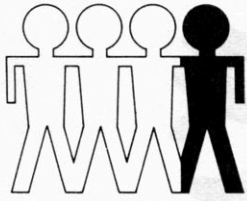


亡くなる人の  
4人に1人はがん

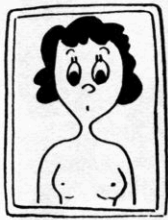


# 検診を受けて早期に発見を

## 9月は「がん征圧月間」です

### 自己検診の方法

- 視診で、皮膚あるいは乳頭に異常がないかを調べます



①鏡の前で両方の腕を下げ、皮膚や乳頭にひきつれがないかをみます。また左右の乳房の高さが対称かどうか、乳頭部のただれ、湿疹等の有無も調べます。



②鏡の前で、ゆっくり両手をあげてみます。手を下げた状態では見られなかった皮膚のひきつれが発見できることがあります(えくぼ)。

- 触診でしこりの有無を調べます



③あお向けに寝て、右肩の下に薄い枕をしき、乳房が胸の上に平均に広がるようにします。乳房の内側を調べるには右腕を頭の後ろにあげ、左手の指をそろえて指のハラで外から内へ、上から下へ軽く圧迫しながら移動して触れてみます。



④外側半分を調べるには腕を自然の位置に下げ、指のハラで上下左右に触れてしこりがないか調べます。

### 乳がんについて

乳がんは、特に転移しやすい性質をもっています。しかし、早期がんであれば完治できます。その早期発見をするためには、健康なうちから毎月一回の自己検診を行います。

次のような人は、必ず自己検診

- ▼乳腺疾患の既往のある人
- ▼初潮年齢の早かった人、あるいは閉経年齢の遅い人
- ▼高齢出産の人、また授乳期間が六カ月以内の人
- ▼人工中絶の回数が多い人
- ▼家族に乳がんをわずらった人がいる人

▼死亡原因の第一位  
死亡原因の第一位はがん。昭和五十八年は全国で十七万六千六百七十四人がこの病気で亡くなっています。がん死亡者の全体に占める割合は二・三・八％。亡くなる人のほぼ四人に一人はがんが原因です。

▼がんは治る  
自覚症状がほとんどないままに体内にはびこっていくがん。そのため、発見されたときには手おくれ、ということが多かったのも事実です。しかし、それはもう昔の話。国立がんセンターの報告によれば、昭和五十二年から五十七年の間に同センターを訪れたがん患者の生存率は五一・七五％。つまり、がんにかかっても半数以上の人が助かっている、といえます。

また、早めに発見して適切な治療さえ行えば、ほぼ一〇〇％治ってしまいうがんもあります。

をして、異常があったらすぐ病院で診断してもらいましょう。

▼検診を受けよう  
レントゲン、内視鏡など検診技術の進歩で、いろいろながんが早期に発見できるようになりました。もうがんは、ただちに死を意味する病気ではありません。しかし、検診や治療の方法がいくら進歩しても、みなさんが検診を受けなければ、「早期発見、早期治療」に結びつきません。あらゆる機会を利用して検診を受けましょう。

### 7つのチェックポイント

- 乳房にしこりはないか?
- 乳房皮膚・乳頭に、えくぼあるいは陥凹はないか?
- 乳頭に湿疹・びらんはないか?
- 乳頭からの異常分泌液はないか?
- 皮膚潰瘍はないか?
- 左右の乳房が非対称ではないか?
- 乳房に発赤・湿疹はないか?

月一回  
乳がん予防の  
自己検診



胃がん、子宮がんの集団検診は一応終わりましたが、乳がんの検診を次のとおり行いますのでご利用ください。

日時 九月一日～三十日 午前  
中(日、休、祭日を除く)

場所 木村病院  
岡田クリニック  
長門病院

料金 一、六〇〇円  
その他 保険証持参のこと