

乳がん

ピンクリボン



乳がんの基礎知識

乳がんで亡くなる人は
年々増えています。

乳がんが増加している原因は・・・
食生活の変化で脂肪分の多い食事が増えている事や、
社会生活の変化で未婚や高齢出産の女性が増えている
事などが関係していると言われています。

乳がんにかかりやすい
年齢とは

30歳を過ぎたころから、急激にリスクは増えていき、
40歳から60歳代前半が最もかかりやすい年代です。

乳がんは一般的に次の様な方がなりやすいと言われて
います。

- 初産の年齢が30歳以上の方
- 出産経験のない方
- 初潮年齢が早かった方(11歳以下)
- 閉経年齢が遅かった方(55歳以上)
- 家族に乳がん患者がいる方
- 長期間、ホルモン補充治療を受けている方
- 乳腺の良性疾患にかかったことがある方
- 肥満の認められる方

・・・など

宣言
明るい笑顔
すぐ返事
伝える元気



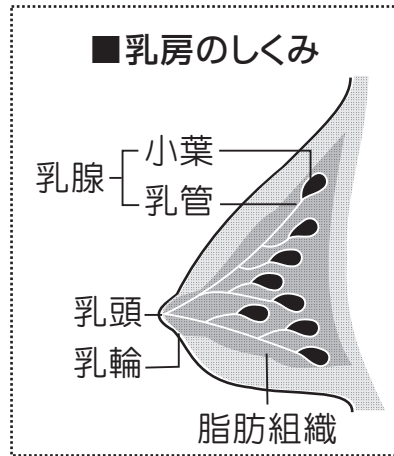
かちどき薬品 ホームページ
げんき君 健康に関する情報がいっぱい
<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ

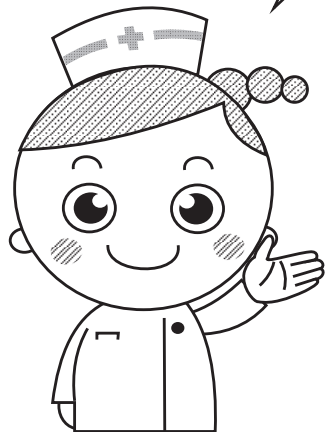
乳がんってどんな病気?

乳がんは乳腺にできる悪性腫瘍です

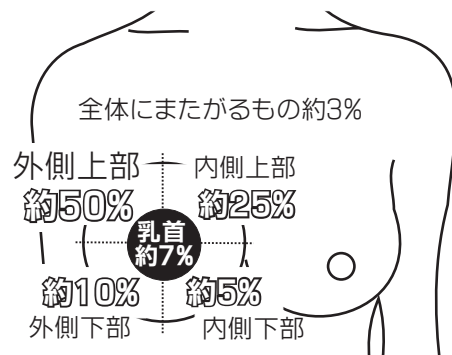
乳腺は小葉と乳管からなっています。
 乳腺は乳頭から木の枝のように放射状に広がり、その先に小葉と呼ばれる母乳を作るところがあります。
 母乳を乳頭まで運ぶのが乳管です。
 乳がんの多くは、この小葉を構成する細胞から発生します。



発見が遅れると、がん細胞は増殖して乳腺の外にまで広がり、リンパや血液の流れによって、肺や肝臓、骨など乳房から離れた臓器にまで及びます。



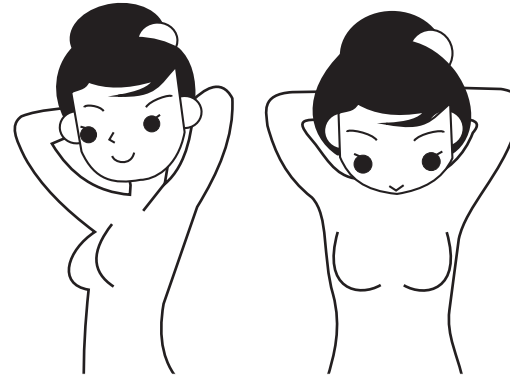
■乳がんのできやすいところ



乳がんセルフチェック

セルフチェックに最適な日は、生理が終わってから3~4日後です。

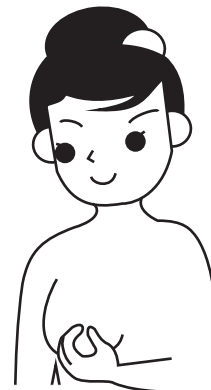
✓鏡の前でチェック



両腕を上げて正面、側面、斜めを鏡に映し、よく見ます。

- 1.乳房のどこかに、くぼみやひきつれたところはないか。
- 2.乳首がへこんだり、^{しっしん}湿疹のような、ただれができていないか。

✓乳首をチェック



分泌物は出ませんか?

