

MIL

MEDICAL INFORMATION LEAFLET

Vol.5

AUTUMN 2010

「わたしは大丈夫」と
思っている女性のための
ピンクリボン月間です。



発行
OMC 大阪医科大学 健康科学クリニック

〒569-1123 大阪府高槻市芥川町 1-1-1 JR高槻駅NKビル
TEL.072-684-6277 FAX.072-684-6278
E-mail omchsc@art.osaka-med.ac.jp
http://www.omchsc.jp
アクセス/JR高槻駅より直結

■MIL(ミル)
Medical Information Leaflet(医療情報紙)の略。心身、共に診るという意味も込めています。



10月は乳がん検診を推奨する ピンクリボン月間です。

日本の女性の20人に1人がなるといわれている乳がん。早期発見・早期治療のため、定期的な検診がとても重要です。

世代別に適した 検診を受けよう！

年代や体質によって乳房の状態が異なるため、適した検診がそれぞれにあります。そこで、年代ごとにおすすめの乳がん検診をご紹介します。早期発見のために、自分に合った検診を賢く選んでください。



わたしは30代だから、検査は超音波だけでいいのでしょうか？

若い人は乳腺密度が高く、マンモグラフィでは乳がんを判別しにくい傾向にあるため、超音波が有効といわれています。しかし、体質には個人差があるので、できれば両方受けてもらうのがベストです。



20代	30代	40代~50代	60代
月1回 セルフチェック	月1回 セルフチェック	月1回 セルフチェック	月1回 セルフチェック
+	+	+	+
血縁者に乳がんの人がいる場合は、マンモグラフィや超音波検査をするか、医師に相談しましょう。	年1回 乳腺エコー(超音波検査)	年1回 乳腺エコー(超音波検査)	2年に1回 マンモグラフィ
	+	+	
	必要ならば マンモグラフィ	年1回 マンモグラフィ	現在のところ70代以上の日本人女性は、乳がんのリスクは少ない。

この年代がピークです！

乳がんは、早期発見(がん1センチ以下)なら約90%完治します

日本では、乳がんにかかる女性は年々増えており、今では年間約4万人の女性がかかると推定されています。また亡くなる方も、ここ50年間で7倍近くに増えています。海外

の乳がん検診の受診率は約80%~90%と高く、日本は約30%とまだまだ低いのが現状です。命はもちろんですが女性として自分を守るために検診はとても大事です。



月経のある期間が長い人、出産経験のない人、肥満の人、避妊薬のピルや女性ホルモン剤を常用している人は乳がんになりやすいといわれていますので特に気を付けてください。

乳がんは自分で発見できるがん。習慣づけよう！

セルフチェック

Step① 基本的な乳房の触り方



4本の指をそろえて、指の腹と肋骨で乳房をはさむように触れ、「の」の字を書くように指を動かします。しこりや硬いこぶがないか、わきの下から乳首までチェックします。お風呂の時に石けんが付いた手で行いましょう。

Step② 仰向けに寝てチェック

調べる側の乳房の下に枕や座布団などを敷き、乳房が垂れずに胸の上で平均的に広がるようにし、上記の基本的な触り方でチェックします。最後にわきの下に手を入れてしこりがないか確認します。



