

『行動が早期発見につながる～乳がん』

10月は乳がん月間です。乳がんは9人に1人の女性が生涯にかかると推計されています。家族やパートナーがかかるかもしれないと考えれば男性にとっても無関係な病気ではありません。



■乳がんとは？

乳腺にできるがんで、がんが進行するとリンパ節・骨・肺などに転移します。**がんを早期に発見し、適切な治療を行うことで、90%以上が治る**といわれています。

■およそ90,000人

2018年度に乳がんの診断を受けた女性は93,858名、**女性に一番多い**がんです。そしてがんで亡くなった女性のうち、乳がんは5番目に多いものでした。

乳がんは、子育てや介護、仕事などで忙しい**30歳代後半以降**から発症が増加します。

■早期発見のためにできること

●セルフチェック

身体の表面に近いところにあるがんのため、皮膚の変化や触った時の違和感などから、自分で気がつく方がいます。セルフチェックでは乳房全体からわきの下にかけて、**ひきつれやくぼみ、ただれ、しこり、乳頭からの血液などの分泌物**がないかをチェックします。

●40歳以上の女性は、2年に1回、乳がん検診

乳がんのリスクが上がる**40歳からは、2年に1回、乳房エックス線検査（マンモグラフィー）**を定期的に行いましょう。多くの市区町村では、検査費用を公費で負担しており、一部の自己負担で検診を受けることができます。**お住まいの地域のがん検診担当窓口**にご確認ください。

当国保組合でも、乳がん検診の費用は【人間ドック等補助金】を利用することで補助を受けることができます。[詳しい情報は、こちらからご確認ください。](#)

■症状がある場合、検査で異常があった場合は専門医療機関へ受診

セルフチェックや日常の生活で気になることがあった方、検査で【異常があり】/【要精密検査】の結果を受けた方は、**必ず早期に乳腺外来のある医療機関を受診**してください。

女性の部位別がんの罹患率

人口10万人当たり、何人ぐらいの人が診断されたのかを示すグラフです。

