

乳がんってどんな病気？

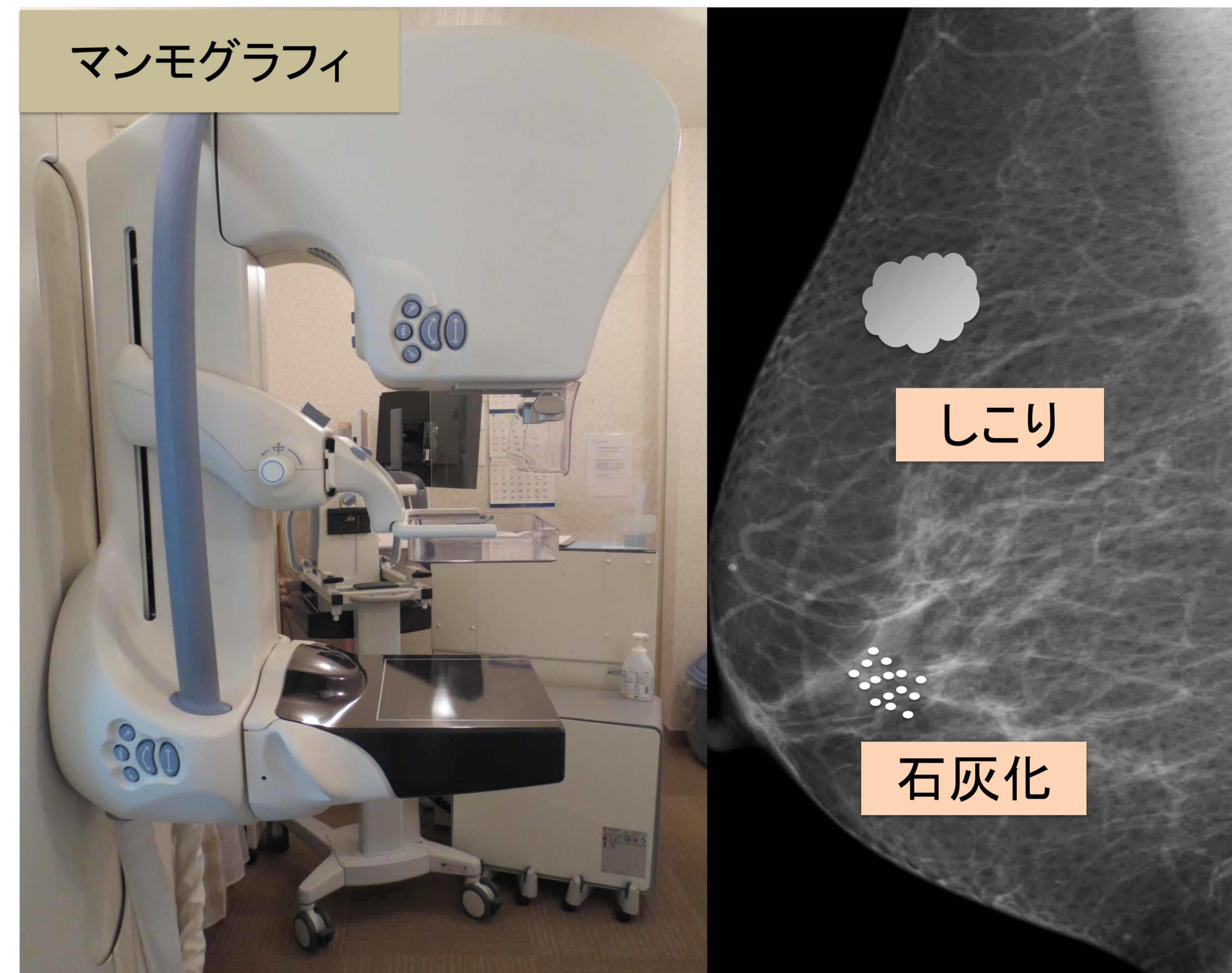
- 乳がんは日本女性の**9-10人に1人**が罹患すると言われており、女性がかかる癌の第1位です。
- 自分でみつけれられる唯一のがんで、乳がん患者さんの約半数が自分でしこりに気付いて受診します。
- 乳がんは発見されたときの進行度により完治できるかが左右されます。
- 大きさが2cm以下と小さく、リンパ節や他の部位に転移がない早期がんでは90%以上の治癒が期待できますので、**早期診断、早期治療がとても大事**です。