Step③ 鏡の前でチェック



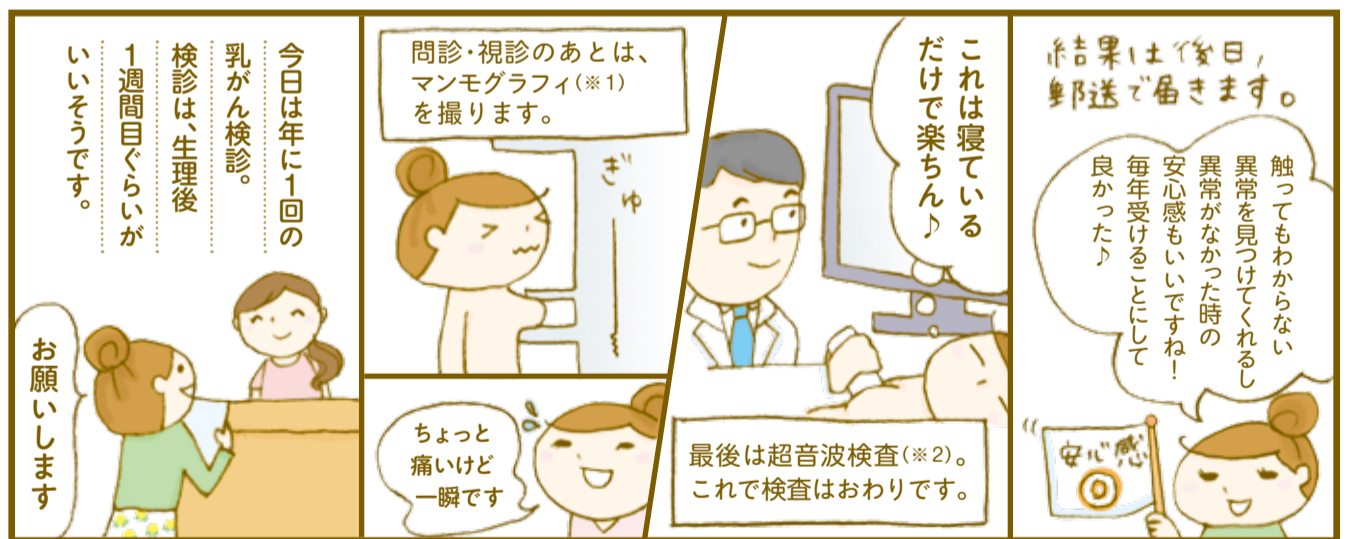
腕を高く上げて、ひきつれ、くぼみがないか、乳首がへこんでいたり、湿疹やただれがないか、次に両腕を腰にあてて、同様に観察します。また乳首から分泌物が出ないか調べてみます。

チェックをする頻度や、タイミングは？

生理開始から一週間後ぐらいに行うのがベスト。閉経後の人は毎月1回、自己検診日を決めて行いましょう。しこりを見つけた時には、がんは1cm以上になっていることが多いので、異常を感じたらためらわず専門医に相談しましょう。また、サイズが大きくても触ってわからないものもあるので定期的な検診と併用しましょう。

最新機器をご紹介 乳がん検診体験レポート

当クリニックでは、3つの検診方法(視触診・マンモグラフィ・超音波検査)を必ず1セットにして行い、総合的に検診して早期発見に努めています。



※1 マンモグラフィ

触診ではわからない小さなしこりや、しこりにならないタイプの乳がんを見つけることができます！

マンモグラフィは乳腺・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、上下方向から1枚、左右方向から1枚(合計2枚)・両方の乳房を撮影する場合は合計4枚)撮影します。



※2 乳腺エコー(超音波検査)



乳房に超音波をあて、内部からの反射波(エコー)を画像にして、異常がないかを診断します。放射線を使わないので、妊娠している方にも安心です。

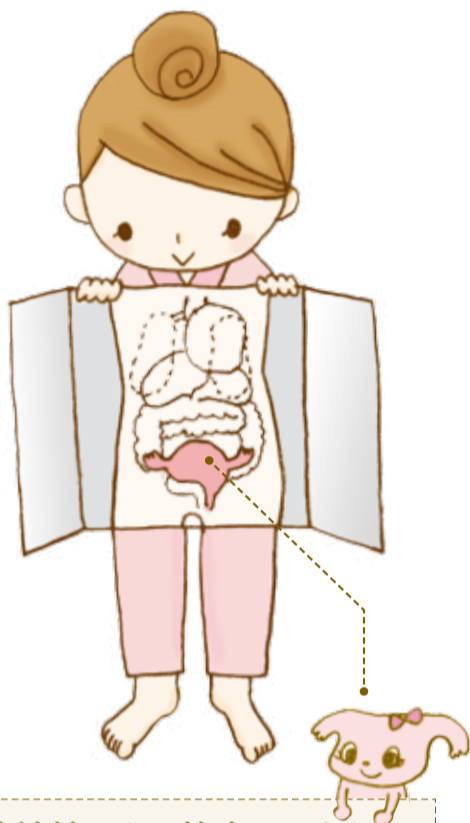


サンプル画像(正常乳房)

子宮がん

女性らしさをつかさどる子宮を守っていきましょう。

子宮とは、妊娠時に体内で子供（胎児）を育てる時の入れ物となる女性だけが持つ器官です。子宮がんは、子宮内のがんに侵されるものですが、現在、がんの中でも胃がんと並んで治りやすいがんの部類に入ります。だからこそ、定期的な検診を受け、早期発見をすることが重要です。



