

乳房視・触診

視診とは、乳房の変形・左右差の有無、また乳頭部のただれや異常分泌（特に血性は心配です）がないかを医師の目で見て判断することです。触診は乳房を実際に触ってみて、しこり（腫瘤）がないかを判断することですが、しこりを形成しない「がん」や、1cm以下の小さなしこりは触れにくいいため異常なしとされてしまいます。

乳房X線（マンモグラフィ）

マンモグラフィとは専用のレントゲン装置による乳房X線写真のことです。触診ではわからないような、しこりを形成しない「早期乳がん」（石炭化病巣など）を高率で検出できます。もちろんしこりの検出にも威力を発揮しますが、乳腺組織が豊富な若い方には正確な判定が困難な場合があります。

カテゴリ 1：異常なし

カテゴリ 2：良性の所見あり

カテゴリ 3：良性、しかし悪性を否定できず

カテゴリ 4：悪性の疑い

カテゴリ 5：悪性

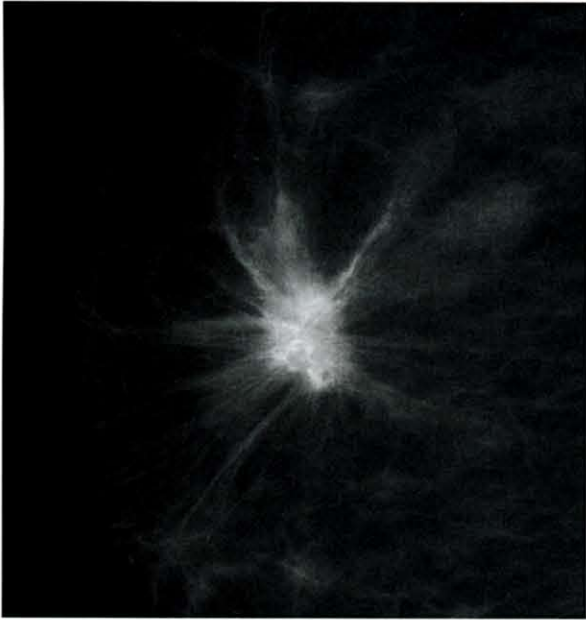
カテゴリ 1、2については、視・触診で異常がある場合と症状のある場合を除いて、2次検査は不要です。カテゴリ 3、4、5については、乳房超音波などの2次検査が必要です。

乳房超音波

乳房超音波は病変の存在部位や大きさ、拡がりをも正確かつ三次元的に描出することが可能な検査です。特に腫瘤性病変（しこり）には威力を発揮します。確定診断のためには組織診または細胞診検査が必要です。

我が国において、乳がんの罹患率が高い40才代を対象に、「超音波乳がん検診」の有効性を確認する試験が現在進行中です。

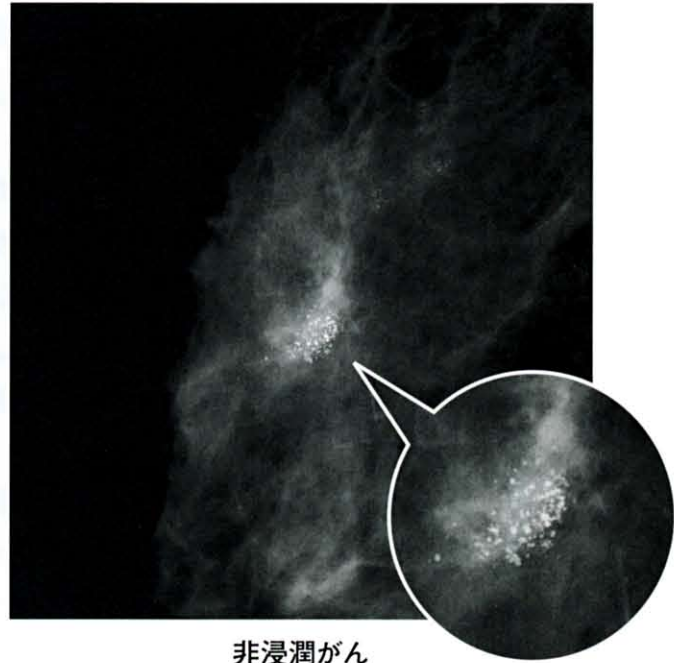
マンモグラフィ



浸潤がん

スピキュラ(棘)を伴う辺縁不整な腫瘍(しこり)を形成

カテゴリー5



非浸潤がん

腫瘍はつくらず、石灰化のみを認める

カテゴリー4

乳房超音波



浸潤がん

辺縁不整、内部不均一の腫瘍を形成



良性腫瘍(のう胞)

