

## 乳がんについて

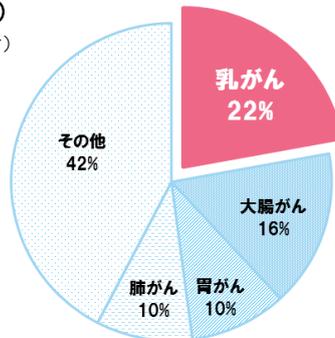
40歳から2年に1回、乳がん検診受けましょう。

### 【かかる女性は最も多いが、早期発見・治療で5年生存率は99%】

最も多くの女性が罹患するがん種は乳がんです。年間1万4000人以上の女性が乳がんで命を落としています。一方で、乳がんは早期発見・早期治療でおおよそ99%の人が治るとされています。

#### 女性のがん罹患率割合(女性)

出典:2016年全国がん登録(厚生労働省)



#### 【発見時の進行度に応じた5年生存率】

ステージⅠ期  
99.9%

ステージⅣ期  
33.0%

「ステージ」とはがんの進行度を表し、Ⅰ期(初期)からⅣ期(末期)に分類されています。

出典:国立がん研究センターがん情報サービス(2016年2月集計)

### 【乳がんになりやすい人”は要注意】

以下の要因は、乳がんが発生する危険性を高めることが明らかになっています。

- ・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
- ・閉経後の肥満
- ・血縁者(特に母・姉妹・娘)に乳がんになった人がいる

出典:国立がん研究センターがん情報サービス

これらに当てはまる人は乳がんになりやすい<sup>※</sup>とされていますが、当てはまらない人でも乳がんになる可能性はあります。定期的な検診受診とセルフチェックが重要です。

※ 当てはまる人が必ず乳がんになるわけではありません。

### 【乳がんの“セルフチェック”をしていますか？】

乳がんは自己チェックで異変を見つけ、疑うことができるがんです。乳房の異変に気づくためには、日ごろから乳房の状態を把握しておくことが大切です。がん検診に加えて、月1回の自己チェック(自己触診)を習慣にしましょう。

- ① 鏡に映して、乳房にひきつれ、くぼみ、ただれがないかを目でチェック。
- ② 乳房全体をゆっくり触り、しこりがないかをチェック。乳がんがしやすい乳房の外側上部は特に注意し、脇の下も忘れずに。
- ③ 乳首を軽くつまんで、異常な分泌物がないかを触ってチェック。



※自己触診は月経前の1週間は避け、閉経後など月経のない方は、日にちを決めて行いましょう。