

乳がんについて

乳がん検診受けていますか？

立命館保健センター
医師

八田文裕子 先生



このコーナーでは、「心も体もリフレッシュ」というテーマで、「心（ストレス）」と「体（メタボ）」に関するお話を毎回紹介していきます。今回は、「体」。乳がん検診の重要性についてご紹介していきます。

乳がん検診受けていますか？

現在女性が最も罹りやすいがんは「乳がん」です。現在、乳がんと結腸癌は年々増加しており、1990年代には胃がんと乳がんが逆転しました。

女性の乳がんは30歳代から増加し始め、50歳前後にピークを迎え、その後は次第に減少します(図)。しかし、乳がんで亡くなる人は罹った人の1/3以下で、早く見つければ治すことができるがんなのです。

乳がんは罹りやすいってどんな人？

- 一親等の乳がん家族歴
 - 良性乳腺疾患の既往
 - 初経年齢が早い、閉経年齢が遅い
 - 出産歴がない、初産年齢が遅い
 - 授乳歴がない
 - 閉経後の肥満(閉経前では肥満でリスクは下がります)
 - 飲酒習慣
- などの因子がある人は乳がん

に罹りやすいことが分かっています。

乳がん検診ってどんなことをする？

- 触診・医師が触ってしこりの有無を確認
- マンモグラフィー(X線撮影)・・・乳房を圧迫して薄くし、X線撮影することでがんの影を探します。個人差がありますが、少し痛い検査です。
- 超音波検査・乳腺の発達した若い人にはもつとも有用な検査です。

以上の検査を組み合わせで行います。触診だけでは検診意義がほとんどないことが分かっていますので、乳腺の専門病院で検査を受けてください。

「乳がん検診」に行かれていますか？

30歳になったら、毎年必ず検診を受けてください。月経前の乳腺の張った時期は避け、月経が始まって1〜2週間目頃に受けましょう。最も診断しやすく、

またマンモグラフィーの痛みも少なくてすみます。そして、もう一つ大切なのが「自己検診」です。女性には、定期健康診断の際に、自己検診のやり方の説明用紙をお渡ししていますが、保健センターに置いてありますので、いつでもお越しください。

