

乳がん

増えています！日本人女性の9人に1人がかかるがん

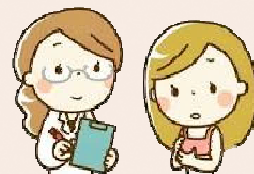
よく聞くけど、どんな病気？



次の人は要注意！

乳房内の乳腺にできるがんです。初期段階では、痛みやしこりが触れるなどの自覚症状がほとんどないため、変化に気づかず放置していると、がん細胞が増殖し、血液やリンパの流れによって、他の臓器にまで広がっていきます。女性がかかるがんでは最も多く、かかる人も亡くなる人も増加しています。しかし、早期に発見し治療すれば治すことのできるがんであり、早期発見・早期治療が重要です。

- 40歳以上
- 初潮年齢が早い（～12歳）
- 閉経年齢が遅い
- 出産歴がない
- 初産年齢が遅い
- 授乳経験がない
- 閉経後の肥満
- 母親や姉妹に乳がんにかかった人がいる
- お酒をよく飲む



* 該当項目がなくてもかかる人もいます

自覚症状のない早期の段階での発見が完治のカギ！乳がん検診を受けましょう！また、自分で発見できる数少ないがんのひとつ、20歳を過ぎたらセルフチェックをはじめましょう！

乳がんの検診や検査って？



マンモグラフィ

乳房専用のエックス線撮影。乳房を左右片方ずつ、プラスチック板に圧迫して、薄く均等に広げて挟み、少ない放射線量で乳房の中を鮮明に写します。視触診では発見できない、早期乳がんのサインである石灰化を写し出します。

乳房を強く挟むので、少し痛みを感じることもあり、生理が終わってから1週間後くらいの乳房の張りが少ない時期の受診がおすすめ。

乳房超音波（エコー）検査

乳房に超音波をあて、その反射で内部を見ます。妊娠中の人でも受信可能で、乳腺密度が高い乳房や若い人に適していますが、厚生労働省が検査の有効性を検証中です。

検診の結果、精密検査が必要な場合は、必ず受けましょう。

精密検査では、マンモグラフィの追加撮影や超音波検査、穿刺吸引細胞診、（病変に細い注射針を刺して細胞をとり顕微鏡で調べます）、針生検（やや太い針で組織の一部を採って顕微鏡で調べます）、MRI検査、CT検査などが行われます。



乳がんにかかる人は30～40歳代にかけて急増します。40歳以上の方は、2年に1回は乳がん検診を受けましょう！

伊勢市の乳がん検診

医療機関	内容	: マンモグラフィ・視触診（医療機関により実施しない場合もあります）
	実施期間	: 7月～1月
	対象	: 40～69歳の女性
集団検診	内容	: マンモグラフィ
	実施日時	: 広報等でお知らせします。
	対象	: 30歳以上

* ペースメーカー・シリコンが入っている人、妊娠中の人、母乳が出ている人は受診できません。

詳しくは、広報いせや市ホームページ等でお知らせします。

医療機関⇒



集団⇒





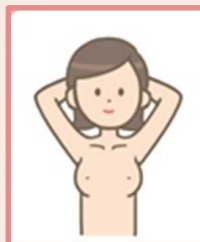
乳がん



検診プラス毎月のセルフチェックを習慣に！

鏡の前で見てチェック！

- ①両腕を下げた状態で、乳房を観察します。
 - 左右の乳房の大きさ・形に差や変化はないか
 - 乳房の表面にくぼみやひきつれはないか
 - 乳頭からの異常分泌、乳頭・乳輪のただれはないか
- ②両腕を頭の後ろに組み、①の項目を観察します。
- ③正面だけでなく、側面や斜めからも観察します。



生理が終わってから1週間後くらいの乳房のはりや痛みのない柔らかい時期が、チェックにおすすめの時期。閉経後の人は毎月のチェック日を決めておくとういでしょう。

触ってチェック！

入浴時に…

- ①指先に石鹸をつけると滑りやすく、凹凸がよくわかります。
- ②調べる乳房側の腕を上げ、反対の手の4本の指をそろえ、指の腹で乳房の表面を軽くおさえ、渦を巻くようにして、皮膚の下にしこりがないかを調べます。
- ③乳房とわきの下の間、わきの下も指先で調べ、リンパ節の腫れがないかを調べます。
- ④乳頭を少しつまみ、分泌物がないかを調べます。



横になって…

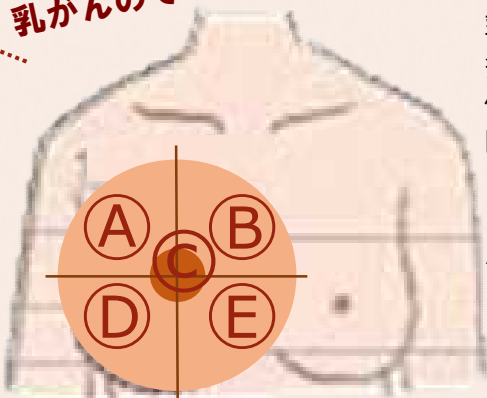
- ①仰向けに横になります。調べる乳房側の肩の下にたたんだタオルなどを入れ、乳房を平たくしてから調べます。
- ②調べる乳房側の腕を上げ、乳房の内側半分を指の腹で、まんべんなく調べます。
- ③腕を下げ、乳房の外側半分を、同様に調べます。



しこりや気になる変化に気づいたら、すぐに診察を

乳腺外科または乳腺専門外来のある医療機関を受診しましょう。

乳がんのできやすいところ



乳房の上外側④に最も多く、上内側③、下外側②、乳首付近①、下内側⑤の順になっています。わきにできることもあるので、まんべんなくチェックしましょう。

がん以外の乳房の病気

乳腺症

乳房に痛みを伴う固いしこりができる病気。

乳腺線維腺腫

乳腺にできる良性のしこり。痛みがなく、丸みがあり、よく動き、ゴムのような硬さがしこりの特徴。

乳腺炎

授乳時に乳汁がたまったり、細菌が乳頭や傷口から入ることで起こる乳腺の炎症。