乳がん検診

- 乳がん検診には、マンモグラフィや超音波を用いた検査があります。
- 手に触れる前の段階で早期発見できるのがマンモグラフィや超音波検査です。
- それぞれの特徴を理解して乳がん検診へ行きましょう。

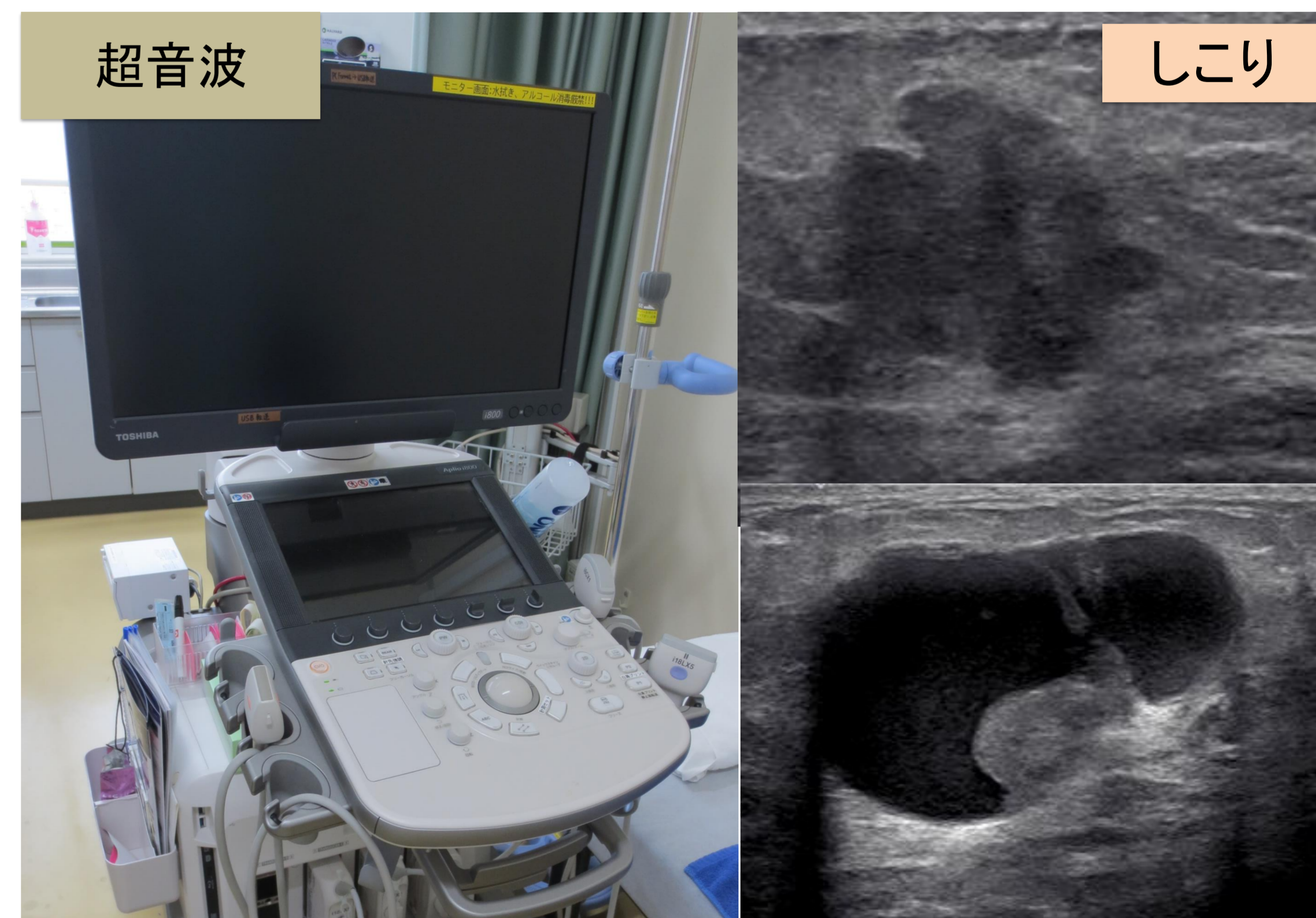
マンモグラフィ

- ✓ 早期の乳がんを見つけるためにマンモグラフィ検診があります。
- ✓ 透明の圧迫板で乳房をはさみ、乳房をうすくのばして撮影します。
- ✓ 手で触れる前の段階で**石灰化、しこり**がうつり乳がんがわかります。
- ✓ 乳腺組織が多い人(高濃度乳腺)では乳がんがわかりにくいです。
- ✓ 少ない放射線の量で安全に乳がんの検出ができます。
- ✓ 妊娠中、授乳中は検査できません。



乳腺超音波検査

- ✓ 乳房全体を検出器でまんべんなくなでて乳房内に腫瘍がないか検査します。
- ✓ 石灰化は発見しにくいいため、石灰化だけで見つかるような早期乳がんはわからないことがあります。
- ✓ マンモグラフィでは乳腺に隠れてしまうしこりがみえることがあり、高濃度乳腺でもがんを見つけることができます。
- ✓ 妊娠中、授乳中でも検査ができます。



マンモグラフィ検診の結果、悪性の可能性が少しでもある場合は”異常を認めますので**精密検査が必要**です”と通知されます。しかしこれは必ずしも乳がんというわけではありませんので必要以上に心配することはありません。**病院を受診して、しっかり精密検査を受けましょう。**

1000人がマンモグラフィ検診を受けると50～100人ほどに精密検査が必要ですが、乳がんと診断されるのは10人以下です。

以上の検査で異常があったら...

