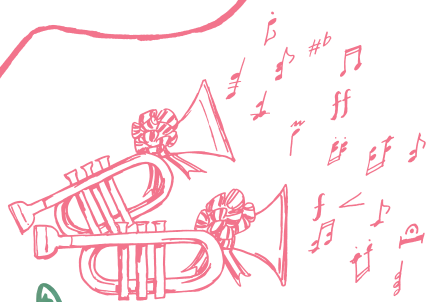


乳がん検診手帳

つくばピンクリボンの会
Tsukuba Pink Ribbon Coalition

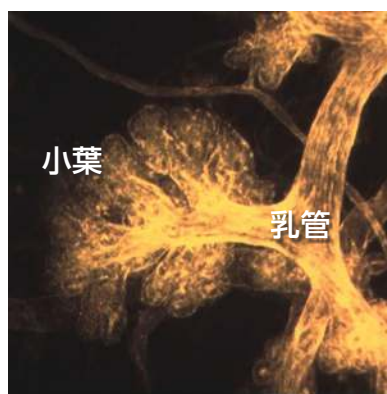
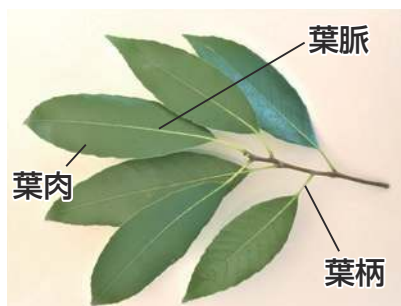


2018



乳腺の構造とがんの発生部位

乳腺の構造は樹木に似ています。樹木は幹、枝、葉により構成されています。同様に乳腺は乳管と小葉から成り、乳管は幹と枝に、小葉は葉に相当します。葉をもう少し詳しく見ると葉脈と葉肉があります。乳腺の小葉にも葉脈に相当する細い乳管があります。これらの乳管から発生するのが乳管癌、葉脈の近くで発生するのが小葉癌です。葉と枝を結びつけているのは葉柄です。乳腺では小葉外終末乳管といわれます。この葉柄と葉に相当する部分を終末乳管小葉単位といい乳癌は主にここから発生します。



乳腺の小葉と乳管

がんとは？

人間の体は総合的に統制され、それぞれの細胞はそのコントロール下にあります。そのコントロールに従わず自分勝手に活動する細胞のがんです。正常な細胞から発生します。

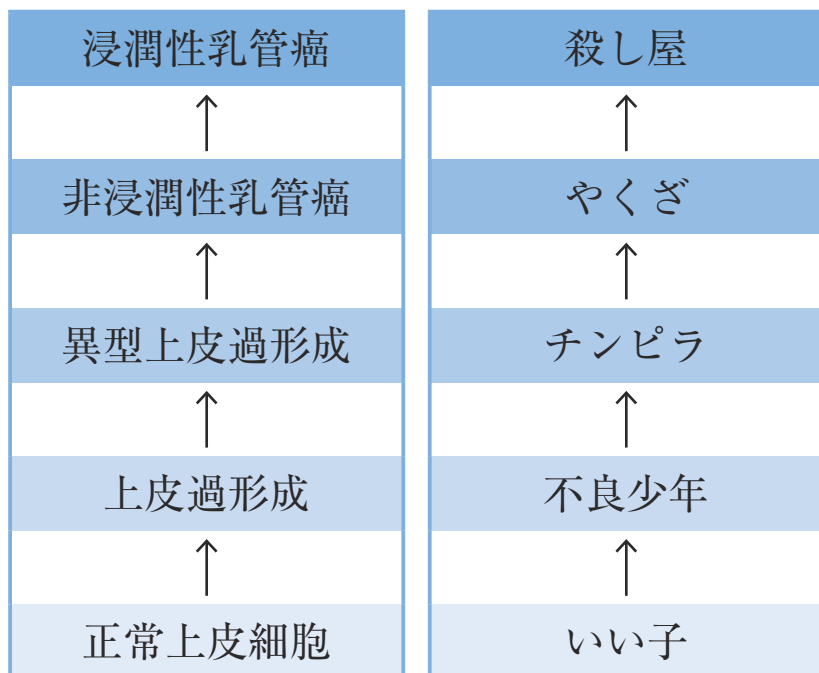
人間の体は上皮細胞と非上皮細胞とからなります。上皮とは皮膚、粘膜などです。外と通じている部分は上皮です。消化管はお腹の中にありますが、口から肛門まで管腔を形成し、外とつながっています。乳腺も乳頭から小葉まで外とつながっています。

