



乳がん、あなたは大丈夫？

困健康管理課 保健師 西川麻子

乳がんが増えていきます

女性が最も気をつけなければならぬ病気の一つが乳がんです。乳がんで亡くなる人の数は年々増加し、近い将来女性の死亡原因のトップになると言われています。特に、次のような人は乳がんになりやすいと言われ、注意が必要です。

- ・ 母親や姉妹に乳がんにかかった人がいる
- ・ 乳房の疾患にかかったことがある
- ・ 高齢出産を経験した
- ・ 出産経験・授乳経験がない
- ・ 太っている

また、最近では乳がんの発症年齢が若くなってきていますが、40歳以上になると特に乳がんになる可能性が高くなります。

治療のかぎは早期発見

乳がんの主な症状には、しこり、乳房の皮膚のひきつれやへこみ、乳頭からの異常

分泌などがあります。ただし、初期にはこれらの症状が現れにくい場合もあります。乳がんはだれでもかかる可能性があり、また、早く見つければ治る可能性も高くなります。そのため、予防とともに早期発見が重要ですので、自己検診と専門医による乳がん検診の受診をお勧めします。

自己検診は、自分で自分の乳房を触ったり、観察することです。毎月実施することで、自分の乳房の異常に早く気づくことができます。乳がん検診の受診の有無にかかわらず、月1回必ず行い、何か異常を感じたら、早めに医療機関（外科）にかかるようにしましょう。

彦根市の乳がん検診として、今年度から、外科医による視診・触診検査に加え、40歳以上の人のマンモグラフィー検査（乳房X線検査）を導入しました。マンモグラフィー検査では視・触診検査では分からないようながんも発見できると言われています。これを機会に2年に1回ぜひ受診してください。

なお、30歳代の人は、乳腺が発達しているなどの理由で、マンモグラフィーによる検診が効果的でないと言われています。そのため、昨年度に引き続き、視診・触診だけの乳がん検診を実施します。