

乳がん

乳がんとは、乳房にある乳腺に発生する悪性腫瘍です。罹患するリスクは年齢と共に増加（30歳から増加し始め、50歳前後がピーク）し、日本人女性の場合16人に1人です。

要因

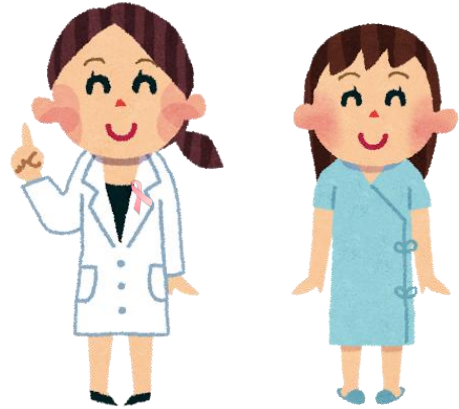
要因としては遺伝的なリスクのほかに下記のようなものがあります。

- ・ 初経年齢が低い。
- ・ 閉経年齢が高い。
- ・ 妊娠、出産経験がない。
- ・ 喫煙、飲酒、高脂肪の食事。

症状

初期の段階ではほとんど自覚症状はありません。

- ・ 乳房や脇の下にしこりがある。
- ・ 乳房のひきつれやくぼみ。
- ・ 乳房の皮膚の異常（発疹、はれ、ただれ）。
- ・ 乳頭の異常（分泌物、湿疹、ただれ）。



検査

主にマンモグラフィと乳房超音波があります。

・ マンモグラフィ

乳房を挟んで薄くしX線撮影をします。乳房が圧迫されるため、多少の痛みを伴います。微細な石灰化の段階の腫瘍を発見することができます。早期発見に適しています。しかし、乳腺組織が豊かな若い女性ではがんが乳腺に隠れてしまい見落としてしまうことがあります。また、わずかながらX線被ばくがあります。

・ 乳房超音波

乳房に超音波をあて、反射波を画像化して乳房内部の様子を映し出します。触診ではわからない小さなしこりを発見することができます。乳腺組織が豊かな若い女性にも適しており、痛みがなく被ばくの心配がありません。しかし、微細な石灰化は発見しにくい欠点があります。

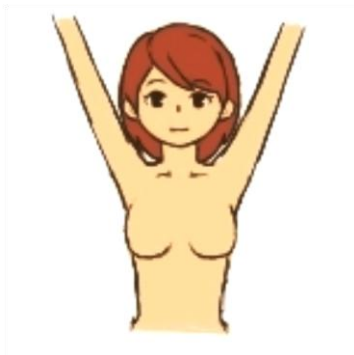
早期発見のために

乳がんは自分で見つけることができる可能性が高いがんです。毎月1回セルフチェックをしましょう！

セルフチェックは毎月、生理が終わって一週間前後に、閉経後の方は毎月日にちを決めて行ってください。異常を見つけたら専門医の診察を受けましょう。

方法

1



1、鏡に向かい、乳房の変形や左右差がないかをチェックします。

2



2、渦を書くように手を動かして、指で乳房にしこりがないかをチェックします。

3



3、仰向けになって外側から内側へ指を滑らせ、しこりがないかチェックします。