この上皮から発生する悪性腫瘍を癌腫といいます。上皮以外から発生する非上皮性の悪性腫瘍を肉腫といいます。癌腫と肉腫を合わせてがん（悪性腫瘍）といいます。

乳がんの発生

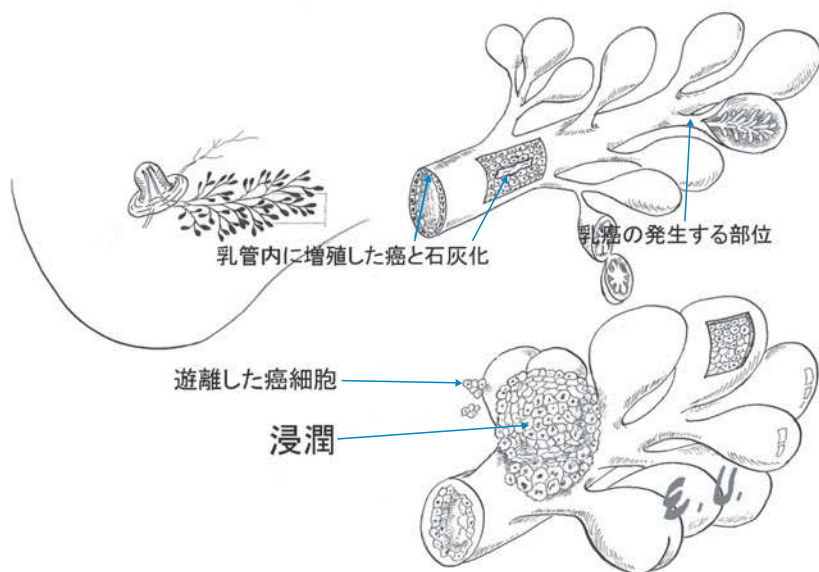
人間の社会とよく似ています。人間はいい子→不良少年→チンピラ→ヤクザ→殺人者と移行するようにがんも正常細胞→上皮過形成→異型上皮過形成→非浸潤癌→浸潤癌と変化します。

一方、いきなりいい人が殺人者になるように急にがんに変化するもあります。



乳がんの進展

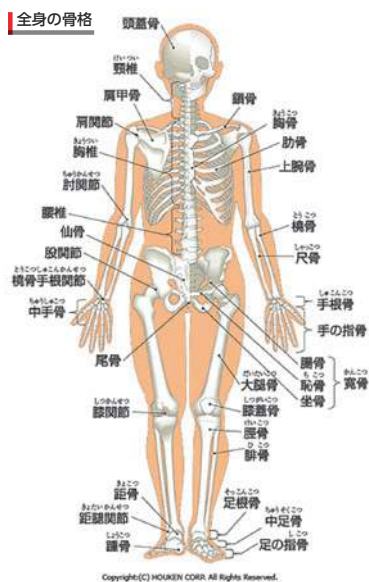
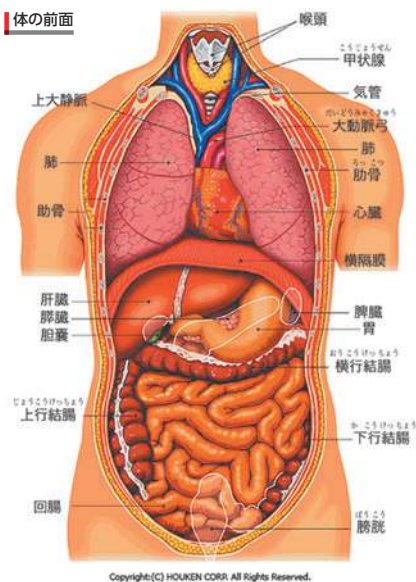
がんの悪さの程度が低い時は乳管の中で増殖します。悪さの程度が高くなりますと乳管を突き破って、リンパ管や血管に入り転移を起こします。