伸縮性のある筋肉でできた袋のような子宮

大きさはニワトリの卵ほどで、膀胱と直腸の間にあり、骨盤の底の部分に固定されています。子宮の左右には親指ほどの卵巣が連結し、子宮腔は卵管とつながっています。

子宮がん 検診の流れ

問診・視診

事前に記入した問診表をもとに話をした後、内診台に上がり、子宮頸部や膣の内部を調べます。

子宮頸部細胞診

内診台に上がった状態で、子宮頸部を綿棒などで軽くこすって細胞をとります。痛みはほとんどありません。

経膣エコー

内診台に上がった状態で、細い超音波器具を膣内に挿入して、はね返ってくる超音波を見ながら子宮の状態を調べます。

精密検査

(細胞診検査で異常があった場合)

将来がんになるかも知れない、異形成があった場合、再検査となります。改めて疑わしい部位の細胞を採取したり、拡大鏡検査を行います。

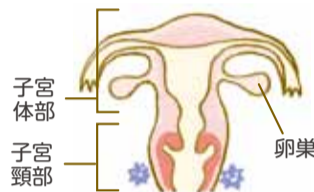
原因も、性格も、できる位置も異なる

2種類ある子宮がん

子宮頸(けい)がん

子宮頸がんとは子宮頸部(子宮の入り口付近)にできるがんです。原因は「HPV(ヒトパピローマウイルス)」というウイルスの中の「発がん性HPV」感染が原因です。主に性交渉によって感染します。通常、感染しても90%以上は自然に排除されますが、排除されなかった一部のウイルスの感染が長時間続くとがん化するといわれています。がんになると、子宮や子宮のまわ

りの臓器を摘出しなければならなくなることがあります。自覚症状がないのが特徴ですが、原因やがんになる過程がほぼ解明されている、予防ができるがんなので、定期的に検診を受けることが大切です。



子宮頸がんは、女性特有のがんの中では乳がんに次いで発症率が**第2位**です。特に20～30代の女性においては、発症するすべてのがんの中で**第1位**です。

子宮体(たい)がん

子宮の奥にできるがんです。子宮内膜を増殖させる卵胞ホルモンの過剰分泌が原因のひとつと考えられます。発症率のピークは50～60歳、主に閉経後が多いといわれ、ほとんどの子宮体がんが月経以外の出血がみられます。皮下脂肪の多い人や出産経験のない人、不妊症治療を行っていた人はなりやすいとい

われています。

※子宮体がんの検査は、子宮体部細胞診があり、希望により検査できます。



他の子宮系疾患もわかる 経膣エコー

超音波によって子宮内が画像化されるので子宮筋腫や子宮内膜症など、子宮がん以外の病気も発見できます。また卵巣の状態もよくわかる検査で、卵巣腫瘍などもわかります。女性には大事な検査といえます。



不妊症の原因ともいわれる**多嚢胞卵巣**もわかります。若い人でも、検診で1週間に1人は発見されています。

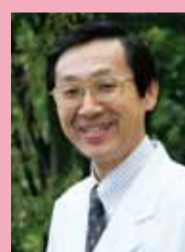


定期的な検診との併用で子宮を守ろう！ ワクチンで防げる子宮頸がん

子宮頸がん患者さんから見つかった「発がん性HPV」の約6～7割が16型、18型の2種類です。特に20～30代の若い女性から高い頻度で見つかっています。この2種類のHPV感染から子宮頸がんの発症を防ぐことができるのが「**サーバリックス**」というワクチンです。半年の間に3回打つことでほぼ100%防ぐことが可能です。



今回、お話を伺ったのは



大阪医科大学 健康科学クリニック 後山尚久医師

乳がんと子宮がんは長期的に進行するがんです。定期的な検診やワクチンを受け、兆候を早期に見つけることで「がんにならない」ように対応することもできます。当クリニックでは、がん以外の病気からも女性を守ることができる検査も行っていますのでぜひ一度、受診ください。

健康科学クリニック

Information

健康科学クリニックでは、さまざまな人間ドックと各種検診を行っています。

人間ドックコース (価格はすべて税込)

