

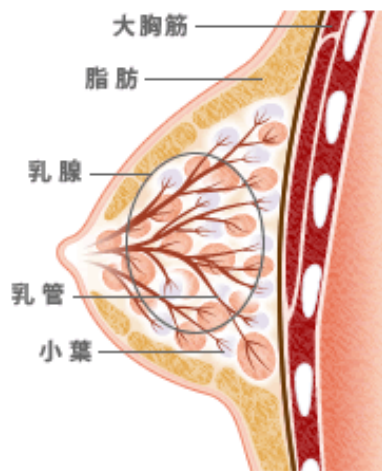
あなたのため家族のために



# 乳がん検診を受けましょう

## 乳がんとは

乳がんは、乳房の中にある母乳を作る「乳腺（にゅうせん）」という組織にできる悪性腫瘍。具体的には、母乳を作る「小葉（しょうよう）」細胞組織や、母乳を乳首まで運ぶ管「乳管（にゅうかん）」組織の中に発生する悪性腫瘍です。

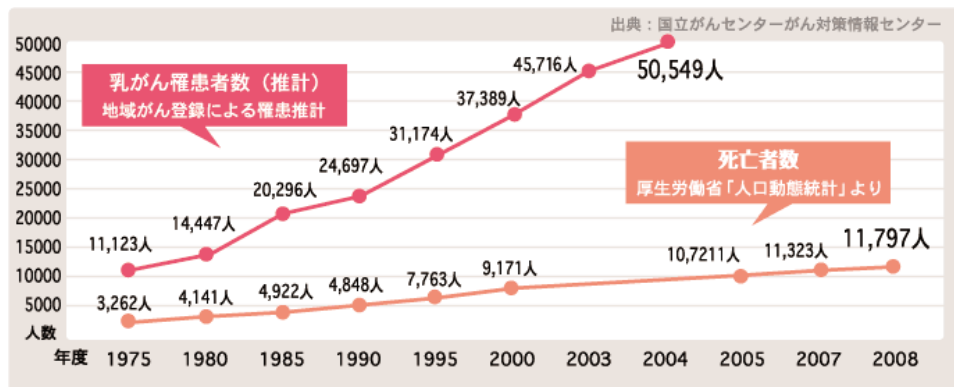


乳がんの罹患率が年々増加し、女性のかかるがんのトップになりました。生涯に乳がんを患う日本人女性は、16人に1人とされています。

また、死亡率も増加していることが、問題視されています。

乳がんは、胃がんや大腸がんのように年齢が高まるとともに増えるがんとは異なり、30代から増加し、40歳代後半という比較的若い世代でピークを迎えています。また若い年代の乳がんにかかる率が年々上昇しています。

乳がん患者の約1%が男性です。しかし、女性患者に比べ男性の乳がんは、進行が早いために予後不良になるケースが多いのです。男性も乳がんにかかるということを知っておく必要があります。



## 乳がんの危険因子

初潮が早い

月経周期が規則正しい

月経周期が短い

家族に乳がんの人がいる

閉経が遅い

良性の乳腺疾患の既往

出産未経験（含む未婚）

長期間ホルモン補充療法を受けている

高齢出産

たばこ、飲酒

肥満

## 乳がん検査

### 乳腺エックス線検査（マンモグラフィ）

マンモグラフィは乳房専用のレントゲン装置で、乳房の中を見えやすくするために、乳房をはさみ込んで撮影する特殊な装置です。マンモグラフィ撮影の放射線が人体へ及ぼす危険性は、ほとんどありません。生理前には、ホルモンの関係で乳房が張って痛むことがあります。出来れば、マンモグラフィ検診は生理が始まってから2~3日目以降に受けられるのが良いでしょう

※妊娠中または妊娠の可能性のある方は絶対禁忌とし、授乳中、心臓ペースメーカーを装着されている方、乳房内に人工物が入っている方（豊胸術等をしている方）は原則禁忌とします。