乳がんの転移

乳がんはリンパ管を介してリンパ節に転移をします。

また、血管を介して骨、肺、肝臓、脳に転移をします。これを血行性転移といいます。



乳がんの病期

乳がんの病期は腫瘍の大きさとリンパ節への転移の程度が関係します。

腫瘍のサイズ

腫瘍のサイズは浸潤部の大きさです。乳管内の癌（非浸潤部）は含めません。

下記のようにサイズによって T1,T2,T3 と分けます。

T1 : ～ 2.0 cm



T2 : 2.1 ～ 5.0 cm



T3 : 5.1cm ～



腫瘍サイズとリンパ節転移の有無で病期は下記のように決まります。病期は0～Ⅳの5段階です。

血行性転移があると病期はⅣとなります。

	N0	N1
T0	正常	IIA
Tis	0	IIA
T1：～ 2.0 cm 	I	IIA
T2：2.1 ～ 5.0 cm 	IIA	IIB
T3：5.1cm ～ 	IIB	IIIA

乳がん検診はどうして必要なのでしょうか？

血行性転移をきたした状態を全身病といい、現在の医療では乳がんを根絶することは不可能といわれています。

この全身病となる前に乳がんを発見し、局所にとどまっているがんを退治すれば完全治癒が見込めます。

乳がん検診ではできるだけ早い段階で乳がんを発見し、根治を目指します。

ただし、乳がん検診で乳がんの死亡を減少させたという証拠は日本ではまだありません。

しかしながら、乳がんの発生が多くなっている現在では最も有効な手段と推測されています。

茨城県の乳がん検診（対策型）

対象年齢：30 歳以上の女性

（2018 年現在です。今後引き上げる可能性があります。）

対象年齢	検診方法	頻度
30 ～ 39 歳	問診 + 超音波	1 回／年
40 歳以上	問診 + マンモグラフィ + 超音波	1 回／2 年
		マンモグラフィにあっては 2 年に 1 回、問診及び超音 波にあっては年に 1 回

注意点

- ① 40 歳未満はマンモグラフィの検診は行いません。
- ② マンモグラフィは 2 年に 1 回です。
- ③ 超音波検査は 1 年 1 回または 2 年に 1 回です。

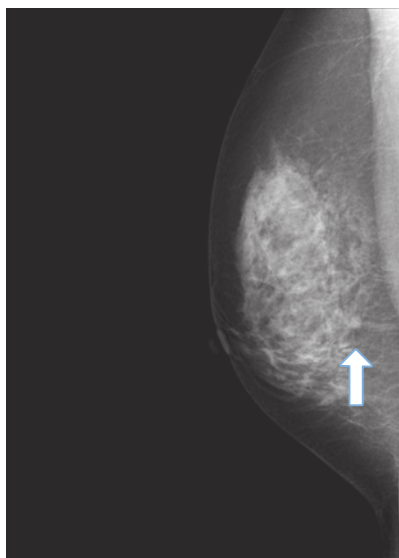
プライベートな乳がん検診（任意型）

総合的に判定され、精度が高いのが特徴です。

対象年齢	検診方法	頻度
30 ～ 39 歳	問診 + 超音波 + 視触診	1 回／年
40 歳以上	問診 + マンモグラフィ + 超音波 + 視触診	1 回／年