- **基本コース**.....¥42,000
身体測定・尿検査・便潜血検査・血液検査・胸部X線・呼吸機能検査・胃部検査(X線・胃カメラ)・心電図・腹部エコー・診察
- **女性コース**.....¥54,600
(基本コース+乳がん+子宮がん(頸部)検診)
- **肺コース**.....¥54,600
(基本コース+肺がん検診)
※胃カメラを選択された場合、別途4,200円かかります。

がん検診コース (価格はすべて税込)

- **乳がん**.....¥9,450
(触診・マンモグラフィ・乳腺エコー・診察)
- **子宮がん**.....¥8,400
(細胞診検査(子宮頸部・子宮体部)内診・診察)
- **乳がん+子宮がん**.....¥8,400
(触診・マンモグラフィ or 乳腺エコー・細胞診検査(子宮頸部)内診・診察)
- **肺がん**.....¥16,800
(胸部マルチスライスCT検査・喀痰細胞診検査・診察)
※単独でのお申し込みが可能です。

オプション(追加)検査 (価格はすべて税込)

検査項目	料金	チェックされる主な疾患
乳腺エコー	¥4,200	乳がん、乳腺症など
マンモグラフィ	¥4,200	乳がん
子宮頸部細胞診検査	¥3,150	子宮頸がん
子宮体部細胞診検査	¥5,250	子宮体がん
喀痰細胞診検査	¥3,675	肺がん
血圧脈波検査	¥3,150	動脈硬化、閉塞性動脈硬化症など
動脈硬化検査 (頸動脈エコー、血圧脈波)	¥10,500	脳血管閉塞、脳血管狭窄、動脈硬化など
骨密度検査 (X線)	¥3,150	骨粗しょう症
胸部CT検査 (マルチスライスCT)	¥12,600	肺がん、肺炎腫など
腹部CT検査 (マルチスライスCT)	¥12,600	肝臓がん、胆道がん、肝硬変、胆石、胆嚢炎、膵炎、大動脈瘤など
腫瘍マーカー (AFP)	¥2,625	肝がん、肝硬変
腫瘍マーカー (CA19-9)	¥3,150	胃がん、結腸がん、直腸がん、肝がん、膵がん、胆がん、肺がん
NEW 血清ペプシノゲン	¥3,675	萎縮性胃炎(胃がんになりやすさの程度)
NEW 内臓脂肪測定	¥3,150	内臓脂肪型肥満など
NEW 便中ピロリ菌検査	¥3,150	糞便中のピロリ菌(胃がん発がん因子)

※オプション検査のみの取扱いはしていません。(必ず人間ドック各種コースに合わせてお申込み下さい)

※その他、さまざまなオプション検査も可能です。詳しくはお問い合わせください。
※一般外来では女性内科/漢方内科/婦人科/消化器内科/循環器内科/総合内科を設けておりますが、すべて、医療機関からの紹介が必要となります。ご了承ください。
※希望日の2週間前までにはご予約をお願いいたします。

お申し込み・お問い合わせ・資料請求は ☎072-684-6277

<http://www.omchsc.jp>

「休日受診ができれば、検診ができるのに…」というあなたに!

Lady's Information J.M.S ジャパンマンモグラフィーサンデー®
10月17日(日)にマンモグラフィー検査を受けましょう!

当クリニックは、NPO法人J.POSH(日本乳がんピンクリボン運動)が推進するジャパンマンモグラフィーサンデー®(JMSプログラム)賛同医療機関です。

- **乳がん検診**
内容→マンモグラフィ・乳腺エコー・触診・診察...9,450円
- **子宮がん検診**
内容→細胞診(子宮頸部・子宮体部)・内診・診察...8,400円
- **乳がん+子宮がん検診**
内容→マンモグラフィ or 乳腺エコー・触診・子宮頸部細胞診・内診・診察...8,400円

※高槻市・島本町乳がん検診・無料クーポン利用可・女性技師が対応

ご存知ですか? 高槻市健康づくり政策 ワンコインで個別検診が受けられます!

- ◆ **乳がん検診**(対象は、30歳以上の女性市民)
内容→問診、視診、触診、超音波検査(30～39歳) 又はマンモグラフィ検査(40歳以上)
- ◆ **子宮がん検診**(対象は、20歳以上の女性市民)
内容→問診、視診、細胞診、内診



実施期間 平成23年3月15日まで

お問い合わせ: 高槻市健康づくり推進課 Tel.072-674-8800