



健康みちしるべ

金屋庁舎
清水行政局

健康推進課
住民福祉室

52・2111

乳がん検診を受けましょう

乳がんとは

乳がんは肺がんや大腸がんと同様に患者数が増加傾向にあります。特に40〜50歳代に発症や死亡が増加しており、日本人女性の15人に1人くらいの割合で乳がんにかかる可能性があります。乳がんは、子育てや介護、仕事などで女性として一番忙しい時期にかりやすい病気のため家族にとっても大きな影響が考えられます。

乳がんはどんな病気？

乳房の硬いしこりや、乳頭から血液などの分泌物、痛みなどにより発見されることがあります。しこりの小さいうちに発見するなど、早期発見をすることで治る可能性が高くなります。治療としては、乳房の一部または全部をとる手術・放射線治療・抗がん剤治療で、がんの状態に応じて組み合わせています。以前に比べ治療法が進歩しているため、手術の負担の軽減や薬による治療効果も

高くなってきており、手術後の乳房再建の技術も進んでいます。一方で、乳がんが進行するとリンパ節や骨、肺、肝臓などにがん細胞が転移し、さまざまな症状を引き起こしたり命を脅かしたりすることがあります。できるだけ早期に発見し、診断後は適切な治療を行うことがとても大切です。

早期発見のために

40歳以上の方を対象とした乳がん検診（マンモグラフィというレントゲン検査と医師による触診）が推奨されています。検診を受ける年齢に達していなくてもしこりや異常を感じたら専門の医療機関を受診しましょう。また、日頃から自宅で「自己触診」を行い、自分の乳房の状態を知るようにしましょう。

有田川町の乳がん検診受診率は22.3%（平成26年度）で、対象となる人のうち5人に1人しか受診し

ていない状況です。全国の36.4%と比較しても低い状況なので一人でも多くの方に検診を受けていただきたいと思っています。

自己触診の方法

①まずは見てチェック！

入浴前など裸になった時にリラックスメして立ち、鏡で皮膚のひきつれやくぼみ、乳房の大きさや形、色などの左右差がないか見ます。手をばんざいしたり前かがみや後ろに反ったりしてみます。

②次は触ってチェック！

入浴中に石鹸をつけて手のひら全体で乳房を触ります。上下やうずまきのようにぐるぐると、乳頭から外側に向けて放射状に触ってみてしこりがないか確認します。乳頭の先をつまみ分泌物が出てこないかも確認しましょう。



乳がん検診 40歳以上の方は どう受診するの？

集団検診（事前に健康推進課までお申し込みください）
1月17日（日） きびドーム
2月7日（日） 金屋文化保健センター

医療機関（事前に各医療機関にお電話で日程を確認してください）

●有田市立病院（有田市）

0737・82・2151

●橋本胃腸肛門外科（湯浅町）

0737・62・2226

●国保野上厚生総合病院（紀美野町）

073・489・2178

●恵友病院（海南市）

073・483・1033

●海南医療センター（海南市）

073・482・4521

●健診センターキタデ（御坊市）

0738・24・3000

●玉置病院（田辺市）

0739・22・6028

一年に一回検診を受診しましょう