マンモグラフィ MG

左右の乳房を2方向から撮影します。圧迫で少し痛みを伴うときがありますが、痛みが強いときは放射線技師にお知らせください。



右乳房を内側から斜めに撮影したマンモグラフィ。

6mm大の乳がんの症例が映し出されている。

マンモグラフィ診断装置



— 乳房の構成：不均一高濃度および極めて高濃度乳房 —について

乳房内の形態は個々の女性で異なっており、その構成は人さまざまです。

乳房の構成は乳腺の割合によって下記の4つに分類されています。白いのが乳腺です。

①脂肪性

ほぼ脂肪組織で置き換わっている乳腺です。異常を検出しやすい状態です。

②散在性

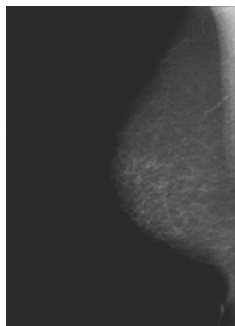
乳腺組織が比較的少ない状態です。異常を検出しやすい状態です。

③不均一高濃度

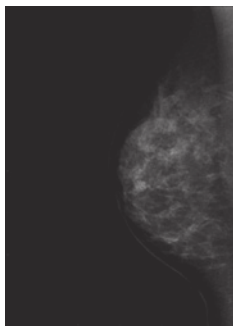
乳腺組織が比較的多く、小病変が見えにくい状態です。

④極めて高濃度

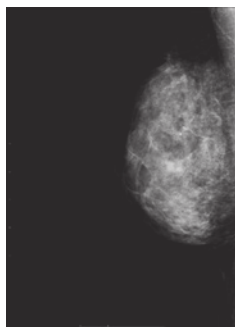
乳腺の量が非常に多く、乳がんが見つけにくい状態です。



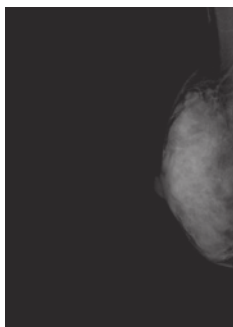
① 脂肪性の乳房



② 乳腺散在性乳房



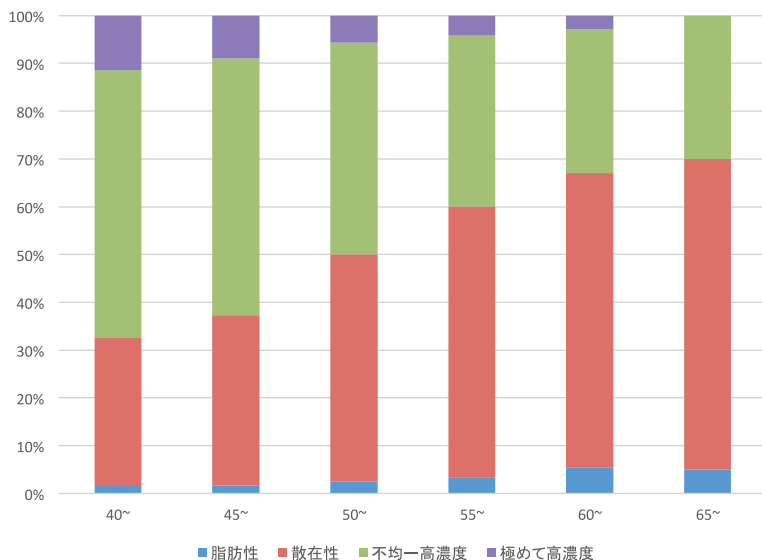
③ 不均一高濃度乳房



④ 極めて高濃度の乳房

マンモグラフィでは乳腺は白く描出されます。同様にがん病変も白く描出されます。一方、脂肪は透けて映し出されます。従いまして乳腺が多いと小さながん病変は乳腺に隠れてしまいます。不均一高濃度乳房と極めて高濃度の乳房の二つを合わせて高濃度乳房といいます。これは乳房の多様性の一つで病気ではありません。このタイプはマンモグラフィ検査では内部が観察しづらく病変の有無の判定はできないという状態です。

