

# 乳がん検診の結果が「要精密検査」の場合は、必ず精密検査を受けましょう！

がんは、日本人の死因第1位で、年間37万人以上のかたが亡くなられています。  
乳がんは、女性がかかりやすいがん第1位で、約10人に1人がかかると言われています。

## 乳がん検診（長崎市のがん検診で皆さんが受けた検査）

乳がんの発生に深い関わりがあると言われる「エストロゲン」、卵巣で作られるホルモンですが、閉経後は脂肪細胞でも作られるため、肥満などにも注意が必要です。

また、月1回の自己検診（下記参照）をおすすめしています。



＜マンモグラフィ または 乳房超音波検査＞

### 要精密検査

マンモグラフィの追加撮影  
組織診・細胞診など

※精密検査は、保険診療となります。

### ※マンモグラフィとは？

乳房専用のX線検査で、プレートで乳房を圧迫して撮影します。痛みを感じる場合があります。

### ※超音波検査（エコー）とは？

ベッドに横になり、超音波をあてて病変の形や状態などを調べます。妊娠中でも検査できます。

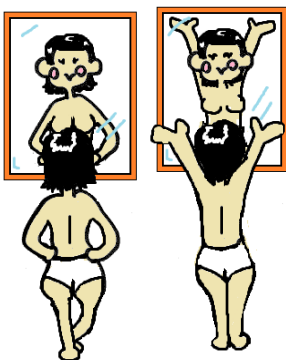
### ※組織診（針生検）、細胞診とは？

組織診は、局所麻酔をして組織の一部を採取し、顕微鏡で観察します。確定診断で用いられます。

細胞診は、組織診より細い針で細胞を採取するため、体への負担は少ない検査です。推定診断として用いられることが多いようです。

＜乳がん自己検診法＞※生理後4～5日がおすすめです。閉経後の方は、日にちを決めましょう。

#### ① 鏡の前で見てチェック

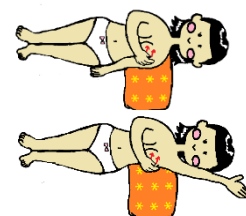


#### ② 触ってチェック（その1）



石鹸をつけて指4本をそろえて、指の腹をすべらせながら脇の下から中心へ「うずまき」を描くようにまんべんなく触る。

#### ③ 触ってチェック（その2）



腕をさげて

腕をあげて

仰向けに寝て、背中にタオルをあてて乳房が平らに広がる状態にする。乳房の中心から外側へ触る。

#### チェックポイント

- ・左右差がないか
- ・くぼみやただれはないか
- ・皮膚のひきつれはないか

- ・しこりがないか
- ・リンパ節が腫れていないか
- ・乳首から分泌物が出ていないか

大切な命を守るために、忙しさを理由にせず、必ず精密検査を受けましょう。