

# 乳がん検診について

今年度から津山市の乳がん検診は、40歳以上の方を対象に2年に一度、視触診とマンモグラフィを併用する検診に変わりました。翌年4月1日で奇数年齢になる方が対象ですが、偶数年齢の方は視触診事業を受けていただくことができます。

日本では乳がんが年々増加しています。毎年約7万人以上の方が新たに乳がんにかかっており、女性が罹患するがんの第1位になっています。乳がんになりやすい年齢をみると、30歳代後半から増加してきて、40歳代後半から50歳代前半にピークがありますが、70歳代・80歳代になっても乳がんにかかることは珍しくありません。

乳がんは自分で発見できる数少ないがんの一つであり、自己検診が大切です。月に一度は自己検診を行ってください。

乳がんの代表的な症状は、「硬い胸のしこり」です。痛みを伴わないことが一般的ですが、中には痛みを感じる方もいるようです。また、乳頭からの分泌物も大事で、特に血が混ざったような赤色や茶褐色の分泌物は要注意です。自己検診で乳房の変化を感じた人は、乳がん検診を待たずに、医療機関を受診してください。乳がん検診の対象となっていない40歳未満の人も、自己検診をしっかりと行うことが大切です。自己検診だけでは乳がんの早期発見には不十分ですから、自己検診で異常が無かった人も、乳がん検診を定期的に受ける必要があります。

マンモグラフィ検診は、しこりとして触れる前の早期乳がんを発見できる可能性があり、欧米では乳がんによる死亡者数を20~30%減少させたと報告されています。日本でも40歳以上の女性に対してマンモグラフィを含む2年に1回の検診が推奨されており、自覚症状が全くないときでも、疑わしいものがあればチェックできるので有益と



されています。しかし、閉経前でいわゆる高濃度乳腺（デンスブレスト）の人では、正常な乳腺組織の中にある乳がんを区別してみつけることが難しい場合があります。その場合、超音波検査が乳がんの発見に役立つことがあります。マンモグラフィでは乳腺も乳がんも白く描出されますので、その区別が難しいのに対して、超音波検査では、乳腺は白く、多くの乳がんは黒く描出されるため、比較的発見しやすいという利点があります。超音波検査は、放射線被曝（ひばく）もなく、欧米人に比べて乳房の小さい日本人では効率的に乳がんを見つけることができる可能性があります。特に乳腺の発達した比較的若年の女性は、積極的に超音波検査を利用することも勧められます。

なお、血のつながった近親者に乳がんにかかった方がたくさんいる場合など、遺伝的に乳がんにかかりやすいと考えられる方は、20～30歳頃からMRIを含めた検診を定期的に受けることが勧められます。まずは専門医にご相談ください。



乳がんは働き盛りのお母さんがなりやすい病気です。自分と家族の幸せを守るために、積極的に自己検診を行い、定期検診を受けるよう心がけて下さい。

津山中央病院 林 同輔

お問い合わせ先：津山市健康増進課  
TEL 0868-32-2069