

10月は乳がん月間です

関すこやか生活課 ☎・📠(581)0201 📠(581)1628

乳がんは、乳房内の乳腺にできるがんです。令和元年の女性のがん罹患率の第1位で、特に40～60歳代の女性が多いといわれています。しかし、早期に発見し治療を開始することで、乳がんの診断時からの5年生存率は上昇します。早期発見には、定期的に乳がん検診を受けることが重要です。

また、早期では自覚症状がほとんどありませんが、進行すると乳腺のしこりや乳頭から血性の液が出ることがあります。このような症状がある時は、速やかに医療機関を受診しましょう。

乳がん検診

市では、乳がん検診を実施しています。実施医療機関など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

時 令和3年3月31日(水)まで

内 マンモグラフィ検査(視触診はありません)

対 40歳以上で昨年度乳がん検診を受診していない人

(乳がんの治療後10年以内の人、乳腺の疾患で治療中・経過観察中の人などは受診不可)

料 40歳代(2方向)：2,000円、50歳代(1方向)：1,200円

※昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれの人はクーポン使用で無料



自己触診(セルフチェック)

定期的に検診を受診するほかに、自己触診を習慣づけることも乳がんの早期発見に重要です。

セルフチェックは月に一度、月経終了の7日前後に、閉経後の女性は誕生日と同じ日など、覚えやすい日に毎月行いましょう。

毎日チェックするうちに、自分の乳房の日ごろの状態がよく分かり、変化を早く見つけられるようになります。少しでも異常を感じたら、すぐに専門医の診察を受けましょう。

チェック1 みる

鏡の前で両腕をあげ、脇の下から乳房にかけて観察します。

くぼみやひきつれがないか、ただれや変色はありませんか。

チェック2 さわる

ボディソープなどで滑りをよくし、脇の下から乳首までまんべんなくさわります。

硬いしこりはありますか。

チェック3 つまむ

指で乳頭の根本を軽くつまみます。

血が混じったような液が出ていませんか。

10月はがん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です

肺がん、胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がんはがん検診によってがんを早期に発見することで、死亡率が下がることが科学的に証明されています。

がんの早期発見に大切なのは、何も症状のないうちに定期的に検査を受けることです。

市では肺がん、胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん検診を実施しています。詳しくは、市ホームページ(QRコードを上記に掲載しています)またはすこやかセンターだよりをご覧ください。すこやか生活課へお問い合わせください。

がん検診を受けた結果、異常なしと診断された場合も、次回のがん検診を受けましょう。また、要精密検査と診断された場合は、病院で必ず精密検査を受けてください。