茨城県総合健診協会のデーターでは高濃度乳房の割合は年齢が若いほど高くなっています。40歳代では、60%以上の方が高濃度乳房です。



高濃度乳房と判定された方には、超音波による検診を受けることをお勧めいたします。

自分の乳房はどのようなになっているか知ることが大事です。○で囲んでください。

私の乳房は

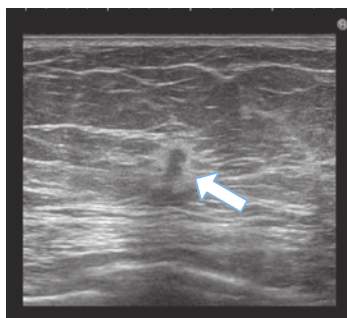
① 脂肪性 ② 散在性 ③ 不均一高濃度 ④ 極めて高濃度

超音波検査 US

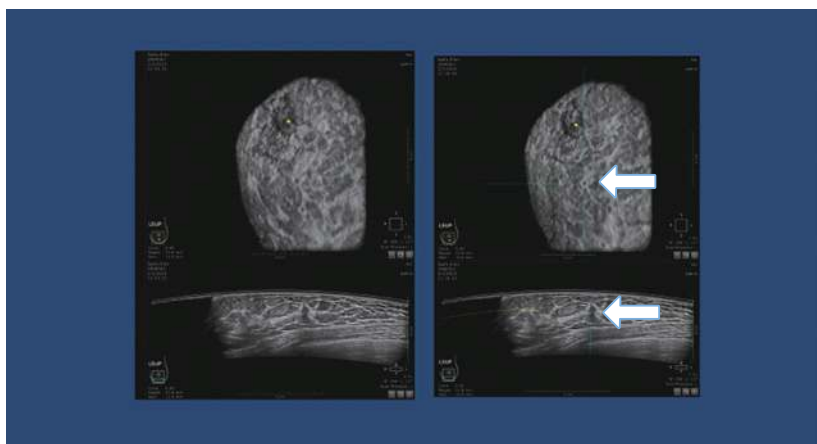
超音波検査にはハンドヘルド型超音波と自動全乳房超音波との2種類があります。一般的には手で持って操作するハンドヘルド型が用いられています。



ハンドヘルド型乳房超音波



4 mm 大の小さな乳がん



自動全乳房超音波画像 10mm の乳がん

カテゴリー分類

乳がん検診を受けますとその結果はカテゴリーで通知されます。これは乳がんの可能性がどのくらいかという程度を表しています。

カテゴリー 1 今回の乳がん検診では、異常は認められませんでした。
(これは良性疾患も含めて異常所見がないということを表しています。)

カテゴリー 2 良性と考えられる所見が認められる。
現時点では精密検査の対象となりません。
(良性の病気が認められていることになります。癌が潜んでいる可能性は1%以下です。良性の疾患としては嚢胞、線維腺腫、乳腺症などがあります。)

カテゴリー 3 ほぼ良性と考えられますが、がんを完全には否定できない所があります。
(がんの可能性は3～5%です。更なる精密検査または経過観察が必要です。)

カテゴリー 4 がんが疑われる病変があり、組織学的な診断が必要です。
必ず精密検査を受けてください。
(がんの確率は30～70%です。組織学的な診断が必要です。早めに精密検査施設を受診してください。)

カテゴリー 5 がんが強く疑われる病変があり、組織学的な診断が必要です。
必ず精密検査を受けてください。
(がんの可能性は90%以上です。すぐに精密検査施設を受診してください。)

カテゴリー 3 以上が精密検査の対象となります。
末尾に掲載した精密検査機関を受診してください。

自分できる乳がんの予防

三分の二の乳がんは女性ホルモンのエストロゲンと密接な関係にあります。エストロゲンの量が多いと乳がんが発症します。

食生活が豊かになりますと卵巣が活発となりエストロゲンが多く分泌され、女性は美しくなります。その反面、乳がんのリスクが高くなります。特に高タンパク、高脂肪の洋風の料理には注意し、過剰栄養にならないように気を付けましょう。初潮が早かった方、閉経の遅かった方は要注意です。授乳は卵巣機能を抑えますので乳がんの発症を抑えと考えられています。

