

正しく知ろう、乳がん！ 受けよう、乳がん検診！



「乳がん」ってどんな病気なの？

近年、乳がんにかかる女性が増加しています。また、乳がんの特徴として、若い世代から罹る人が増加する傾向があります。でも、乳がんは、早期発見・早期治療で治る可能性の高いがんです。そのため、定期的な乳がん検診とセルフチェックが重要です。

乳がんの統計データ(女性)		☆ Check Point ☆
乳がんにかかった人 (2023年)	・全国で102,592人 ・女性のがんの1位	・日本人女性の約9人に1人が罹る！
乳がんで死亡した人 (2024年)	・全国で15,869人 ・女性のがんの4位	・罹る人数は1位だが、亡くなる人数は4位。早期発見・早期治療で治る可能性が高い！
乳がんにかかると年齢	・30歳代から増加し 40歳代後半から 70歳代前半までが ピーク	・仕事や子育てに忙しい世代から罹る人が増加！

出典：国立がん研究センターがん情報サービス

【乳がんの基礎知識】

◆ どこにできるの？

乳がんは「乳腺」から発生します。「乳腺」は「乳頭(乳首)」を中心に放射線状に広がっており、「乳管」という管(くだ)と、その先にある袋状の「小葉」からなっています。

乳がんの多くは、この「乳管」と「小葉」から発生します。

そのため、乳頭から乳房全体(外側上部はわきの下も含む。)どこにでも発生します。

◆ 自覚症状はあるの？

乳がんには、「乳房のしこり」「乳房のえくぼなど皮膚の変化」「乳房近傍のリンパ節の腫れ」「乳首からの分泌物や出血」など、多様な症状がありますが、初期は、自覚症状がほとんどありません。

◆ なぜ、増えているの？

乳がんは、女性ホルモンの「エストロゲン」の分泌期間と量が増えるほど、発生のリスクが高まるといわれています。日本人女性の食生活やライフスタイルの変化が、「エストロゲン」の分泌期間や量に影響を及ぼしているため、乳がんが増加していると考えられています。

☆ Check Point ☆

- ・30代後半から乳がんが急増しています。人ごとだと思わないで！
- ・乳房を意識する生活習慣「プレスト・アウェアネス」を心がけましょう！
→自分の乳房の状態を知る・乳房の変化に気をつける・変化に気づいたらすぐに医師に相談・定期的(40歳になったら2年に1回)に乳がん検診を受ける



「乳がん検診」ってどんな検診なの？

【乳がん検診】

◆ 対象者：40歳以上

◆ 受診間隔：2年に1回

◆ 検査項目

- ・問診：初経年齢や妊娠・出産の経験、生理の状況などをたずねます。
- ・画像検査(マンモグラフィ)：乳房をプラスチックの板で挟んで、片方ずつX線撮影します。

☆ Check Point ☆

- ・自己触診でしこりがなくても、早期の乳がんは、画像検査でないと発見できないので、検診を受けましょう！
- ・妊娠中・授乳中など、マンモグラフィが受けられない場合があります。詳しくは検診機関にお尋ねください。



検査結果はどう読めばいいの？

検診の結果は主に以下のように通知されます。結果によって、適切な対応をとりましょう。

検診結果	結果の内容と対応
異常なし	<ul style="list-style-type: none"> ・今回の検診では、異常が認められませんでした。 ・自覚症状がなくても2年に1回は乳がん検診を受診しましょう。 ・自覚症状がある場合は、すぐに医療機関を受診しましょう。
要精検	<ul style="list-style-type: none"> ・精密検査の必要があります。 ・確定診断のため、検診結果通知書と健康保険証を持参し、医療機関で精密検査を受けてください。

☆ Check Point ☆

- ・「要精検」であっても、必ず「がん」であるわけではなく、多くの方が良性と判断されます。むやみに怖がらず、精密検査を受診しましょう！
- ・精密検査では、疑わしい部分に針を刺し、細胞を採取して顕微鏡で調べたり（細胞診）、組織を採取して顕微鏡で調べます（生検）。



精密検査の結果、がんが見つかったらどうすればいいの？

乳がんは早期に発見し、治療すれば、9割以上が治癒すると言われていています。また、早期であれば、乳房を温存する手術を検討できる可能性が高まります。

乳がんと診断されたら、速やかに治療を受ける必要があります。乳がんの治療は、進行度により、手術、放射線療法、薬物療法（ホルモン療法、化学療法（抗がん剤治療））を組み合わせで行います。治療を受ける際には、どんな治療があり、治療後は身体にどのような影響があるのか、どれくらい入院するのか等、よく確認するとともに、仕事や生活のうえで大切にしたいことなど、自分の意向を主治医に伝えましょう。



～「遺伝性乳がん」について～

生まれつきの遺伝子（原因遺伝子）異常によって、高頻度に乳がんが発生する病気「遺伝性乳がん」は、乳がん全体の5%程度といわれています。遺伝性乳がんでは、BRCA1、BRCA2の2つが原因遺伝子とされ、遺伝子異常が見つかった場合、最大で87%の確率で乳がんが発生すると言われていています。母親や姉妹、おばなどが若くして乳がんにかかった方（家族歴のある方）などは、遺伝カウンセリングを受けるという選択があります。遺伝カウンセリングでは、遺伝子検査のメリット、デメリットについて、十分に説明を受け、検査後の対応や影響について話し合ったうえで、検査を受けるかどうかを自分の意思で決定します。（※カウンセリング、検査ともに全額自己負担です。）また、家族歴のある方は、乳がん検診による経過観察も重要です。専門医に御相談ください。

作成：愛知県保健医療局健康医務部健康対策課

配布機関名