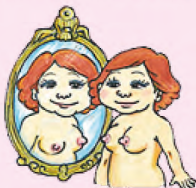


～セルフチェック～

月に一度、自己触診を行う習慣をつけましょう。
月経おわりの乳房が柔らかい時期がおすすめです。



- ① 鏡の前で乳輪の変化・湿疹・
皮膚の変色・乳房の大きさに
差がないかチェックする



- ② 両腕を上げ、乳房にひきつれや
くぼみがないかチェックする



- ③ 仰向けになり触る乳房側の腕を上げ、
反対の手で乳房を触る



- ④ 4本の指の腹で、10円玉大の
「の」の字を書くようにしこりが
ないかチェックする
脇の下～乳首まで乳房全体を
しっかりと確認する



- ⑤ 指の腹で外側～乳首へと
さするようにして、乳房全体を
しっかりとチェックする
その際、脇の下も確認する



- ⑥ ^{まっしょう}最後に乳頭抹消から乳頭方向に
向けて押し、血液の混じった分泌
物がないかチェックする

入浴時に石鹸を付けて
セルフチェックするとよいでしょう

乳がん検診 予約案内

【料金】

| | |
|-----------------|---------|
| マンモグラフィ検査 | ¥ 7,700 |
| 乳腺超音波検査 | ¥ 5,500 |
| マンモグラフィ+乳腺超音波検査 | ¥ 9,900 |

料金は全て税込です。

調布市の乳がん検診(マンモグラフィ検査)の
ご予約も承っております。

乳がん検診 受付時間のご案内

| | | |
|----------------------|----|---------------------------|
| 月～土 曜日 (祝日を除く) | 午前 | 9:00 ~ 10:30 |
| | 午後 | 13:45 ~ 15:30 (水曜日を除く) |

(調布市の乳がん検診は午後のみ)

※ 乳がん検診は乳腺の専門医が行っております。
検査結果に異常があった際は、その専門医から結果説明を受けて
いただき、必要であれば、他院への紹介状をお渡しいたします。
(紹介状料 ¥ 3,300 (税込))

※ 他院にて検診後に精密検査をご希望の方は、恐れ入りますが、
乳腺外来のある医療機関へお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせ



医療法人社団 東山会

調布東山病院 ドック・健診センター
Chofu Touzan Hospital Medical Center

Tel. 042-481-5515 (直通)

9:00 ~ 16:30 (日曜日・祝日を除く)



Pink Ribbon

～あなたの未来を守るため～

マンモグラフィ検査と乳腺超音波検査 どちらを受けたらいいの？

マンモグラフィ・乳腺超音波検査は、触ってもわからない小さな症状(石灰化やしこり)を画像として写し出す検査です。

マンモグラフィは石灰化の発見に強く、40歳以上の方により有効な検査です。40歳より若い方、もしくは乳腺が発達している方は乳腺超音波検査が有効です。

どちらも長所・短所があり、お互いの検査を補完し合う関係なので両方受けることが好ましいのですが、1年ごとに交互に行うこともおすすめです。

マンモグラフィ検査は どのくらい被ばくする？

マンモグラフィ検査時の放射線被ばく線量は、日本とニューヨークを往復する航空機内で浴びる放射線量とほぼ同じで、身体への影響はありません。しかし、わずかに被ばくはするので、妊娠中・妊娠の可能性のある方はお断りしております。乳腺超音波検査をお受けください。

マンモグラフィ検査の注意事項

月経前は乳房が固く張っていることが多く、圧迫時に痛みをより強く感じやすいので、月経終了後の乳房がやわらかい時期にお受けいただくことをおすすめいたします。

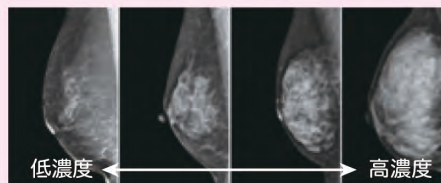
また検査時に、脇やデコルテ部分に制汗スプレーやパウダーなどがついてると石灰化と間違われる可能性があるため、お控えください。

また豊胸手術をした方、ペースメーカー類を装着している方、妊娠中・妊娠の可能性のある方、胸の周囲に医療用のチューブを入れる手術をした方はマンモグラフィ検査ができませんので、乳腺超音波検査もしくは専門の医療機関にて受診してください。

高濃度乳腺とは？

乳房は主に脂肪と乳腺で構成されています。乳房の大きさに個人差があるように乳腺の濃さも個人差が大きく、同じ年齢でも乳腺濃度が異なります。マンモグラフィでは乳腺は白く写りますが、乳がんを含むしこりの多くも白く写ります。つまり、乳腺が多い方の画像は乳房全体が白っぽく写っている中から、さらに白い病変を探し出すことになります。そのため乳腺が少ない乳房に比べ、病変が乳腺の影の中に隠れやすくなってしまいますのです。

高濃度乳腺の方は乳腺超音波検査も併用し、いろいろな見方から病変を探していくという方法がおすすめです。



乳腺超音波検査の有効性

乳腺超音波検査(エコー検査)は、放射線を使用していないので放射線被ばくはありません。妊娠中の方でも安心して検査を受けることができます。しかし妊娠中の乳腺は腫れたような状態なので、正確な診断ができない場合もあります。今まで乳がん検診における有効性が示されていたのはマンモグラフィ検査でしたが、近年乳腺超音波検査の有効性を検証する大規模な比較試験が厚生労働省により行われました。

これによると、マンモグラフィ検査に超音波検査を組み合わせることで、早期の乳がん発見率が1.5倍になるとの結果が得られました。(中間報告より)

乳がんは女性だけの病気？

男性にも乳腺があるので、乳がんになることがあります。

頻度は女性の乳がんの1%ほどです。男性は乳がんにはならないと思っている方が多く、乳がんが発症していることに気づきにくいので、乳がん治療で最も大切な「早期発見」が難しく、進行した状態で発見されることが多いです。男性は乳がん検査の経験がない方がほとんどだと思いますが、セルフチェック(自己触診)も立派な乳がん検診の一つです。乳がんは女性だけの病気ととられず、セルフチェックを行ってください。また、女性も男性にセルフチェックをすすめるとういでしょう。

乳がん検診の意義

現在、日本では9人に1人が乳がんになると言われています。

がんの統計では女性が罹るがんの第1位が乳がんです。しかし、乳がんは早期発見しやすく、また早期治療することで生存率が高くなります。

乳がん検診は女性の未来を守るために、乳がんの早期発見を目指します。



裏面の
「セルフチェック」を
ご覧ください。