大豆にはイソフラボンという物質が含まれており、これがエストロゲンの作用する部位に先にくっついてエストロゲンの働く場をなくしてしまいます。味噌汁を多く取る日本人はこれで乳がんの発症を予防しているかもしれません。

5～15%の乳がんは遺伝も関係しています。近親者に乳がんが発症している場合は要注意です。その場合には主治医に遺伝についてご相談ください。必要な時は遺伝外来を紹介していただけるでしょう。遺伝性と判定されたときは20歳代からの乳がん検診をお勧めいたします。

茨城県の乳がん検診施設一覧

登録検診実施機関 乳がん検診【平成 30 年 4 月 1 日現在】

No.	医療機関名	郵便番号	電話番号	管轄 保健所
1	石井外科内科医院	310-0851	029-243-0121	水戸
2	一般財団法人茨城県メディカルセンター	310-8581	029-243-1111	水戸
3	岩崎病院	310-0852	029-241-8700	水戸
4	江幡産婦人科・内科病院	310-0024	029-224-3223	水戸
5	水府病院	311-4141	029-309-5000	水戸
6	葉梨外科内科	310-0836	029-247-2232	水戸
7	クリニック健康の杜	310-0851	029-305-6655	水戸
8	水戸済生会総合病院	311-4145	029-254-5151	水戸
9	水戸赤十字病院	310-0011	029-221-5177	水戸
10	皆川医院	310-0852	029-243-5521	水戸
11	小関外科胃腸科医院	310-0851	029-241-2662	水戸
12	志村病院	310-0026	029-221-2181	水戸
13	三愛クリニック	319-0325	029-259-1717	水戸
14	北水会記念病院	310-0035	029-303-3003	水戸
15	大場内科クリニック	310-0841	029-304-0111	水戸
16	いばらき健康管理センター	310-0913	029-243-6220	水戸
17	水戸中央病院健診センター百合が丘	311-1135	029-309-8521	水戸
18	あいん常澄医院	311-1131	029-240-5000	水戸
19	ねもとクリニック	309-1738	0296-77-7011	水戸
20	茨城県立中央病院	309-1703	0296-77-1121	水戸
21	大洗海岸病院	311-1311	029-267-2191	水戸

No.	医療機関名	郵便番号	電話番号	管轄 保健所
22	おみたまクリニック	319-0123	0299-46-7800	水戸
23	伊藤医院	312-0026	029-272-2628	ひたちなか
24	尚仁会クリニック	312-0034	029-271-3409	ひたちなか
25	加瀬病院	312-0033	029-273-2071	ひたちなか
26	恵愛小林クリニック	311-1226	029-263-0651	ひたちなか
27	田崎外科医院	312-0033	029-272-5524	ひたちなか
28	原レディースクリニック	312-0018	029-276-9577	ひたちなか
29	(株) 日立製作所ひたちなか総合病院	312-0057	029-354-5111	ひたちなか
30	ひたちなか母と子の病院	312-0055	029-273-2888	ひたちなか
31	山崎クリニック	311-1241	029-263-3621	ひたちなか
32	マナ・クリニック	312-0011	029-354-0707	ひたちなか
33	尾形クリニック	319-1112	029-282-4781	ひたちなか
34	村立東海病院	319-1112	029-282-2188	ひたちなか
35	県北医療センター高萩協同病院	318-0004	0293-23-1122	日立
36	北茨城市民病院	319-1711	0293-46-1121	日立
37	小山記念病院	314-0030	0299-85-1111	潮来
38	白十字総合病院	314-0134	0299-92-3311	潮来
39	いがらしクリニック	301-0826	0297-62-0936	竜ヶ崎
40	牛尾病院	301-0007	0297-66-6111	竜ヶ崎
41	野村医院	301-0000	0297-62-6561	竜ヶ崎
42	龍ヶ崎済生会病院	301-0854	0297-63-7111	竜ヶ崎
43	取手北相馬保健医療センター医師会病院	302-0032	0297-78-6111	竜ヶ崎
44	上柏田クリニック	300-1232	029-878-0210	竜ヶ崎
45	はなみずきクリニック	300-1234	029-871-1711	竜ヶ崎
46	椎名産婦人科	300-1234	029-872-0799	竜ヶ崎

