

## 乳がん検診

### マンモグラフィ検査

乳房専用のレントゲン検査です。乳房を板で圧迫し薄く伸ばした状態で、上下斜め方向から写真を撮影します。撮影は、一定の研修を受け資格を有する女性の技師が行います。マンモグラフィ画像の読影は、一定の研修を受け資格を有する医師が行います。さらに診断精度を高めるため、他の有資格医師がダブルチェック（二重読影）を行います。



### 画像所見

所見	説明
腫瘍	しこりとして指摘される所見で、部位、大きさ、濃度、形状、境界の状態などから良性、悪性を判定します。
石灰化	画像上白色で、大きささまざまなカルシウム沈着の所見です。部位、形態、分布などから良性、悪性を判定します。
その他の所見	乳腺実質の所見 左右で非対称の所見があるか、乳腺の構造が乱れていないかなど
	皮膚の所見 肥厚、陥凹、乳頭の変化など
	リンパ節の所見 場所、大きさ、形状など

### 判定（カテゴリー分類）

以上の所見を総合的に判断して左右それぞれ判定を行います。

カテゴリー 1	異常なし
カテゴリー 2	良性
カテゴリー 3	良性、しかし悪性を否定できず
カテゴリー 4	悪性の疑い
カテゴリー 5	悪性

■マンモグラフィ検査を受けられた方へ

1. 要精密検査（カテゴリー 3, 4, 5）と判定された方は、必ず乳腺外科のある医療機関で精密検査を受けてください。
2. 検査で異常なしとされた場合でも、しこりが触れる、乳頭から異常な分泌がある、強い痛みがあるなどの自覚症状がある場合は乳腺外科を受診してください。
3. マンモグラフィでは、乳腺実質が濃く映る高濃度乳房の場合、病変が十分描出できないときがあります。また、病変が撮影範囲に入らない部位もあります。定期的に検査を受けるほか、適宜超音波検査で確認されることをお勧めします。

乳房超音波検査

超音波で乳腺内の病変を見つける検査です。検査は一定の研修を受け資格を有する女性の技師が行います。超音波画像の読影は、一定の研修を受け資格を有する医師が行います。マンモグラフィ単独より超音波検査を併用した方が、がんの発見率が向上するといわれています。

画像所見

病変		説明
腫瘍性病変	嚢胞性パターン	内部がリンパ液や母乳など液体で満たされており、画像上均一に黒く写ります。良性の所見です。
	混合性パターン	充実性部分と液状部分を有します。大きさや充実性部分の状態などにより良性・悪性を判定します。
	充実性パターン	大きさ、広がり方、境界部の性状、内部の状態などから良性・悪性を判定します。
非腫瘍性病変		低エコー域、乳腺組織の構築の乱れなどをチェックして良性・悪性を判定します。

## 主な所見

### 嚢胞

乳腺組織の一部が袋状になり、中に水が溜まった状態です。一般的に良性の場合が多いです。

### 乳腺症

女性ホルモンのバランスが崩れることで起こります。症状は乳房痛やしこり、乳頭からの分泌物等です。基本的には治療は必要ありません。

### 線維腺腫 (せんいせんしゅ)

乳腺に発生する良性のしこりで、若い女性に多く見られます。しこりは痛みがなく、周囲との境界がはっきりしており押すとよく動きます。

### 乳腺腫瘤

乳腺の一部が硬くなり、しこりとなっている状態です。良性と判断できるものと精密検査が必要な場合があります。

## 判定（カテゴリー分類）

上記の所見を総合的に判断して左右それぞれ判定を行います。カテゴリー分類はマンモグラフィと同じです。

### ■乳房超音波検査を受けられた方へ

1. 要精密検査（カテゴリー 3, 4, 5）と判定された方は、必ず乳腺外科のある医療機関で精密検査を受けてください。
2. 検査で異常なしとされた場合でも、しこりが触れる、乳頭から異常な分泌がある、強い痛みがあるなどの自覚症状がある場合は乳腺外科を受診してください。

## 乳房視触診

医師が乳房を見て触れて、異常がないか確認する検査です。視触診だけでは乳がん検診としては不十分であり、マンモグラフィや乳房超音波検査との併用が必要です。

## 乳房自己検診法

乳がんは自分で発見できる可能性があります。正しい自己検診法を習慣づけて、わずかな変化を見つけられるようにしましょう。

### 見てチェック

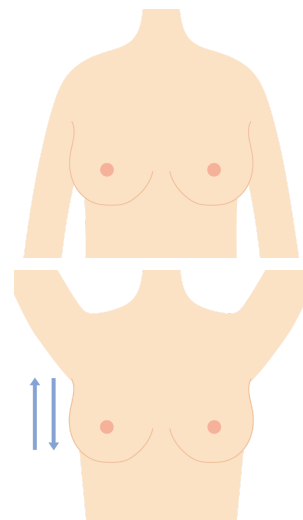
①鏡の前に立ちます。

両手を下ろし自然な状態で乳房を観察します。

②両手を上げたり下げたりして、正面、側面、斜めから同様に観察します。

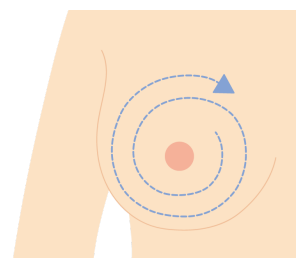
観察ポイント

- ・左右の乳房の形に差はないか
- ・乳頭の向きは同じか
- ・皮膚にくぼみやひきつれはないか



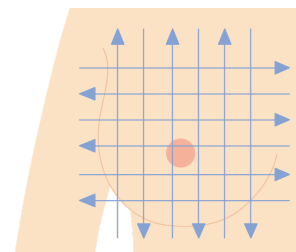
### 入浴時や仰向けで触れてチェック

①腕を上げた状態で、乳頭を起点にしてそろえた指の腹を渦巻き状になでるように動かし、しこりがないか確認します。

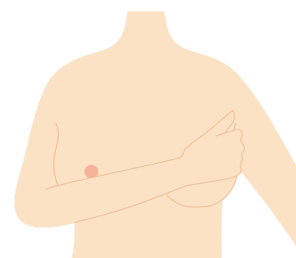


②親指以外の4本の指を伸ばし、縦横方向にまんべんなく触り、しこりがないか確認します。

③腕を下げた状態でも確認します。



④脇の下に指先をそろえて入れて、脇の下(リンパ節)にしこりがないかを確認します。



⑤乳頭を軽くつまんで、血液などの分泌物が出ないかを確認します。

