

健康ステップアップ

2009年9月
北星学園大学 医務室
(25号)

10月はピンクリボン月間です



★広げよう！ピンクリボン運動★

ピンクリボン運動は乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝える活動です。先日乳がんで亡くなった歌手の川村カオリさんもこの活動に参加されていました。

知ってる？乳がんのこと。

今、日本の女性が一番かかりやすい悪性腫瘍は乳がんです。

2006年は、18.5人に1人が乳がんにかかり、今後10年～15年は増加すると予想されています。

乳がんの発生は20歳過ぎからみとめられ、40歳～50歳でピークを迎えます。

「余命1ヶ月の花嫁」や「おっばいの詩」というドキュメンタリー番組や映画を知っていますか？乳がんにかかった方の闘病記ですが、この女性達が発病したのは20歳代前半、そして亡くなったのも20歳代でした。

20歳を過ぎたら乳がん年齢です

男性も無関係ではありません。あなたの家族や恋人、大切な人は大丈夫ですか？

乳がんの症状

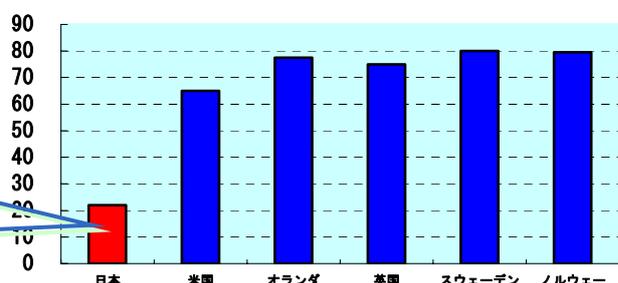
乳がんの初期は「しこり」のような自覚症状がありません。痩せてくるなどの全身症状もありません。初期段階では、他のがんに見られる疲労感や食欲不振などの症状がほとんどないという特徴があります。

検診が大切なワケ — 「怖いから受けない」ではなく、「怖いから受ける！」—

乳がんは早期に見つかり、治療するとほとんどが治るがんです。「見つかったら怖い」のではなく、「見つからずに進行するのが怖い」のです

アメリカやイギリスでは検診の受診率が高いため、乳がんの死亡率は低下しています。しかし日本は毎年死亡率が上昇しています。

乳がん検診の受診率 (%)



日本の受診率は衝撃の低さ！
お母さん、姉妹、友達を誘って
検診に行きましょう！！

乳がんにかかりやすい人がいます

- ①12歳以下で初潮があった人（乳がん発生率：約2～3倍）
- ②55歳以上で閉経した人（乳がん発生率：約2～3倍）
- ③35歳以上で初産を経験した人（乳がん発生率：約1.2倍）

これは24歳以下で初産の経験のある人のほぼ2倍の発生率です。

- ④授乳経験のない人（乳がん発生率：約2.5～3倍）
- ⑤標準体重を2割以上超えている、肥満の人
- ⑥家族に乳がんの人がいる

検診ではどんなことをするの？

乳がんの検査には、以下のようなものがあり、診断を組合わせて乳がんを診断します。

① 視触診

乳房やリンパ節を見たり触ったりして「しこり」を発見する診断方法です。お医者さんによる触診はもちろん、早期発見には**自己検診**が重要です。

② 画像診断

視触診で発見しにくい、小さな腫瘍やがん細胞を発見するのに有効な診断方法です。

・超音波検査（エコー検査）

乳房に超音波を当て、コンピューターで画像を見るものです。

・マンモグラフィー検査

乳腺・乳房専用のレントゲン撮影です。乳房を挟みながら圧迫して撮影します。

触っても判らないような早期の小さな乳がんや、しこりを作らない乳がんを見つけることができます。

超音波検査と比較して、2～3倍の乳がん発見率がある有効な検査方法ですが、若い人の場合の有効性はまだはっきりと確認されていません。

乳がんはどこで検査・治療をするの？



乳がんの疑いがある場合、検査と治療は「乳腺外科」「乳腺科」でおこないます。婦人科・一般外科・内科ではありません。もし乳がんかな？と思ったら、まずは乳腺外科または乳腺専門外来で診察を受けましょう。

医務室からのお知らせ

夏休みの疲れは残っていませんか？ 疲れた身体にインフルエンザウイルスは入り込みやすくなります。手洗いと共に十分な休養を心がけましょう。病院でインフルエンザと言われたら、外出を控え大学へ連絡してください。

連絡先：学生支援課(011-891-2731 内線 7150 又は医務室)

★インフルエンザに関する情報は
大学ホームページでチェック★

開室時間 平日 8:45～18:00
土曜 8:45～12:00

