

# KENKO TIP FOR FAMILY

2016年10月22日

<https://www.nyugan.jp/self/>

乳がんセルフチェックサイト クリックするとアステラス製薬のHPへリンクで移ります



## 乳がん検診の重要性と日々のセルフチェック

MD. ネット 佐野 秀典

今年も「ピンクリボンキャンペーン」といって、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるイベントが様々な団体で開催されています。このキャンペーンは世界各国、様々な団体が主催して年々活発になってきました。10月は東京タワーもピンク色になります。このタイミングに改めて帯同家族の皆さんに検診の重要性をお伝えたいと思います。

乳がんと診断される方は**12人に1人**、乳がんで亡くなる女性は、厚生労働省によれば**13,240人**で、過去に**比べ3倍に増加**しています。30代から50代前半がピークとなってい

ます。「がん」そのものについてはここでは詳しく解説しませんが、日本人の女性の問題は「**受診率**」の低さです。**欧米は平均で70%-80%**ですが、**日本の受診率は30%半ば**にとどまっています。特にアメリカの乳がん受診率は80%と世界トップで、日本以上に意識が高く、その効果もあってか**乳がん死亡率は年々減少**しています。定期健康診断の制度がない国の方が女性の乳がん検診の実施率が高いというのは非常に注目すべきことです。

乳がんは**5年生存率が85%**と高く、さらに早期発見すれば**生存率は限りなく100%に近**くなります。もはや「死」に

直結する疾患ではありません。さらに重要なことは、**自分で毎日検診ができる唯一**といってもよいがんです。

いまだけでなく将来的にも、定期健康診断では、**乳がん**と子宮がん**検診**を行い、フォローアップも必ず行ってください。触診+エコーに加え、40歳以上はマンモグラフィーも追加しましょう。余裕があればCTなどの検査も最近では優れた方法が登場していますのでご相談ください。

お母さんや奥さんは家族の元氣と幸せの源。女性の活力は未来の希望。サイトを参考に、今日からセルフケアを習慣化しましょう。