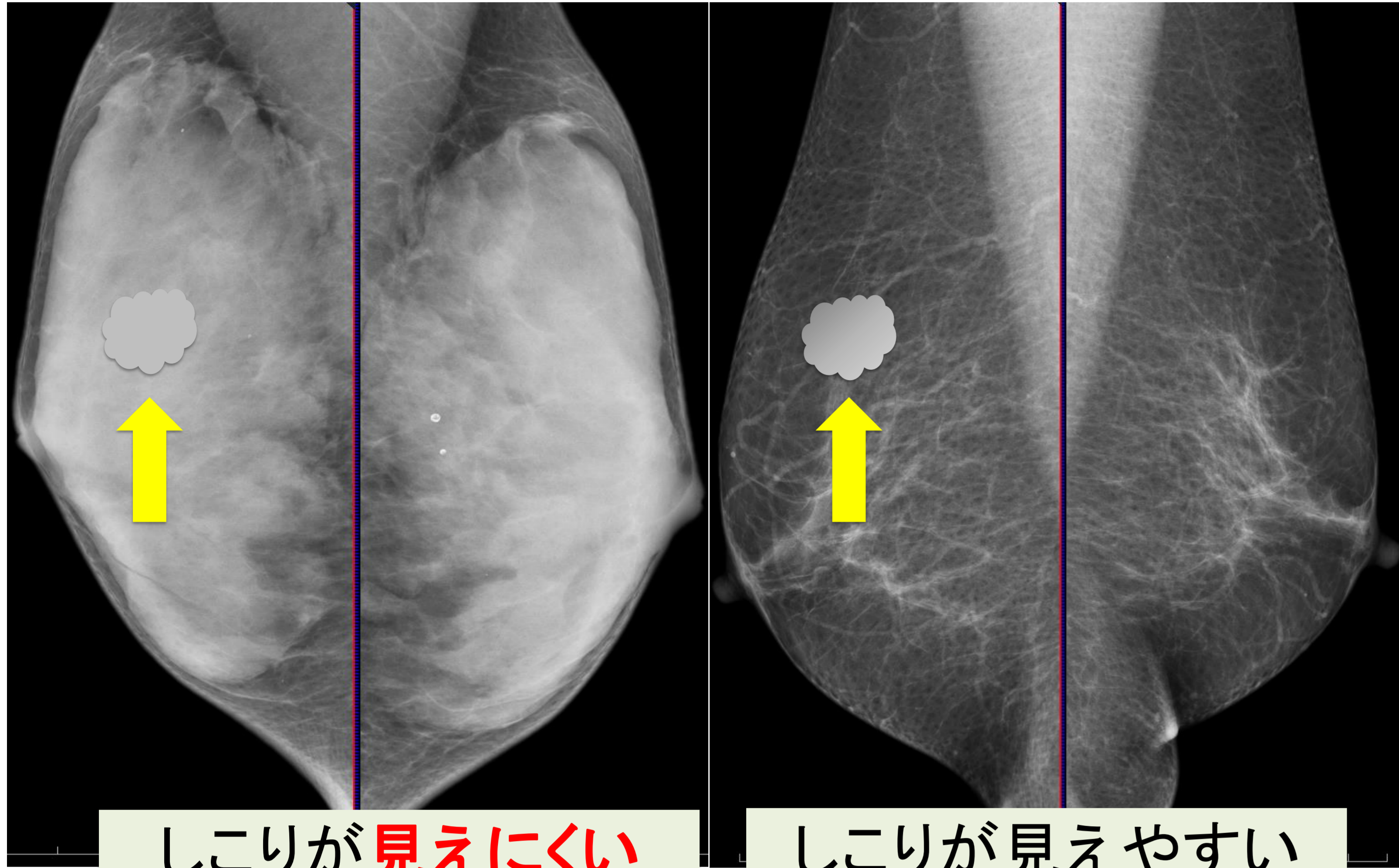
精密検査

- ☆ **乳頭分泌物細胞診** 乳頭分泌がある場合は分泌液にがん細胞が含まれているかを調べます。
- ☆ **穿刺吸引細胞診** 病変に細い針を刺してがん細胞が含まれていないかを調べます。
- ☆ **針生検(組織診)** 局所麻酔をして、病変に太い針を刺して、細胞診より詳しく組織を調べます。
- ☆ **マンモトーム生検** より太い針で、石灰化病変の一部を採取して、詳しく組織を調べます。

乳がんが見つかりにくい高濃度乳腺

高濃度乳腺とは...

乳房の性状(乳腺組織が多く、全体的に白っぽい)です。乳腺組織(白)に対しがん(↑)も白くみえますので、マンモグラフィ検診単独ではしこりがよく見えず、早期発見が難しい場合があります。



しこりが見えにくい

高濃度乳腺

しこりが見えやすい

脂肪性乳腺

超音波では乳腺組織(白)に対し、がんは黒くみえます。高濃度乳腺の方はマンモグラフィに加えて超音波での併用検診がおすすめです。

乳がんの原因は？

- 妊娠出産歴が少ない、初潮が早く、閉経が遅い
- 肥満、糖尿病などの生活習慣病
- 喫煙、アルコール
- 家族(祖母、実母、姉妹)が乳がんになったことがある(乳がんの約5-10%が遺伝性)