辺縁明瞭、内部が黒くぬけた腫瘍を形成

乳がんの心配、ありませんか？

次のような方は乳がんにかかる危険度が高いとされています

- ①血縁者に乳がん患者のいる方
- ②(対側の)乳がんにかかったことのある方
- ③高齢出産をした方
- ④お産を経験していない方
- ⑤肥満傾向の方

乳がんの年齢調整別罹患数は、1990代後半から、女性の悪性新生物で胃がんを抜いて第1位になっています。さらに2000年以後は著しく増加していますが、これは乳がんの増加とマンモグラフィ検診の普及によると考えられています。

マンモグラフィ検診の有効性は

マンモグラフィ検診はアメリカ、ヨーロッパでは広く一般的に行われており(受診率は70~80%)、乳がんによる死亡を減少させる効果が得られています。日本でも普及してきており、これにより多くの乳がんが早期に発見されていますが受診率がまだ低い(約20%)ため、乳がんによる死亡は減っていません。

マンモグラフィ検診を受ける方は

マンモグラフィは触ってもわからない、もしくは症状の全くない早期の乳がんを発見するのに優れていますが、20~30代の女性では乳腺組織が豊富であるため、異常所見が得られにくい場合もあります。このため、検診としては40才以上の女性に有効な検査手段とされています。

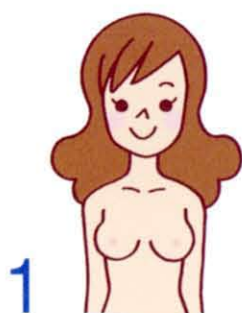
ところで、マンモグラフィだけで大丈夫？

マンモグラフィで全ての乳がんが発見されるかということ、決してそんなことはありません。若い方は乳腺組織がよく発達しており、マンモグラフィ検査だけではがんが見落とされてしまう可能性もあります。厚生労働省が主導して各自治体がすすめているマンモグラフィ検診は40才以上の方を対象としています。がんを見落としている可能性は少なからず存在します。名古屋東栄クリニックでは次ページの考え方に従って、乳がん検診の受診をお勧めしております。

乳がんの自己検診をおすすめします

30才をすぎたら、月に1回の自己検診をおすすめします。生理のある方は月経終了後1週間以内に、閉経後の方は毎月一定の日を決めて実施しましょう。

自己検診の方法



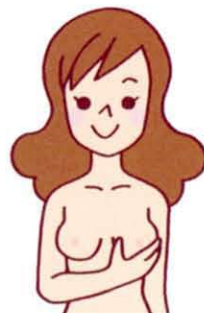
1

鏡の前に立って左右の乳房の形と輪郭をよく観察する



2

両手を挙上して、乳房に不自然な「えくぼ」がないかをよく見る



3

乳房にしこりがないかを調べる



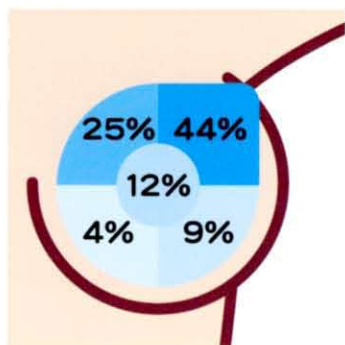
4

乳頭からの分泌物がないかを調べる



5

あおむけに寝て一方の手を頭の下におき、反対側の手(指先)で円を描くように調べる



乳がんがしやすい部位

左右の乳房とも上部外側に最もがんがやすく、続いて上部内側、中央部、下部外側、下部内側の順です

乳がん検診 (名古屋東栄クリニックの考え方)

1 受診間隔

人間ドックとしては年1回を推奨する。(マンモグラフィとエコーの併用が望ましい)

2 受診項目のフローチャート

