

1

11人に1人。
乳がんになる
確率です。*



11



乳がん検査うけていますか？

「ピンクリボン運動をご存知ですか？」

朝日生命はすべての方の健康を願い、乳がんの正しい知識の習得やマンモグラフィー検査の受診など、早期発見・早期治療の大切さを伝える日本乳がんピンクリボン運動を応援しています。

※国立がん研究センターがん対策情報センター 2013年データに基づく累積罹患リスク

Cinnamoroll ©2001, 2018 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. G590057

乳がんの現状

2011年以降、乳がんにかかる人は毎年8万人を超え、女性の11人に1人が乳がんにかかるといわれています。

乳がんの発生は、20歳過ぎから徐々に増えはじめ、30歳代ではさらに増え、40歳代後半と60歳代前半にピークを迎えます。

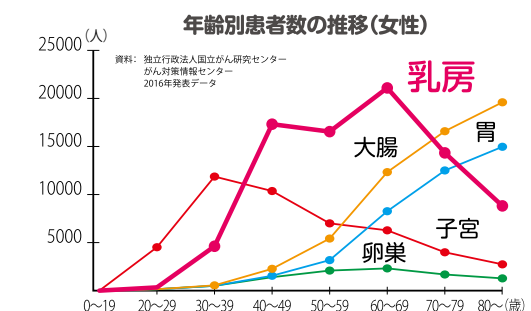
20歳過ぎれば乳がん年齢です。

乳がん発症のリスクは、自分だけでなく、身近な家族や友人知人にもあてはまることです。

そして、男性にもあてはまること(*)でもあります。

*：男性乳がんの発症率は女性の1%程度

乳がんは30代から増え始め40~60代がピークです





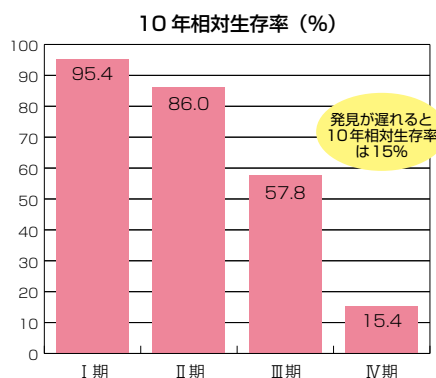
早期発見のメリット

がんの多くは早期発見、早期治療であるほど、

- ①入院・手術・通院といった治療期間が短い
- ②医療費だけでなく、家庭や仕事などの日常生活への影響も少ない
- ③手術や治療の方法を選べる
- ④再発の危険性が低いことで、本人や家族の精神的負担が軽減される

といったメリットがあります。特に乳がんはその傾向が顕著です。

しかし、発見が遅れ、ほかの臓器にがん細胞が転移(Ⅳ期)してしまうと、10年相対生存率は15%と、Ⅰ期と比べ80ポイントも下がります。



* 横軸は乳がんの進行度を表す
公益財団法人 がん研究振興財団「がんの統計2017」より

早く見つけるために

早期なら完治も可能な乳がんは、定期的な検査で発見の時期を早めることが大切です。

30代では、視触診と超音波^(*)を組み合わせた検査(ケースに応じてはマンモグラフィー検査^(**))を。そして乳がんの好発年齢に入っていく40代になったら、少なくとも2年に1度のマンモグラフィー検査(気になる方は年1回のマンモグラフィーと超音波検査)を受け、たとえ発症しても、適切な治療で早い回復を実現しましょう。

* 1: 超音波を使って乳房の断面を映し出す検査で、とても小さなしこりの発見や、マンモグラフィーでは判断が難しい、高濃度の乳腺と乳がんの判別が可能。特に妊娠中、授乳中、乳腺濃度の高い人、若い人に向いている検査方法。

* 2: 乳腺、乳房をレントゲン撮影し、手で触れてわかる乳がんだけでなく、触ってもわからないような小さな乳がんや、乳がんの特徴的な微細な石灰化の状態も発見できる診断方法。

自分で見つけた人は約半数

乳がんは自分で見つけることのできるがんです。

乳がん患者の約半数の方が、自分で異変に気付いています。

自分で触れて見つけられるしこりの大きさは2センチ以上といわれていますが、自己検診を習慣化すると、1センチほどの大きさにも気付くことができます。

定期的に乳がん検査を受けることはもとより、日頃から自分の体をよく観察して、些細な変化も見逃さないことも大切です。まずは1月に1回定期的に自己検診を実行しましょう。

①
みて



両手をあげて鏡の前に立ち、ひきつれ、くぼみ、ただれ等色や形をチェック

②
さわって



わきの下から乳房全体、乳首までを、4本の指で「の」の字を書くように、しこりや硬い部分がないかチェック

③
つまんで



乳頭の根元を軽くつまんで、血が混じったような分泌物が出ないかチェック

④
横になって



仰向けに寝て②と同じように、しこりや硬い部分がないかチェック

監修: J.POSH(日本乳がんピンクリボン運動)

朝日生命保険相互会社

本社/〒100-8103 東京都千代田区大手町2-6-1
お客様サービスセンター ☎0120-714-532
ホームページアドレス/ <http://www.asahi-life.co.jp>

取扱店・担当者



このチラシは、環境に配慮した植物油インキで印刷しています。

CSR(301590)(2018.7)