

# 『マンモグラフィ検査』とは？

マンモグラフィ検査は乳腺のレントゲン検査です。  
乳がんをはじめ、乳房にできる細かな病変を発見  
することができ、しこりとして触れないごく早期  
の乳がん（微細な石灰化）も発見できます。



## ☆レントゲン被ばくは大丈夫？

一回の撮影で浴びる放射線の量は、一年間に知らずに浴びている自然放射線量の 1/6~1/8 程度です。心配する放射線量ではありませんので、安心して検査を受けていただけます。

## ☆どんなふうに何回撮影するの？

片方の乳房に対して上下と斜めの2方向（またはそのどちらかのみ）を撮影します。  
両方の乳房に対して2方向の撮影を行う場合は合計4回の撮影を行います。  
撮影時間は約10分程度です。



## ☆生理との関係は？

生理前にはホルモンの関係で乳房が張って痛むことがあります。  
生理が始まってから2~3日以降に受けられると痛みは軽減することが多いです。

## ☆視触診や超音波検査だけではだめ？

視触診・乳腺超音波検査・マンモグラフィ検査はどれも乳がんの早期発見のための大切な検査です。視触診のみの検査を行った場合と、マンモグラフィ検査と視触診を併用した場合とでは、乳がんの発見率は併用した場合の方が2~3倍高くなります。乳腺超音波検査はX線を使わず、また痛みもなく乳房を重点的に診ることができる検査です。ただし、石灰化等の所見は見つけにくいと言われています。  
ですからマンモグラフィ検査と同時に検査をする、もしくは一年ごとにマンモグラフィ検査と交互に受けて頂くことをお勧めします。

また、30代から40代の方は乳房が多いためマンモグラフィ検査と乳腺超音波検査の併用をお勧めします。20代の方は乳房が発達しているため、マンモグラフィ検査では病変が見えにくいこともありますので、乳腺超音波検査をお勧め致します。しかし、明らかにしこりや痛みがあるようでしたら、マンモグラフィ検査を受けて頂くことをお勧めします。

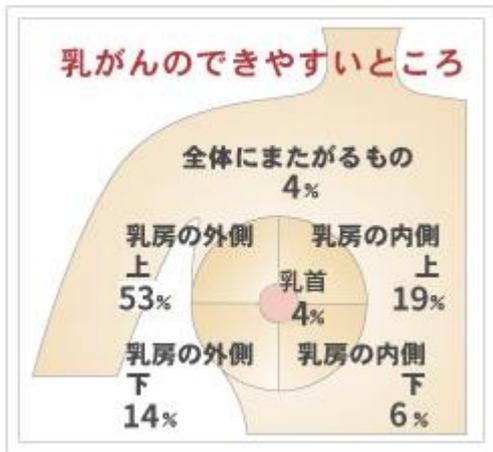


- 豊胸手術をしている方
  - 妊娠している、またはその可能性がある方
  - 心臓ペースメーカーの手術を受けている方
- ⇒当院では検査をお断りしております。ご了承ください。

※当院では、女性スタッフが対応しております。

その他ご不明な点がございましたらお気軽にスタッフまでお尋ねください。

# ～乳がん基礎知識～



出典:東北大学病院データ(2011-2014年)

## Data

### 乳がんのできる(女性)の数は?

	部位	人数
1位	大腸	23,560人
2位	肺	21,927人
3位	脾臓	17,452人
4位	胃	15,349人
5位	乳房	14,653人

2018年 部位別がん死亡数

出典:厚生労働省「2018年人口動態統計(確定数)」

乳がんは女性が患うがんの中で最も多いがんです。2014年のデータでは、生涯に乳がんを患う女性は11人に1人と推定されています。

最新の2018年のデータでは、女性全体の部位別がん死亡数では5位になりますが、年代別に見ると25歳から64歳まででは1位になります。また、年々その数は増えています。

# ～今日からできる乳がんセルフチェック～

## 1. 鏡の前で、チェック

まずは、両腕のチカラを抜いて自然な状態でチェック。さらに、両腕をあげて、普段の乳房と変化がないかを確認します。

チェックポイント

- \* 左右の乳房の形や大きさ、色に変化はないですか。
- \* 皮膚にひきつれや、へこみはないですか。
- \* 乳首が陥没したり、ただれたりしていませんか。



## 2. さわって、チェック

腕を上げて、3本の指(人さし指・中指・薬指)の腹で乳房にさわってしこりがないか確かめます。チカラを入れ過ぎないよう気をつけましょう。

3本の指で、左乳房は左から右、右乳房は右から左へゆっくり滑らせるようになぞります。

外側から乳頭に向かって、円を描くようになぞっていきます。



## 3. 分泌物も、チェック

乳首から分泌物がでないか調べてみましょう。血が混じっていたり、透明な液がでる場合は一度検査を受けてみましょう。

左右の乳首を軽くつまんで分泌物がでないかチェックします。



## 4. わきの下を、チェック

乳がんが進行するとまず転移するのがわきのリンパ節と言われています。わきにしこりがないかもチェックしましょう。

左右のわきをさわって、固いしこりがないかを確認しましょう。



## 5. 横になって、チェック

仰向けに寝て、あまり高くない枕やタオルを敷いて調べます。乳房の下も念入りに確認しましょう。

左右の乳房を指の腹でまんべんなく触れ、しこりの有無を調べます。