左右の乳首を軽くつまみ、血液のような異常な液が出ないかを調べます。

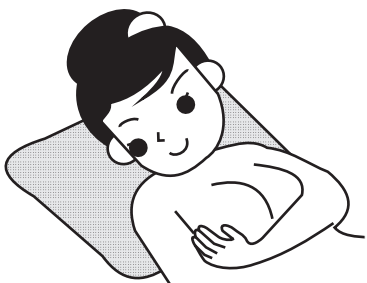
乳がんセルフチェック

✓ あおむけに寝てチェック

しこりや硬い部分はありませんか？



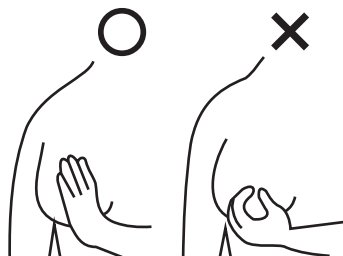
右の乳房の内側半分を調べるには右腕を頭の後方に上げ、左手の指の腹で、軽く圧迫してまんべんなく触れてみます。



外側半分を調べるには、右腕を自然な位置に下げ、左手の指の腹で同じように、まんべんなく触れてみます。
最後にわきの下に手を入れて、しこりがないか触れてみます。
左の乳房も同様に調べます。

注意!!

乳房を指先でつまむようにして調べると、異常がなくてもしこりのように感じます。
必ず指の腹で触って下さい。



乳がん検診とは

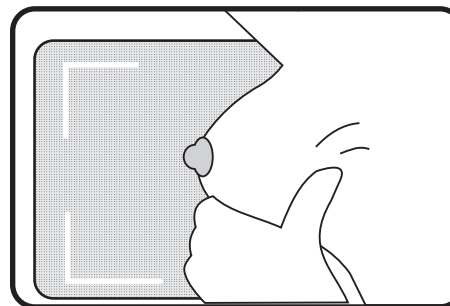
乳がんは早期発見・早期治療で治せます

マンモグラフィや超音波検査は、触診ではわからない小さながんを発見できます。
より小さな早期のがんを発見するためにも、30歳になったら乳がん検診に対する認識をもち、40歳からは自治体検診なども上手に利用して、少なくとも1~2年に1回はマンモグラフィと超音波検査の両方を受けることが重要です。

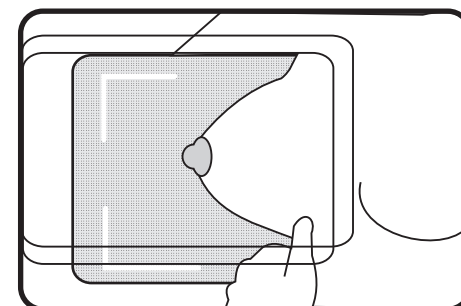
マンモグラフィ

乳房のX線検査を「マンモグラフィ」と言います。
乳がんをはじめ乳房にできる良性疾患等も見つける事ができ、しこりとして触れないごく早期の乳がん(石灰化)も発見できます。

左右方向から



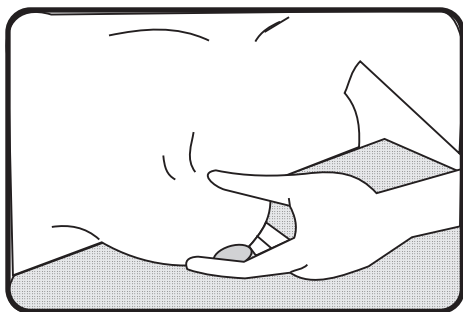
装置に対して平行に立つ
乳房をひき出しあげ、板面につける



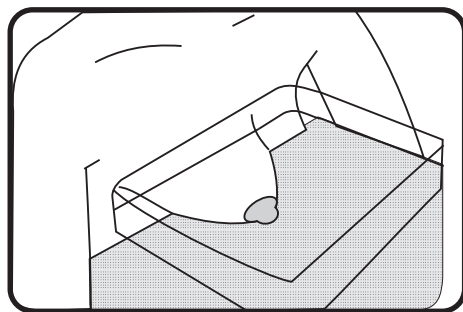
圧迫板ではさむ

乳がん検診とは

上下方向から



板面に胸骨部を密着させる
乳房をひき出す



圧迫板ではさむ

撮影用の装置で乳房を挟みながら圧迫し、左右方向から1枚、上下方向から1枚を撮影します。

超音波検査(エコー)

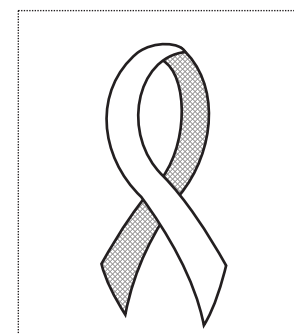
超音波(人間には聞こえない音)を体に向かって当てて、臓器からの音の反射を画像にして観察する検査です。手に触れない数ミリのしこりを見つけだすことができます。

妊娠中、赤ちゃんの様子を診る時と同じ装置で、専用のゼリーを塗り、乳腺の様子をみます。痛みは全くありません。



ピンクリボン活動とは

ピンクリボン活動は、1980年代にアメリカで始まりました。乳がんで亡くなった患者さんの家族たちが「このような悲劇が繰り返されないように」と願いを込めてピンクのリボンを作ったのが最初とされています。



ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるシンボルマークとして、現在では世界中で広く使われています。

ここ数年、日本でもピンクリボン活動が盛んになり、市民団体・専門家・企業・患者さんの会などが乳がんの早期発見の大切さと、乳がんの正しい知識を知ってもらうために様々な活動を行っています。

ピンク色にライトアップされた東京タワーやレインボーブリッジなどが人々の注目を集めています。

