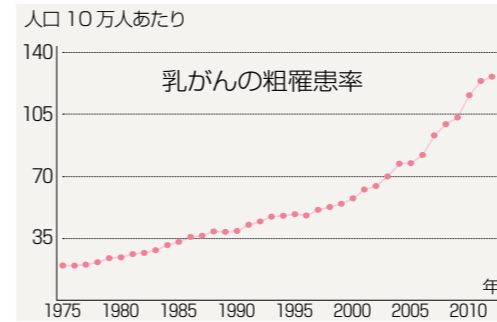


乳がん

女性の11人に1人が発症

突如、母親が乳がんを告げられたら――

近年子育て世代の女性を中心に増加している乳がん。有名人が発症し亡くなるニュースが流れるなどテレビでも話題となっています。



参照：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

子育て世代の女性を襲う乳がん

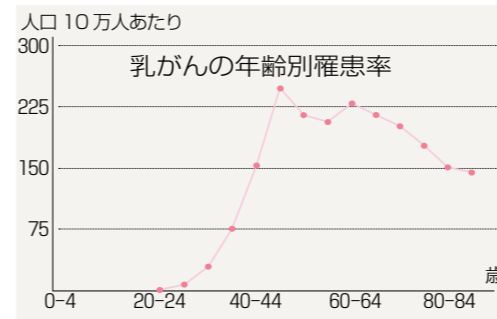
乳がんは女性の約11人に1人がかかるといわれる、女性に一番多いがんです。

発症率は30代後半から急激に上がり、40～50代前半でピークを迎え、仕事や家事、子育てや仕事に忙しい年齢の女性を突如襲う病です。

また、この40年で発症率が4倍に増えており、その原因のひとつとして女性ホルモンが影響しているといわれ、女性のライフスタイルの変化に伴い今後増加傾向にあると考えられています。また、遺

伝性の乳がんもあり、家族が乳がんにかかった場合、他の家族も乳がんになりやすい可能性があります。

しかし、医療の進歩に伴い、早期発見し、適切な治療を行えば、乳がんは生存率の高いがんでもあります。



参照：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

40代半ばの仕事や家事など忙しい盛りで乳がんになったHさんにお話をお聞きしました。



よる乳房の全摘手術を行い、がんを除去しました。合わせて乳房の再建手術を行いました。今は普通に温泉に行くこともできます。特に女性には手術をすることが不安になる部分だと思いますが、現在は再建技術も向上しているため、不安にならずに手術を検討してもらいたいですね。手術後しばらくは、腕を上げられず、家族や周囲の支えあいの大切さを痛感しました。

また、それまで運動習慣がありませんでしたが、退院してからはウォーキングをはじめ、すごく健康的になりました。

無事に退院したあと、周りの方々からの「おかえり」の一言が本当にうれしく感じましたね。以前より、健康であることの幸せ、小さな思いやり、ちょっとした言葉がすごくありがたく感じるようになりました。

改めて、乳がんは早期発見が大事だと感じました。みなさんも機会があれば早く定期的な検診を受けてほしいと思います。

医師や家族と相談し、手術に

早期発見、早期治療がなにより大切

乳がんには進行の段階によってステージ0からステージIVまでに分類されており、種類もさまざまです。

ステージIまでの乳がんだと10年生存率は90%以上あるため、早期発見がなによりも大事です。

乳がんは比較的ゆっくり成長するものが多いのですが、一般的に早期発見とされる2センチまでのがんを発見するためには、1～2年の猶予しかありません。

年に1度乳がん検診を受け、あわせて月に1度、自己チェックを行うことで、早期に乳がんを見つけやすくなります。

乳がんの治療方法は、手術、放射線治療、薬物療法などがあり、状況に応じて選択します。

町ではマンモグラフィによる検査を年8回、エコー検査を年1回行っています。受診料はいずれも1回1,500円です。また、一定の年齢に達する際には、無料クーポン券も配布していますので、ぜひ活用ください。

母親は家庭の要、
家庭を守るためにも
乳がん検診を

紀宝町顧問
二村 昭 医師



がんは遺伝子のコピーミスが重なり起こる病気とされており、基本的には高齢者がかかる病気ですが、その例外が、子どもの「白血病」、若い女性の「乳がん」です。

子育て世代の女性が乳がんにかかり亡くなるような悲劇を防ぐことは、行政にとっても優先課題にすべきだと思います。

町においても乳がん検診の受診率は決して高いとはいえません。家族を守るためにも乳がん検診の受診をお願いします。

Mammography,echo

乳がんを見つけるための検査

以下の2種類の検査があります。早期発見のためにも、年に1度受けましょう。

マンモグラフィ検査

レントゲンで乳房の状態を撮影する検査です。小さなシコリだけでなく、シコリになっていない微細な石灰化を見つけられるのが特徴です。乳房を圧迫するため、個人差がありますが、多少の痛みがあります。



画像の性質上、若い方だとがんが発見しづらいことがあります。

エコー検査

超音波を発生する器械をあてて、反射の様子を画像で確認します。セルフチェックでは見つけられない小さなしこりなどが見つかります。



若い方や妊娠中の方に適しています。

Self-check

乳がんのセルフチェック

月に1度定期的に行います。月経が終了した後、乳房が最も安静な1週間以内に行うのが理想です。

鏡の前でチェック



両手を下ろした楽な姿勢で 次のような異常がないか確認

- 乳房の変形や左右差がないか
- ひきつれ、ただれがないか
- えくぼのようなへこみがないか
- 乳頭をつまんでみて、出血や異常な分泌物がないか

入浴中にチェック



石鹸を手につけて

- ① 3、4本の指をそろえ、指の腹でしこりがないかを調べる
- ② わきの下から乳頭に向かって渦巻きを描くように触りしこりがないか調べる

横に寝てチェック



背中にならしたタオルをしいて

- ① 3、4本の指をそろえ、指の腹でしこりがないかを調べる
- ② わきの下から乳頭に向かって渦巻きを描くように触り、しこりがないか調べる