マンモグラフィ装置




片方の乳房を黒い台に載せ、上から透明の板で挟む

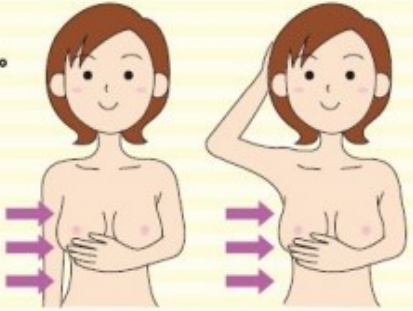
## 自己検診のススメ

月に一回は自己検診を行いましょう


**CHECK 1** 鏡の前で見てください  
両腕を上下して正面・側面・斜めから  
→ ひきつれ、くぼみ、乳頭のへこみ  
湿疹のようなただれはありませんか？



**CHECK 2** 触ってみましょう  
左乳房は右手で、右乳房は左手で指をそろえ、  
指の腹で圧迫しながらまんべんなく触ります。  
→ しこりや硬く触れる部分はありませんか？  
〈触り方のポイント〉  
①指を3本そろえ、指の腹で圧迫しながら  
まんべんなく触る。  
②乳房をつままない。  
③左乳房は右手、右乳房は左手で触る。



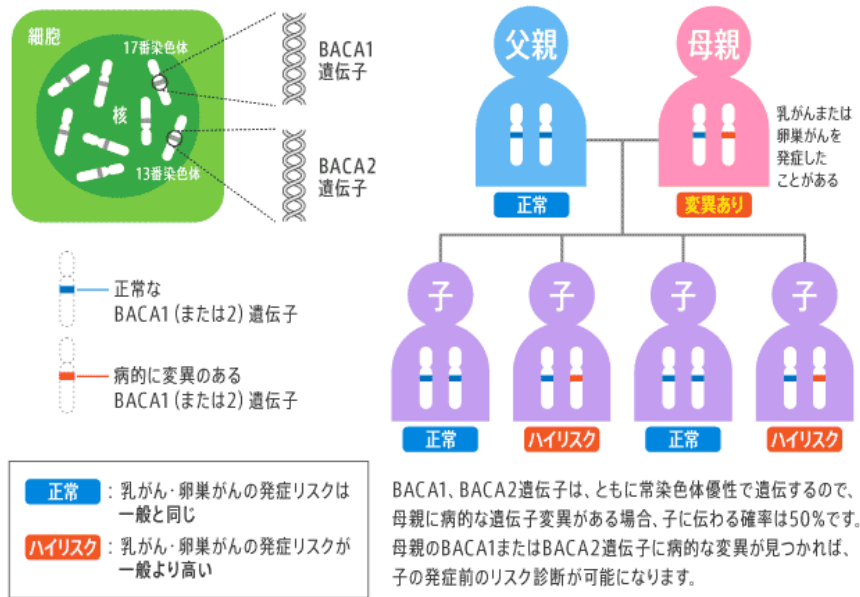
**CHECK 3** 乳房や乳首をしぼってみましょう  
→ 分泌物、特に血液のような異常な液がでませんか？



自己検診をすすめるのは、単にしこりをチェックするためだけではなく、乳房は左右で違います。また、硬い人、やわらかい人さまざまです。自分の乳房の普段の状態を覚えておくという意味でも、自己検診は大切なのです。

がんの中には、画像に出にくいものがあり、そんな時医師は「なんでもない」と判断してしまうかもしれません。そういう時普段の状態をきちんと把握しておけば、たとえば「前はここにしこりはなかった」と医師に相談することができます。

## 遺伝性乳がんについて



遺伝性乳がんとは、BRCA1、BRCA2 という遺伝子に変異がある状態を受け継いでしまうことをいいます。その結果生涯の発がんリスクが一般の女性に比べ、10～19 倍、6～7 割の人が乳がんにかかることがわかりました。75 歳までに発症する確率は 80%とされています。

遺伝子検査は日本では保険適応になっていませんので、費用は約 20～40 万円かかります。

ある有名な女優さんが、遺伝子検査陽性のためリスク軽減のため、乳房切除手術を受けたことが話題になりました。

リスクがある臓器を外科的に切除するというのは、がんの発症リスクを低下させることは確実にだと思いますが、日本では一般的ではありません。健康保険の適応とならないこともあり、慎重に検討する必要があります。月に一度の自己検診を心がけるとともに、早期発見のため適切ながん検診を定期的に受けることが重要です。

当センターでも乳がん検診を実施しています。詳細については当センターへお問い合わせください。