No.	医療機関名	郵便番号	電話番号	管轄 保健所
47	つくばセントラル病院	300-1211	029-872-1771	竜ヶ崎
48	牛久愛和総合病院	300-1231	029-873-3111	竜ヶ崎
49	まつなみクリニック	300-1207	029-873-5111	竜ヶ崎
50	そが内視鏡・消化器クリニック	300-1207	(6/4 開院予定)	竜ヶ崎
51	セントラル総合クリニック	300-1232	029-875-3511	竜ヶ崎
52	総合守谷第一病院	302-0102	0297-45-5111	竜ヶ崎
53	守谷慶友病院	302-0118	0297-45-3311	竜ヶ崎
54	貝塚みずき野クリニック	302-0121	0297-21-1221	竜ヶ崎
55	よしだ胃腸内科クリニック	302-0109	0297-48-0007	竜ヶ崎
56	ウララ胃腸科外科	300-0036	029-825-4477	土浦
57	鈴村医院	300-0038	029-821-0174	土浦
58	高野医院	300-1174	029-841-0154	土浦
59	中山産婦人科医院	300-0033	029-822-3852	土浦
60	淀縄医院	300-0038	029-822-5615	土浦
61	国立病院機構霞ヶ浦医療センター	300-0812	029-822-5050	土浦
62	石川クリニック	300-0038	029-821-2587	土浦
63	石岡市医師会病院	315-0009	0299-22-4321	土浦
64	山王台病院	315-0037	0299-26-3130	土浦
65	東京医科大学茨城医療センター	300-0332	029-887-1161	土浦
66	まつばらウィメンズクリニック	300-1152	029-830-5151	土浦
67	あおやぎ医院	305-0023	029-857-1522	つくば
68	庄司産婦人科小児科医院	305-0861	029-836-0405	つくば
69	筑波学園病院	305-0854	029-836-1355	つくば
70	筑波記念病院	300-2622	029-864-1212	つくば
71	つくば双愛病院	300-1245	029-873-2511	つくば

No.	医療機関名	郵便番号	電話番号	管轄 保健所
72	中川医院	300-3264	029-864-7760	つくば
73	前島レディースクリニック	305-0035	029-859-0726	つくば
74	つくば総合健診センター	305-0005	029-856-3500	つくば
75	つくば国際プレストクリニック	305-0031	029-856-0819	つくば
76	研究学園クリニック	305-0817	029-860-5355	つくば
77	結城病院	307-0001	0296-33-4161	筑西
78	遠藤産婦人科医院	308-0005	0296-20-1000	筑西
79	平間産婦人科医院	308-0021	0296-22-3741	筑西
80	宮田医院	308-0031	0296-22-2440	筑西
81	三岳荘小松崎病院	308-0005	0296-24-2331	筑西
82	筑西市民病院	308-0847	0296-28-2261	筑西
83	砂沼湖畔クリニック	304-0028	0296-43-8181	常総
84	平間病院	304-0002	0296-43-5100	常総
85	宇津野医院	304-0068	0296-45-0311	常総
86	植竹医院	303-0023	0297-23-1135	常総
87	きぬ医師会病院	303-0016	0297-23-1771	常総
88	木根淵外科胃腸科病院	306-0632	0297-35-3131	常総
89	友愛記念病院	306-0232	0280-97-3000	古河
90	秋葉産婦人科病院	306-0013	0280-32-3335	古河
91	古河赤十字病院	306-0234	0280-23-7111	古河
92	遠藤医院	306-0023	0280-32-0070	古河
93	田中医院	306-0037	0280-23-0600	古河
94	古河病院	306-0041	0280-47-1010	古河
95	茨城西南医療センター病院	306-0433	0280-87-8111	古河
96	中村医院	306-0417	0280-86-5201	古河

