

保健婦だより

19

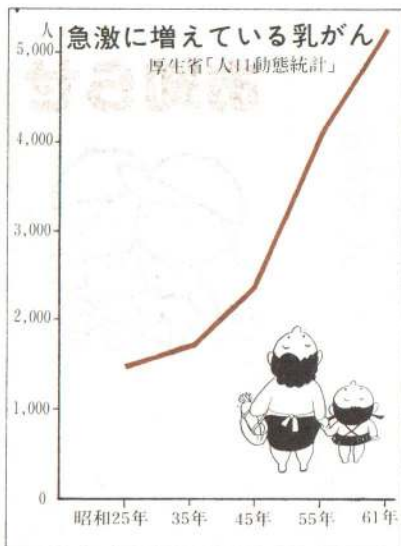
受けましょう 乳がん検診

乳がんは毎年のように増え続けています。欧米では婦人がんのトップは乳がんです。食生活の欧米化(高脂肪・高たんぱく)の影響で、日本でも西暦二千年には女性のがん死亡の第一位になると考えられています。

しかし幸いにも、乳がんはほかのがんと違い、乳房を直接見たり、触ったりできるため、自分で発見できます。自己検診を習慣化し、さらに年一回は乳がん検診を受けて乳がんから身を守りましょう。

乳がんの症状

乳がんの症状の約八〇%はしこりです。しこりは乳房に触れ



乳がんは、がんのうち特に転移しやすい性質を持っています。しかし、早期に発見できれば、がんがこれから体内を攻撃しようとしているときなので、治療して完治する率が非常に高くなります。早期であれば、治療後五年たったときの生存率は九〇〜一〇〇%です。ただし、早期には自覚症状が少ないので、健康なうちから自己検診を

ると本人自身でも判断できます。また、しこり以前に乳首から血液の混じった分泌物が出たり、乳首がただれたりすることがありますので注意してください。

乳がん以外でしこりのできる病気の多くは、線維腺腫と乳腺症です。しこりがあっても乳がんとはかぎりませんが、おかしいと思ったらすぐ専門医に診てもらったことが大事です。

早期の乳がんは治る

していることが大切なのです。

自分でチェック

お風呂あがりや寝る前に、自分で視診、触診をしてみてください。チェックポイントは次の四つです。なお、こうした自己検診は、毎月生理が終わって四日から七日後に、閉経した人は毎月日を決めて行いましょう。

チェック1

乳房にしこりはないですか？

チェック2

乳房にくぼみ、ひきつれはないですか？

チェック3

乳首のへこみ、ただれはないですか？

チェック4

乳首から異常な液は出ませんか？

乳がんになりやすい人

乳がんの原因には、女性ホルモンのバランスの乱れが関係しているといわれています。次の項目に該当する人は、特に注意が必要です。

- 初潮が早かった人
- 未婚、晩婚の人
- 子供が少ない人
- 離乳が早く、人工中絶の回数が多い人
- 家系に乳がんを患った人がいる人
- 乳腺疾患にかかったことのある人

る人

○過剰栄養(高脂肪・高たんぱく)による肥満が認められる人

十月十六日から二十八日まで(日曜を除く)、大館地区の婦人を対象に乳がん検診を行います。保険証と負担金五百円を持参のうえ、指定医療機関へ直接お出かけください。なお、新市内の人で、地区の公民館で受診できなかった人もこの機会にぜひどうぞ。

問い合わせ

保健センター ☎4219055



ちびっこギャラリー

おかあさん
おとうさん



ささじまいくみちゃん
おかあさん、りょうりがじょうずなの



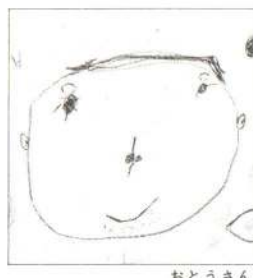
おなあざけ



おかあさん



わかさ りかちゃん
いっしょにつみきてあそんでくれる



おとうさん



みうらみさきちゃん
おとうさんはしごとでいそがしいよ

矢立保育園