

なでしこ通信



済生会神奈川県病院理念

「質のよい医療」「優しい医療」「信頼される医療」を提供します。

10月号



受けよう！乳がん検診、早期発見で笑顔の暮らし

乳がんを早期発見するためには、正しい情報が必要です。今月は乳がんについてお話しします。



乳がんの症状は？

乳がんの患者さんの自覚症状として多いのは乳房の「しこり」です。また、乳頭からの分泌（血性）、脇の下のしこりや乳房の痛みで来院する方もおられます。乳房の痛みは、加齢による乳腺の変化で起こる乳腺症であれば心配はないですが、乳がんではないという根拠にはなりません。まず、ご自身の乳房に触れ、しこりやへこみ、分泌物がないか確認しましょう。気になることがありましたら、医療機関の受診をお勧めします。また、症状がなくても1年に1回の乳がん検診をお勧めしています。



乳がんの予防法は？

現在、乳がんを予防する有効な方法はありません。遺伝的要素も1割もないとされています。また、乳がんは、早期発見と適切な治療で9割が治るといわれているんです。早期発見するためにも、自己検診と定期的な乳がん検診が必要です。当院でも乳がん検診を行っています。検診内容は、視触診、マンモグラフィー検査、超音波検査等を行います。

乳がん自己検診法



鏡の前で両腕を上げた状態で、以下のことを調べます。

- ① 左右の乳房の形や大きさに変化がないか。
- ② 乳房に「へこみ」や「ひきつれ」ができていないか。
- ③ 乳首が、へこんだり、ただれてないか。

仰向けに寝そべって行います。手を乳房の内側(乳首より内側)にのせ、指を胸の中央に向かって、柔らかくもしっかり滑らすように、しこりの有無を調べます。同じ姿勢のまま、乳房の外側から内側に向かって同様に調べます。左右の乳房を調べます。

* 図：アストラセカ（株）「乳がんからあなた自身を守るために」より引用



乳腺外来 土居医師

日本における乳がんの患者さんは年々増えています。現在では日本人女性の16人に1人の割合で、生涯の内に乳がんを発症する計算となります。早期発見のためにも月1回の自己検診と1~2年に1回の画像を含めた乳がん検診をお勧めしています。自己検診は、閉経前の方は生理が終わってから次の排卵までの間に、閉経後の方はカレンダーで日付を決めて行いましょう。また、しこりを作らない乳がんや乳房の奥にできた乳がんは画像による診断が有効です。年齢や乳腺の状況にもよりますが、マンモグラフィーと超音波検査とで、片方のみでは診断に結びつかない乳がんもありますので、可能であれば両方の検査を(交互にでも)お勧めします。

乳腺外来／乳がん検診（乳がん検診予約は外科外来まで 電話 045-432-1111）

<受付時間> 月曜日→8:45~11:00 水曜日→13:00~16:00 金曜日→8:45~11:00/13:00~16:00

2011年（平成23年）10月 外来休診一覧表

2011/10/24現在

月	火	水	木	金
10月3日	10月4日	10月5日	10月6日	10月7日
・整形外科 佐々木 孝 休診	・口腔外科 後藤 陽子 休診 →代診 坂井 陳作	・整形外科 佐々木 孝 休診	・総合/内 町田 洋太 休診	・総合/内 町田 洋太 休診
10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日
休診日	・総合/内 町田 洋太 休診	・総合/内 町田 洋太 休診 ・整形 野本 聡 休診	・外科 江川 智久 休診	・外科 土居 正和 休診 →代診 村川 正明
10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日
・外科 清水 正幸 休診	・眼科 安藤 澄 休診			
10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日
・呼吸器外科 酒井 章次 休診 ・皮膚科 畑 康樹 休診		・神経内科 國本 雅也 休診	・外科 江川 智久 休診 ・神経内科 國本雅也 休診 ・糖尿病/内分泌 小池 陽子 休診	
10月31日				
・呼吸器外科 酒井 章次 休診 ・腎臓内科 鯉淵 清人 休診 ・口腔外科 後藤 陽子 休診 →代診 あり				

月の途中で再度変更する場合がございます。詳細は各科外来窓口までお問合せください。