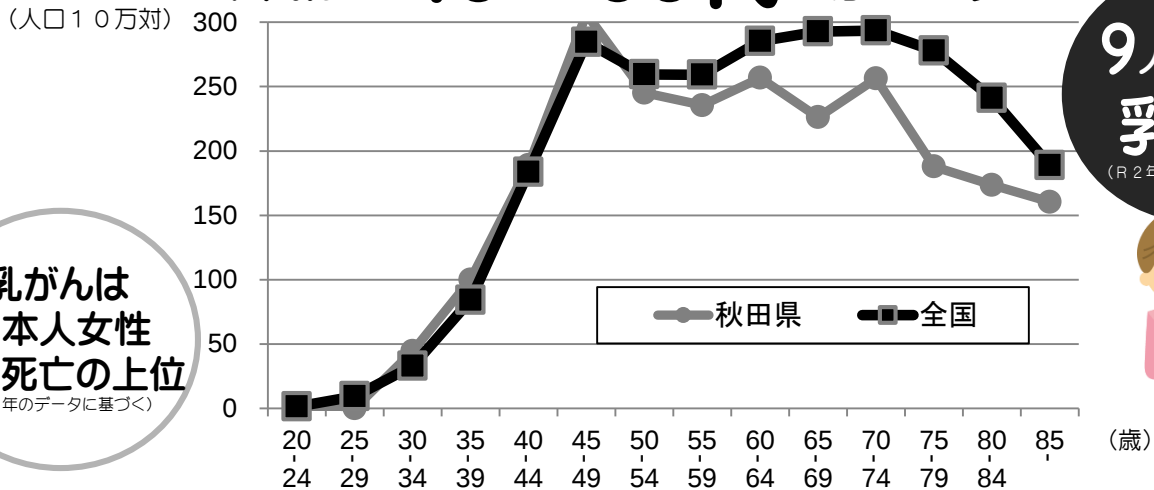


秋田市の乳がん検診を受けるかたへ

乳がんは女性がかかるがんのトップ！

年代は **40～60代** がピーク



9人に1人が
乳がんに

(R2年のデータに基づく)



乳がんは
日本人女性
がん死亡の上位
(R5年のデータに基づく)

参考：政府統計の総合窓口e-Stat 全国がん登録罹患数・率 乳がん罹患率（女性）－R3－
国立がん研究センターがん情報サービス

 早期発見がとても大切！

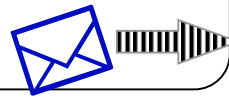
発見が遅れたり治療を受けずにいたりすると、がんは周囲に広がり、全身に転移する危険があります。しかし、乳がんは早期に発見し、適切な治療を受けると9割以上が治るといわれています。

乳がん検診の結果について

マンモグラフィ検査

※秋田市では、必要に応じて前回のフィルムと比較をし、検診の有効性を高めています。

約6週間後、秋田市から結果を自宅に送付



異常なし

「ブレスト・アウェアネス」を心がけて
(裏面)

保険診療に
なります

要精密検査

自覚症状がなくても、必ず精密検査を受けましょう。

精密検査は、医師の判断の下、マンモグラフィの追加撮影（疑わしい部位を多方面から撮影）、超音波検査、穿刺吸引細胞診や針生検などを組み合わせて行われます。

精密検査結果は、精度管理のため秋田市と乳がん検診を受診した医療機関でも共有します。



ブレスト・アウェアネス

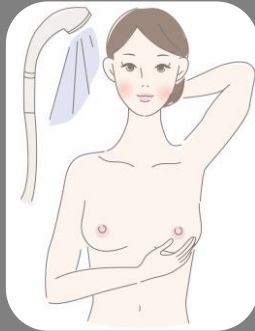
4つの習慣

ブレスト・アウェアネス (breast awareness) は、『乳房を意識する生活習慣』です。自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、意識して生活することで、乳がんの早期発見・早期診断につながります。

1

乳房の状態を知る

乳房の
セルフチェック



2

変化に気をつける

「しこり」や

「乳頭の分泌物」など



イラスト：福井県済生会病院 提供

3

変化を感じたら すぐに医療機関へ

乳房の変化を
感じたら、
受診を



4

定期的に乳がん検診

変化がなくても
2年に1回
乳がん検診を
受けましょう。※



※乳がん検診（マンモグラフィ）は、死亡率の減少効果があると国が認めている有効な検診ですが、必ずがんが発見できるわけではありません。また、がんがなくても検診結果で「要精密検査」となる場合もあります。



日常生活で気をつけるポイント

適度な運動

閉経後の肥満は
要注意！



禁煙

ほかの人の煙も
要注意！



お酒は 控えめに

1日20gまでが
摂取量の目安です。



ビール
(中ビン1本)



日本酒
(1合)



ワイン
(グラス1杯)

【 問 い 合 わ せ 先 】 秋田市保健所 保健予防課電話018-883-1176～1178

【インターネットで検索】



秋田市 乳がん検診