

10月はピンクリボン月間です

毎年10月は、乳がんの啓発や検診の推進などが実施される「ピンクリボン月間」です。是非、この機会に乳がんについて考えてみませんか。

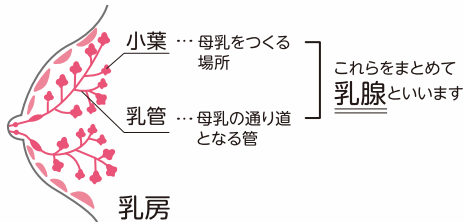
乳がん Q&A

疑問にお答えします

Q1 乳がんとは？

乳がんは乳房にできる悪性の腫瘍です。多くの場合、母乳を乳頭まで運ぶ乳管から発生します。

初期段階でのがん細胞は、乳管の中にとどまっていますが徐々に乳腺の外やさらに離れた臓器に広がっていきます。しかし、早期であれば90%以上が治癒します。だからこそ、早期発見がとて大切で。

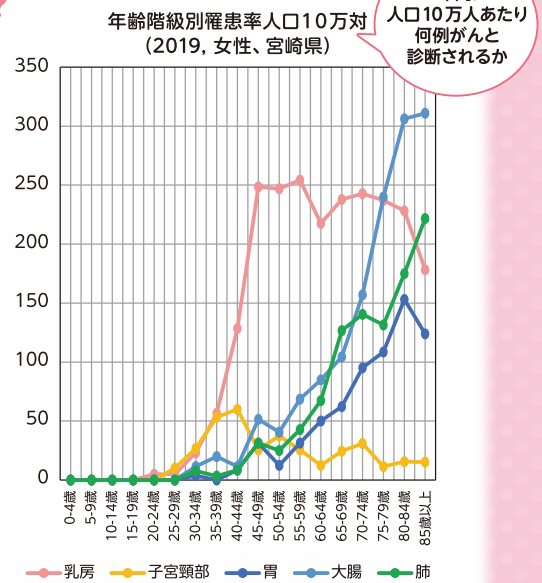


Q2 どんな人がかかりやすい？

誰でも乳がんにかかるリスクはあります。宮崎県女性の場合、乳がんにかかる方は30歳代から急増し、40歳から70歳前半までのがん罹患率トップです。

また、次のような方は、乳がんにかかるリスクが高いと考えられています。

- 初潮年齢が早い、閉経が遅い
- 初産年齢が高い、出産歴がない、授乳歴がない
- 血縁者（特に母・娘等）に乳がんになった人がいる
- 飲酒、閉経後の肥満、喫煙、運動不足といった生活習慣



Q3 乳がん検診とは？

国の指針で、「40歳以上の女性は、2年に1回マンモグラフィ検査による検診」が適切であると定められています。

年齢だけでなく乳腺タイプなどの個人差もあるので、専門医と相談して超音波検査と併用してみるのもよいでしょう。早期発見・早期治療で5年後の生存率は99.3%にもなります。

マンモグラフィ検査

乳房専用のX線撮影装置を使用し、しこりの影や石灰化を写します。



超音波検査

超音波をあてて内部からの反射波（エコー）を画面に映し出します。痛みはなく、乳腺濃度の高い方、妊娠中の方にも適している検査方法です。



Q4 乳がん検診の費用は？

市町村が行う住民検診を活用すれば、費用は無料から2千円程度の自己負担で済みます。

また、勤めている職場等で受診できることもあります。お住いの市町村やお勤め先にお問い合わせください。

市町村の検診情報はこちら



ブレスト・アウェアネス

～乳房を意識する生活習慣を～

毎月19日はピンクの日です。ブレストチェックをはじめとした「ブレスト・アウェアネス」(乳房を意識する生活習慣)を推奨しています。

- ① 自分の乳房の状態を知る
- ② 乳房の変化に気をつける
- ③ 変化に気づいたらすぐ医師に相談する
- ④ 40歳になったら2年に1回乳がん検診を受ける

ピンクリボン活動みやざき実行委員会

ピンクリボン活動みやざき実行委員会では、乳がんの早期発見、早期治療の普及・啓発に取り組んでいます。今年も賛同団体をはじめ、多くの機関にノベルティグッズ(啓発資材)を配布する予定です。

また、乳がん患者を対象に「ウィッグ」や「人工乳房」などのピアランスケア(外見ケア)にかかる費用を補助する事業も行っています。

これらの活動は、多くの機関や個人の皆様からお寄せいただく支援により事業継続しております。金額の多寡に関わらず寄付・募金を受け入れております。ご協力をお願い致します。



(出典)

国立がん研究センターがん情報サービス

●「がん統計」(全国がん罹患データ)

●乳がん 予防・検診

全国がん罹患モニタリング集計 2009-2011 年生存率報告 (国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター, 2020)