

第69回三州健康教室だより

平成19年9月13日、当院で健康教室を開催致しました。地域の方々を対象に行っておりますが、参加できなかった方も健康増進の為にこの内容を知っていただきたく、教室だよりを発行しましたのでご覧ください。

現在は、日本人女性の23人に1人が乳がんにかかる時代と言われています。40代後半から50代、60代の方が多いのですが、成人した女性なら誰でも乳癌にかかる可能性があります。

乳がんになりやすい方

- ・近親者に乳癌の方が入る方
- ・お子さんを出産していない方
- ・最初の出産が35歳以上である高齢出産をされた方
- ・閉経後の肥満の方など

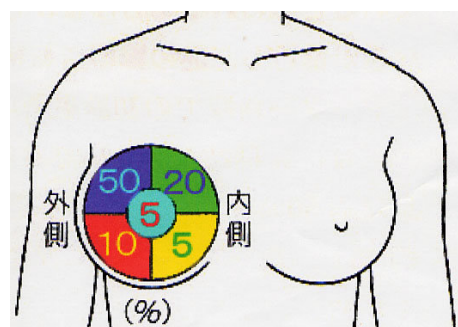
乳癌は早期に発見すれば治る確率がぐっと上がる病気で早期発見すれば治り、乳房も温存することが可能です。

乳がんの自己検診

ご自分の乳房の様子を観察し、乳首の向きや高さの変化など左右差が出て来たという異常はありませんか。生理が終わるころ仰向けになり、万歳のポーズをして触ってください。指の腹で触りしこりがないか、乳頭に血液のような分泌物がないかなど調べてみましょう。ただし自己検診は、しこりの大きさが2、3cmにならないと気づかないので、より早期に発見するには、医療機関での検診が大切です。

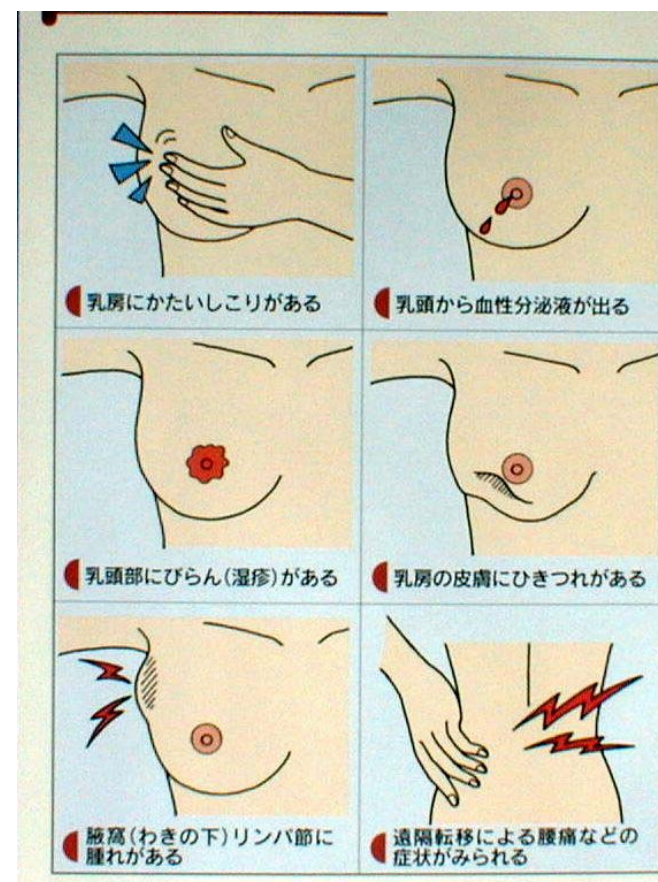
乳がんの好発部位

乳がんの自己検診の方法についてのパンフレットは当病院にありますのでお申し出下さい。



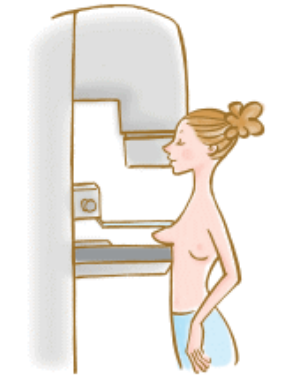
ピンクリボン
乳がんの啓蒙運動の
シンボルマークです。

乳がんの症状



乳がんの診断・検査

- 問診・視診・触診
- マンモグラフィ
- 超音波
- 細胞診 (分泌塗抹・穿刺吸引・乳頭部擦過・乳管内洗浄)
- 組織診 (摘出生検・切除生検・針生検)
- 乳房MRI・CT
- 乳管造影・乳管内視鏡・乳頭分泌液CEA濃度測定



マンモグラフィ検査

乳房再建術について

胸筋温存乳房切除術を受けた方に対して、乳房再建術があります。肩から背中に扇状に広がっている広背筋という筋肉を用いる方法です。乳癌の手術によって生じた腋下や鎖骨の下のくぼみも形成が可能です。

○一次的乳房再建術

乳房温存術あるいは、乳房全摘術を行うのと同時に再建術を行います。

○二次的乳房再建術

乳癌の手術にて乳房を切除された方が対象です

異物(インプラント)ではなく、自家組織による再建を行います。

陥没乳頭の為に、美容上または授乳上お悩みの方は乳管温存する外科手術もあります。

詳しくは、外来診察時に医師または担当看護師にご相談下さい。

乳がん術後のリンパ浮腫について

乳がんの手術後に、リンパ節が切除または破壊された為に腕などがむくむ(浮腫)ことがあります。

リンパ浮腫のケアを行うことで、むくみの軽減ができますので是非、ご相談下さい。

担当：横山晶子

高野順子 (リンパドレナージセラピスト)

次回の三州健康教室は、10月17日(水)
「肝臓」のお話です。

お問い合わせ

三州健康教室スタッフ一同
責任者：西俣里子