



医療法人 厚生堂

長崎病院

広報誌

2024.7

vol.

135

むつみ

当院の理念

私たちは良質で安心な医療の提供により、患者様や家族の皆様との信頼を築き、常に「思いやりの医療」を念頭に、地域社会に貢献します。

目次

乳がん検診、受けていますか？	1・2	お知らせ	4
食中毒について	3		

乳がん検診、受けていますか？

内科医師 横山 尚子

乳がんとは

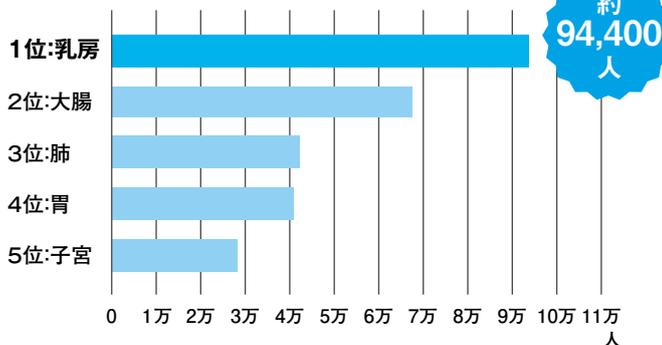
乳がんは乳房の組織で発生するがんです。

日本人女性の乳がん罹患数は2021年で94,400人となっており、がんの中で最も多くなっています。今や、女性の9人に1人が乳がんになる時代です。

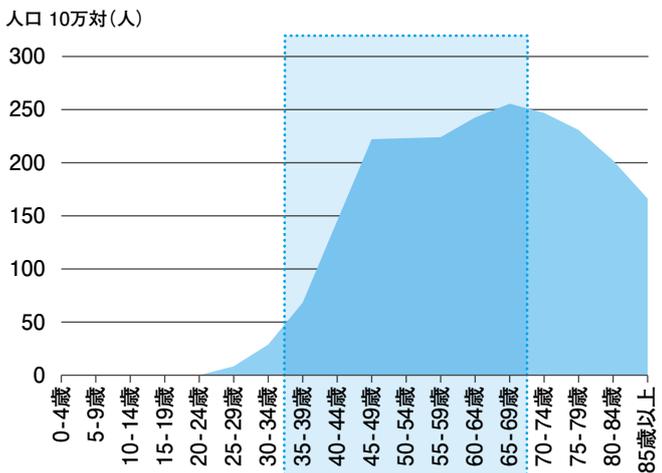
30歳代から乳がんの罹患率が顕著に増加し始め、40歳代から60歳代でピークに達します。そして40～60歳代の女性では乳がんにかかる人も増加傾向にあります。

また、30～64歳の世代では乳がんは女性のがんによる死亡数で1位となっています。

部位別予測がん罹患数 「がんの統計'22」より



年齢別乳がん罹患率 「がんの統計'22」より



SHIMADZU PINKRIBBONPROJECT ホームページより

乳がんの症状

乳がんの主な症状は、乳房のしこりです。自分で乳房を触ることで気付く場合もあります。ほかに、乳房にくぼみができる、乳頭や乳輪がただれる、左右の乳房の形が非対照になる、乳頭から分泌物が出る、などがあります。



乳がん検診の目的と重要性

乳がん検診は、症状が現れる前に乳がんを発見するための重要な手段です。定期的な検診を受けることで、早期発見・早期治療が可能となり、生存率を大幅に向上させることができます。早期発見された乳がんの5年生存率は非常に高く、90%以上と報告されており、早期に発見し、適切な治療を行うことで、治癒率を高めることが期待できます。

乳がん検診の利益と不利益

乳がん検診の利益と不利益については下記のことなどがありますが、不利益よりも利益のほうが大きいことが証明されています。

利益:死亡率減少

不利益:がんの大きさや形状、発生する部位によっては見つけにくいこともあるため、100%発見できるわけではない。

がんの疑いがあると判定されて、精密検査を行っても、がんでないことも多くある。

乳がん検診の推奨

日本では、40歳以上の女性に対し、2年に1度のマンモグラフィ検査を推奨しています。個人のリスクファクター(家族歴、遺伝子変異など)に応じて、より早い年齢からの検診や、頻繁な検診が推奨されることもあります。



乳がん検診の方法

●マンモグラフィ検査

乳がん検診で最も一般的な方法で、死亡率を減少させることが科学的に証明されています。

X線を用いて乳房の画像を撮影し、異常がないかチェックします。

検査では、乳房をできるだけ引き出して、圧迫板という薄い板で乳房を挟み撮影します。

この圧迫は痛みや不快感を伴うこともありますが、薄く引き伸ばして圧迫することで乳腺の重なりを少なくし、診断しやすい撮影ができます。乳房の詳細な画像を撮影するために必要です。

●超音波検査

乳房に超音波を当て検査します。

乳腺の密度が高い人(高濃度乳房:マンモグラフィで白く見える部分が多い)やマンモグラフィ検査では判断しにくい場合に有用です。

特に40歳未満の女性の場合、マンモグラフィでは、いわゆる高濃度乳房になり、しこりがあるかどうかのわかりにくい場合があります。そのような場合でも、超音波検査ではしこりの診断をすることができます。また、放射線による被爆がないため、妊娠の可能性がある場合でも検査が可能です。

●ブレスト・アウェアネス

自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房を意識して生活することを「ブレスト・アウェアネス」といいます。これは乳がんの早期発見・診断・治療につながる、女性にとって非常に重要な生活習慣です。

「ブレスト・アウェアネス」を身につけるために、以下の4つの項目を実践しましょう。

- ①自分の乳房の状態を知るために、日頃から自分の乳房を見て、触って、感じる(乳房のセルフチェック)
- ②気をつけなければいけない乳房の変化を知る(しこりや血性の乳頭分泌、乳房のくぼみなど)
- ③上記②の乳房の変化を自覚したら、なるべく早く医療機関を受診する
- ④40歳になったら定期的に乳がん検診を受ける(患者さんのための乳がん診療ガイドライン2023年版より)

まとめ

乳がん検診は、乳がんによる死亡率の低減を目的として行われています。

定期的な乳がん検診(特に40歳以上の女性)と健康的な生活習慣、日頃から自分の乳房に関心を向ける生活習慣「ブレスト・アウェアネス」の実践を心がけることにより、乳がんのリスクを管理しましょう。

また、乳がんは他のがんと比べて、比較的若い年齢で発症することが多く、働きざかり・子育て世代でもかかるがんです。仕事や子育てで忙しい時期でも、あなただけでなく、あなたの家族やあなたのまわりの大切な人のためにも、乳がんの知識を深め、検診の大切さを理解し受診されることをおすすめします。

長崎病院での乳がん検診について

当院ではヘルスケアセンター(健診施設)にて乳がん検診を行っています。

当センターではマンモグラフィ検査(税込6050円)と乳腺エコー検査(税込2750円)の2種類があります。どちらも女性技師が担当いたします。(ただし、30歳未満の方には乳腺エコーをお勧めしています)



また、毎月第3金曜日はレディースデーとなっており、女性の方のみ受診が可能です。子宮がん検診、胃がん検診など、その他の検診と併せて、ぜひ乳がん検診を受けてください。

※広島市の方でがん検診チケットをお持ちの方は、チケットのご使用で、2年に1度マンモグラフィ検査が1600円(40~69歳)で受診できます。(70歳以上は無料です)

お問い合わせ先

長崎病院
ヘルスケアセンター
☎ 082-208-5791
(完全予約制です)



図.乳がんの早期発見・診断・治療につながるブレスト・アウェアネスの考え方