など

禁煙、節酒に努め、定期的に運動をして、体重コントロールを行きましょう。

乳がんは早期発見で、ちゃんと治癒が期待できるがんです。

定期的に乳がん検診を受けましょう！

検診を受けても、必ず乳がんが見つけれられるわけではありません。

短期間で大きくなるがんもあります。

普段から定期的に自分の乳房を触って異常がないかをセルフチェックしておくことはとても大切なことです。

ブレスト・アウェアネスって？

Breast Awareness

乳房を意識する生活習慣のことです。具体的には

- ①自分の乳房の状態を知る
- ②乳房の変化に気を付ける
- ③変化に気づいたらすぐ医師に相談する
- ④40歳になったら、2年に1度、乳がん検診を受ける

みる

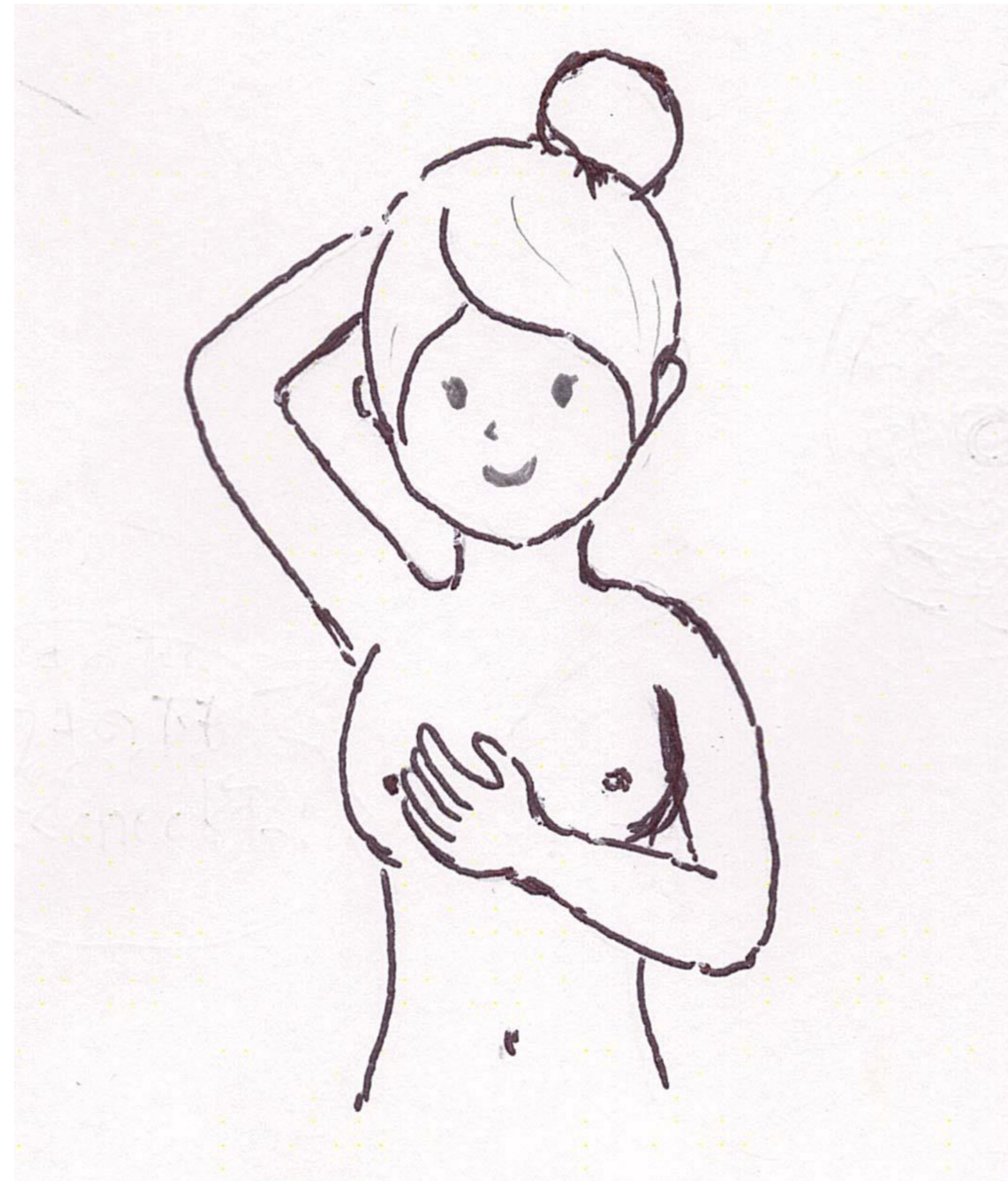
鏡の前に立ち頭の後ろで手を組み、よく見てみましょう！



Q くぼみ、ふくらみ、ひきつれ、変色はありませんか？

さわる

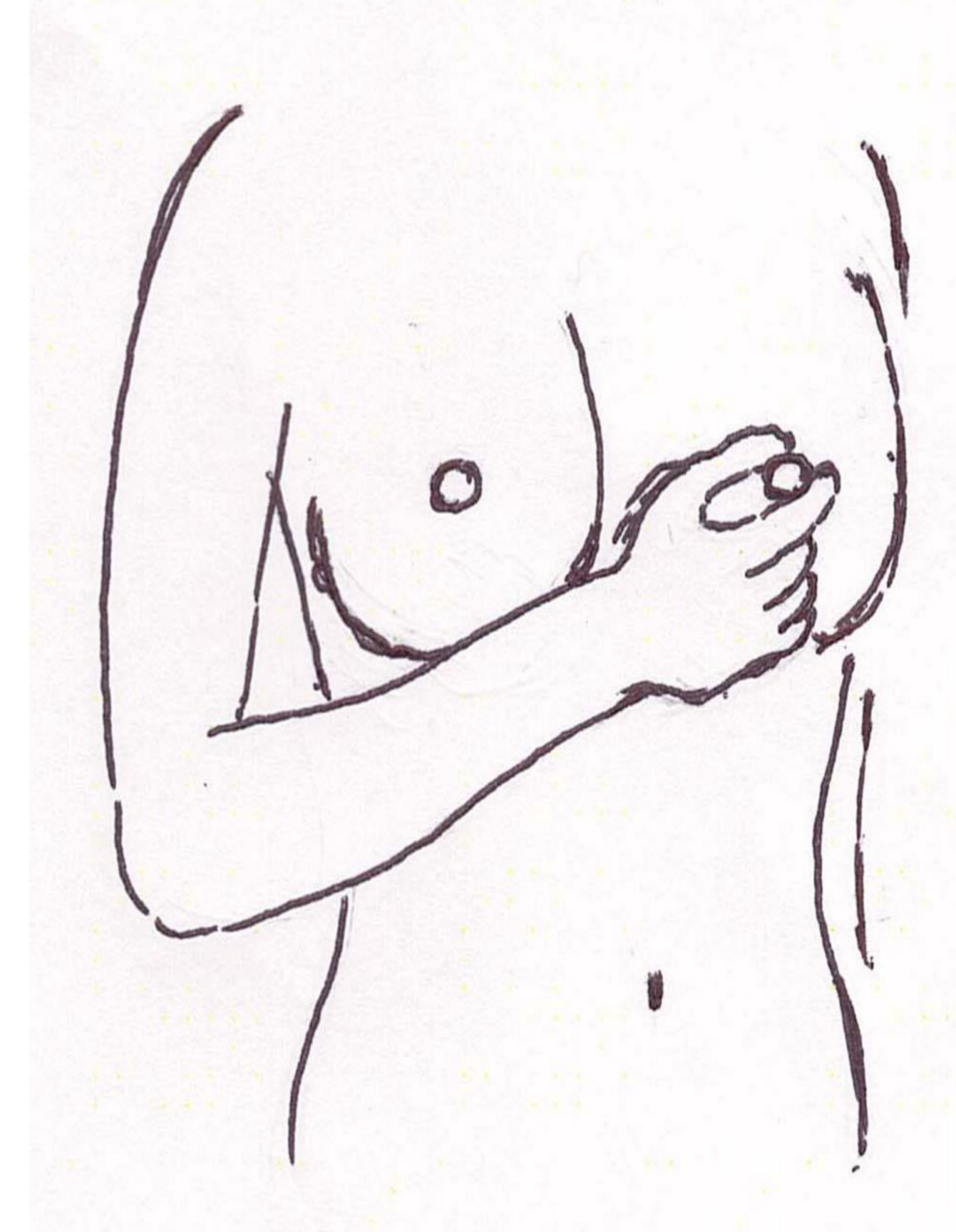
4本の指で渦巻き状、放射状に乳房によく触れましょう！脇の下もよくCheck!



Q 乳房、わきの下をさわってしこりはありますか？

つまむ

親指と人差し指で、乳首を軽くつまんでみましょう！



Q 血が混じった分泌物はでませんか？

しこり、乳頭分泌、痛みなどいつもと違う症状を自覚した場合は乳腺外科への受診をおすすめします。

当院の乳がん検診(マンモグラフィ、超音波)は女性スタッフが対応します。

