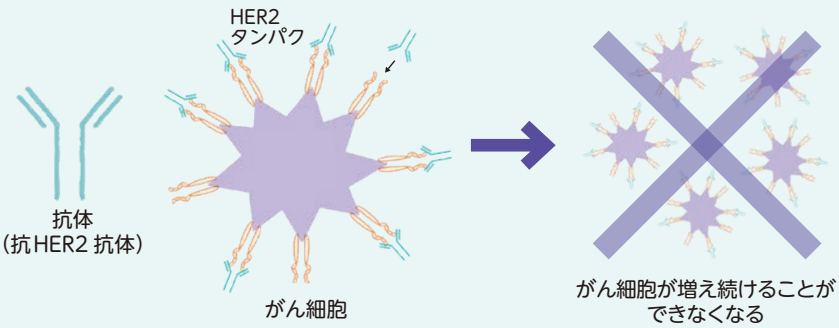
●分子標的薬

がん細胞の増殖にかかわっている物質（分子）を目印として、がん細胞を「ねらいうち」する薬剤です。分子標的薬には抗HER2 薬などがあげられます。
分子標的薬により、化学療法剤とは異なる副作用が出ることがあります。

【抗 HER2 薬の種類】

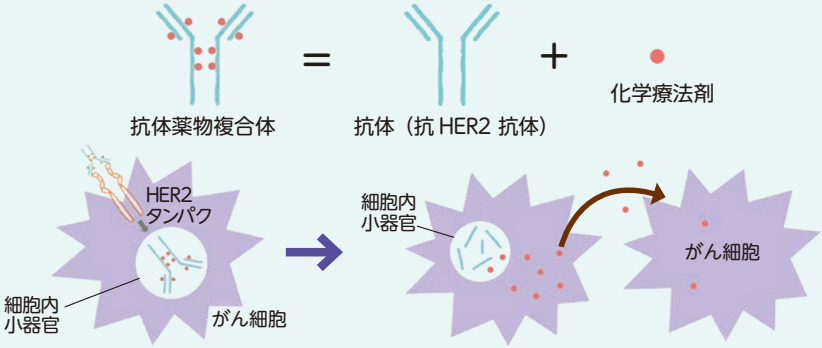
①抗体薬

HER2 タンパクを目印として、がん細胞を「ねらいうち」する薬剤です。



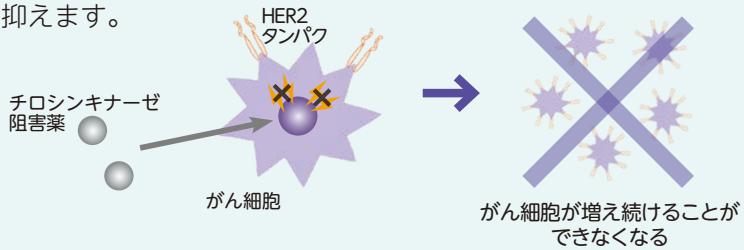
②抗体薬物複合体

抗体薬と化学療法剤を組み合わせた薬剤です。抗体が HER2 をもつがん細胞に結合し、選択的に化学療法剤を送り込むことで、がん細胞を攻撃します。抗体薬物複合体は、分子標的薬と化学療法剤の両方の性質をもつため、それぞれに由来した副作用が出ることがあります。



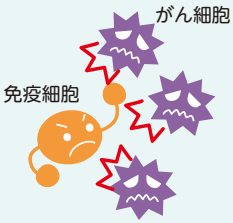
③チロシンキナーゼ阻害薬

HER2 を認識して、細胞増殖のシグナルを止めて、がん細胞の増殖を抑えます。



●免疫チェックポイント阻害薬

がん細胞は、その人がもつ免疫細胞の攻撃から逃れる仕組みをもっています。免疫チェックポイント阻害薬は、その仕組みが働かないようにして、免疫細胞ががん細胞を攻撃できるようにする薬剤です。免疫チェックポイント阻害薬特有の副作用が出ることがあります。



緩和ケアとは？

●手術、放射線療法、薬物療法に加えて、「緩和ケア」を行う場合もあります。

●緩和ケアは、がんに伴うからだや心のさまざまな苦痛症状を和らげて、患者さんやそのご家族が安定した状態でがん治療に取り組めるようにするための専門的なケアです。終末期の患者さんのためのケアと考えられがちですが、がん治療の早い段階から受けることができます。つらい症状が続いている場合には、我慢しないで医師や看護師に相談しましょう。

