

## 早期乳がんを画像診断併用の検診で見つける

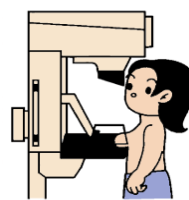
あらゆるがんの中で、乳がんは壮年期の女性で最もかかりやすいがんになりました。欧米においてはかなり以前から乳がんがトップを占めていましたが、日本においてはあまり多い病気ではありませんでした。ところがこの30年の間にじりじりと罹患率（乳がんにかかった人の割合）が上昇し、1996年には胃がんを抜いてトップに躍り出てしまいました。都道府県別にがんの死亡率を比較してみると、東京都は全国ワースト1の乳がん死亡率です。その要因は明らかではありませんが、食生活の欧米化やライフスタイルが変化していることと関係が深いことは容易に想像できます。事実、都市部が高く地方が低い傾向にあります。

この現実を受け止め、少しでも乳がんの死亡率を減らすためには、早期発見、早期治療を推進していくほかはありません。厚生労働省は2000年に、50歳以上に対する2年に1度のマンモグラフィー（X線による乳房特殊撮影）併用検診を「死亡率減少効果を示す十分な根拠がある」と導入を勧奨する指針を発表し、この勧告を受けて2004年度より超音波断層撮影（エコー）とマンモグラフィーを受診者に選択していただく、画像診断併用の乳がん検診を始めました。その結果、乳がんの発見率は飛躍的に向上し、中には触診では発見できない早期の乳がんの方も半数程度含まれるようになりました。

超音波断層撮影（エコー）は超音波を皮膚面から当ててその反射を画像化し、乳房内の病変を見つける方法で、乳腺の張っている比較的若い世代に向いています。体に害がないため、妊娠時にも不安なく行なえます。



マンモグラフィーは、専用の装置で2枚の板の間に乳房を挟み、レントゲンを当てて撮影する方法で、乳房が脂肪に置き換わりつつある閉経後の方において、病変が見つかりやすい特徴があります。放射線をわずかに浴びますが、人が屋外で浴びる自然放射線の年間総量よりも少ないため、検診によるメリットが勝るといえます。



乳がんは検診を受けることも重要ですが、何よりも普段の自己検診が早期発見につながるきっかけとなります。月に一度、生理が終わって1週間ぐらいたったころ、入浴時に石鹸をつけてまんべんなく乳房を触ってみてください。指の先ではなく、指の腹でなでるように探します。コロッとしたしこりのようなものを触ったなら、まずはかかりつけの医師にご相談なさって、専門医を紹介してもらうことをお勧めします。



### 多摩東部地域産業保健センター

181-0014東京都三鷹市野崎1-7-23 三鷹市医師会館内

電話番号:0422-47-2155 FAX 番号:0422-48-0982 電子メール: sanpo@mitaka.tokyo.med.or.jp