

# 乳がん検診を受けましょう

## 10 月はピンクリボン月間です

ピンクリボン運動は、1980 年代にアメリカでスタートした、乳がんの啓発運動です。毎年 10 月を「ピンクリボン月間」として、乳がんに関する正しい知識の普及と、乳がん検診を通じた早期発見・早期治療を啓発するキャンペーンが世界規模で展開されます。

日本では女性が罹るがんのトップは乳がんであり、現在 12 人に 1 人が罹患していると言われています。乳がんは初期段階では自覚症状がないため、症状が出る時には進行がんになっていることが多いがんです。

一方で、早期に見つければ 10 人のうち 9 人は助かります。そのために定期的に乳がん検診を受け、早期発見・早期治療をすることが重要です。

乳がん検査には、マンモグラフィー検査と超音波検査があります。

## マンモグラフィー検査

乳房を片方ずつプラスチックの板で挟んで、上下左右から撮影します。このとき乳房の厚みを極力薄くなるよう圧迫しますので、痛みを伴うことがあります。

腫瘍の有無や大きさ、形、濃度、また、石灰化の有無や形態、分布を調べます。

検査時間は、約 15 分です。

当クリニックでは、トモシンセシス（3D）という最新機能を搭載し、撮影角度を変えて複数の方向から撮影します。

### 検査をおすすめしたい方

- 40 歳以上の方
- 出産経験や授乳経験がない方
- 初潮が早かった方
- 閉経が遅い方
- 肥満の方（特に閉経後）
- 良性の乳腺の病気になったことがある方
- 血縁者に乳がんになった人がいる方

### 検査をお受けいただけない方・お受けいただけない可能性のある方

- 妊娠中、妊娠の可能性のある方
- 授乳中、断乳後 6 ヶ月未満の方
- 豊胸術を受けられている方
- ペースメーカーやシャントをされている方



# OBP クリニックだより

## 乳腺超音波検査

ベッドに仰向けになり、乳房にゼリーを塗布します。探触子（プローブ）を乳房に滑らせて観察を行い、乳腺の性状や腫瘍の有無を調べます。

腫瘍が検出された場合は、大きさや形、血流、硬さなどの観察が可能ですが、良性や悪性の細胞成分の判定には精密検査が必要です。

検査時間は約 10 分です。

### 乳房超音波検査のメリット

- 放射線を浴びることもなく、痛みもほとんど伴いません。
- 妊娠中や妊娠が疑われる方、授乳期間中の方や断乳後 6 ヶ月未満の方など、マンモグラフィー検査が受けられない方でも受けていただけます。
- 腫瘍を形成するタイプの乳がんにも有効で小さいものも見つけることが可能です。  
(腫瘍(しこり)として触れない非腫瘍性病変と呼ばれるタイプの病変や、微細な石灰化病変ではマンモグラフィーの方が検出に優れています)



当クリニックではどちらの検査も女性技師が検査を行っています。

上記検査に関するご予約・お問い合わせ先

OBP クリニック・健診受付 06-6941-8687

## 乳房セルフチェック

セルフチェックを行う時期は月経後か、閉経された方は月に一度、日にちを決めて行いましょう。

**Check1 見て「くぼみ・ふくらみ」、「ただれ・変色」、「ひきつれ」はありませんか？**

- 鏡の前に立ち頭の後ろで手を組み、色や形を見てください。

**Check2 さわって「しこり」はありませんか？**

- 乳房や脇の下を4本の指で「の」の字を描くように指先で軽くなでるように「しこり」の有無を調べてください。

**Check3 つまんで「血が混じったような分泌物」は出ませんか？**

- 指で乳頭の根元を軽くつまんで、分泌物が出ないか調べてください。

**Check4 横になって「しこり」はありませんか？**

- 仰向けに寝て、背中の下に低めの枕か畳んだタオルを入れて、乳房をさわって、しこりを調べてください。

(出典「認定 NPO 法人 J.POSH mamma check」)