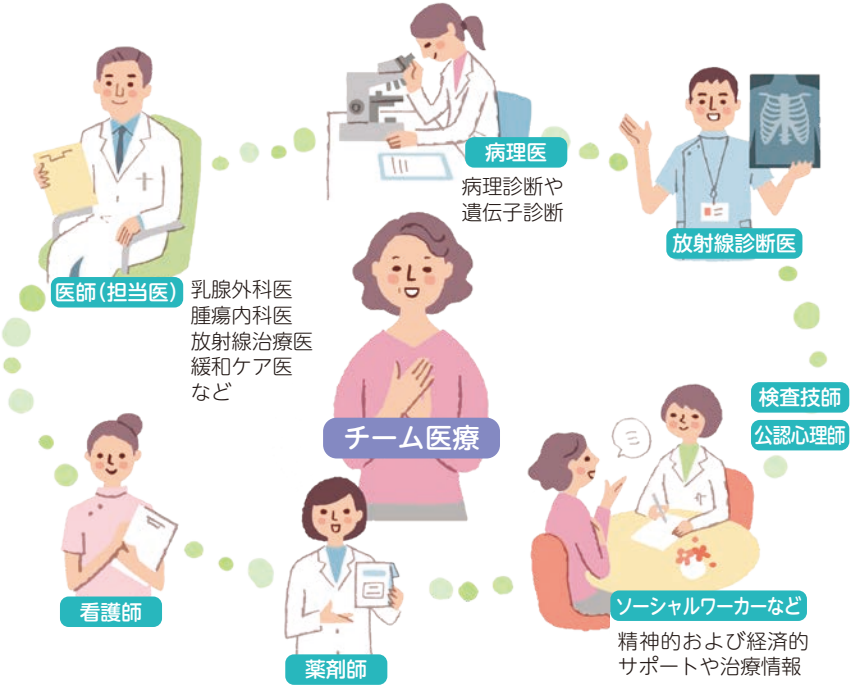
参考　緩和ケアに関する情報が入手できるウェブサイト

国立がん研究センター がん情報サービス 緩和ケア
https://ganjoho.jp/public/dia_tre/treatment/relaxation/index.html

治療サポートを受けるためには？

●患者さん１人ひとりの状態に合わせて、さまざまな専門の職種がチームとして連携しながら、乳がんの治療や患者さんの支援を進めていく「チーム医療」が広まっています。

●病気により、経済的な負担が増えたり、生活・就労に制限が生じたりした場合には、高額療養費制度、医療費控除、傷病手当金などのさまざまな支援制度を利用することができます。



がん治療中に生活全般にわたって、疑問や不安を感じたときは、ひとりで悩まずに「がん相談支援センター」に相談しましょう。

参考　がん相談支援センターを探す参考になるウェブサイト

国立がん研究センター がん情報サービス　制度やサービスを知る
https://ganjoho.jp/public/institution/index.html

日常生活のヒント

食生活について

●食事については、体力を維持し感染を防ぐために、エネルギーやタンパク質、ビタミン、ミネラルが不足しないような食事をゆっくりととることが基本となります。

●食欲が低下したり、悪心・嘔吐、下痢などによって食べることがつらくなることもあるかもしれません。無理をしないで、食べられるものから食べるようにすることが大切です。糖尿病などの合併症やからだの状態によって、医師から食事について特別な指示が出ている場合は、きちんと従いましょう。

病状に応じた献立や調理法についてのアドバイスを受けられますので、担当医や看護師、栄養士に相談してみましょう。下記のサイトも参考になります。

参考　症状別の食事の工夫に関する情報が得られるウェブサイト

国立がん研究センター がん情報サービス がんと食事
https://ganjoho.jp/public/support/dietarylife/index.html

運動について

●退院後、家の中の生活に慣れ、体力が少し回復してきたら、散歩などから始め、少しずつ運動量を増やしていきましょう。

●家事は、腕や肩のよい運動になります。少しずつやってみましょう。

●スポーツは、種類や程度によりますが、徐々に始めて構いません。ただし、腋窩（えきか）リンパ節郭清（かくせい）を行った場合は、浮腫を発症させることもありますので、担当医に相談しましょう。

適度な運動は気分転換になります。家族や周りの人の助けを借りながら、無理のない範囲で動いてみましょう。

強い疲れ・だるさ・痛みなどがあるときは、無理をしないことが大切です。
その日は一日ゆっくり休むなど、体調に合わせて過ごしましょう。

参考：国立がん研究センター がん情報サービス 療養生活のためのヒント
https://ganjoho.jp/public/support/hint/index.html
国立がん研究センター がん情報サービス 乳がん 療養
https://ganjoho.jp/public/cancer/breast/follow_up.html

日常生活のヒント

睡眠について

●治療中や療養生活中に、よく眠れない、寝つきが悪い、寝た気がしないなどの悩みをかかえることもあります。

●心をリラックスさせ、からだをほぐすことで、心地よい休養や睡眠が取れるといわれています。いろいろな方法を試してみて、自分に合う方法を探しましょう。

●つらい場合には、緊張をほぐす薬剤や睡眠薬などによる対処が可能なので、医師に相談してみましょう。

体調を整えるためのポイント

体調管理のポイント

- ☐ 規則正しい生活
- ☐ バランスのとれた食事
- ☐ 適度な水分摂取
- ☐ 十分な休養と睡眠
- ☐ 適度な運動
- ☐ 感染予防（手洗い・うがいなど）
- ☐ 禁煙
- ☐ リラックス法（深呼吸など）
- ☐ 気分転換とストレス発散
- ☐ 悩みや不安の原因を取り除く
- ☐ 身体的な苦痛を取り除く
- ☐ 定期的な検査

国立がん研究センター がん情報サービス 療養生活のためのヒント
https://ganjoho.jp/public/support/hint/index.html

体調を整えるためのポイント

こんなときは担当医に相談しましょう

- ☐ 休養や十分な睡眠を取っても疲れやだるさが続く
- ☐ 眠れない、眠りが浅い
- ☐ 息苦しい症状が続く
- ☐ 痛みが強い
- ☐ 精神的な悩みや不安が強い
- ☐ むくみが強くなり、尿の量が減る
- ☐ 熱が急に出た、熱が続く
- ☐ 吐き気が強く、食欲がない
- ☐ 下痢や便秘がひどい
- ☐ その他（特に気を付けることはないか、担当医に確認してみましょう）

国立がん研究センター がん情報サービス 療養生活のためのヒント
https://ganjoho.jp/public/support/hint/index.html

memo

memo

第一三共株式会社

Daiichi-Sankyo

本資材の複製、転用、再利用、再掲載等の二次利用はご遠慮願います。

P202003-030-02