茨城県乳がん精密検査施設一覧

検診で異常ありといわれたときに受診する施設です。

登録精密検査医療機関 乳がん検診 【平成 30 年 4 月 1 日現在】

No.	医療機関名	郵便番号	電話番号	管轄 保健所
1	一般財団法人茨城県メディカルセンター	310-8581	029-243-1111	水戸
2	水府病院	311-4141	029-309-5000	水戸
3	水戸済生会総合病院	311-4145	029-254-5151	水戸
4	水戸赤十字病院	310-0011	029-221-5177	水戸
5	志村病院	310-0026	029-221-2181	水戸
6	水戸協同病院	310-0015	029-231-2371	水戸
7	茨城県立中央病院	309-1703	0296-77-1121	水戸
8	国立病院機構水戸医療センター	311-3193	029-240-7711	水戸
9	(株) 日立製作所ひたちなか総合病院	312-0057	029-354-5111	ひたちなか
10	おおたしろクリニック	317-0062	0294-22-8800	日立
11	はらクリニック	316-0002	0294-28-5566	日立
12	(株) 日立製作所日立総合病院	317-0077	0294-23-1111	日立
13	県北医療センター 高萩協同病院	318-0004	0293-23-1122	日立
14	小山記念病院	314-0030	0299-85-1111	潮来
15	まつなみクリニック	300-1207	029-873-5111	竜ヶ崎
16	牛久愛和総合病院	300-1231	029-873-3111	竜ヶ崎
17	つくばセントラル病院	300-1211	029-872-1771	竜ヶ崎
18	社団法人 若竹会 セントラル総合クリニック	300-1232	029-875-3511	竜ヶ崎
19	牛尾病院	301-0007	0297-66-6111	竜ヶ崎
20	龍ヶ崎済生会病院	301-0854	0297-63-7111	竜ヶ崎

No.	医療機関名	郵便番号	電話番号	管轄 保健所
21	取手北相馬保健医療センター医師会病院	302-0032	0297-78-6111	竜ヶ崎
22	守谷慶友病院	302-0118	0297-45-3311	竜ヶ崎
23	貝塚みずきのクリニック	302-0121	0297-21-1221	竜ヶ崎
24	よしだ胃腸内科クリニック	302-0109	0297-48-0007	竜ヶ崎
25	総合病院土浦協同病院	300-0028	029-830-3711	土浦
26	国立病院機構霞ヶ浦医療センター	300-0812	029-822-5050	土浦
27	石岡市医師会病院	315-0009	0299-22-4321	土浦
28	山王台病院	315-0037	0299-26-3130	土浦
29	東京医科大学茨城医療センター	300-0332	029-887-1161	土浦
30	筑波学園病院	305-0854	029-836-1355	つくば
31	筑波記念病院	300-2622	029-864-1212	つくば
32	筑波大学附属病院	305-0005	029-853-3570	つくば
33	筑波メディカルセンター病院	305-0005	029-851-3511	つくば
34	つくば国際プレストクリニック	305-0031	029-856-0819	つくば
35	結城病院	307-0001	0296-33-4161	筑西
36	筑西市民病院	308-0847	0296-28-2261	筑西
37	平間病院	304-0002	0296-43-5100	常総
38	湖南病院	304-0056	0296-44-2556	常総
39	きぬ医師会病院	303-0016	0297-23-1771	常総
40	木根淵外科胃腸科病院	306-0632	0297-35-3131	常総
41	秋葉産婦人科病院	306-0013	0280-32-3335	古河
42	友愛記念病院	306-0232	0280-97-3000	古河
43	古河赤十字病院	306-0014	0280-23-7070	古河
44	茨城西南医療センター病院	306-0433	0280-87-8111	古河

乳がん検診の履歴

(MG：マンモグラフィ、US：超音波)

受診日	年齢	施設	MG カテゴリー	乳房構成 P.12 参照	US カテゴリー



特定非営利活動法人 つくばピンクリボンの会

〒305-0005 茨城県つくば市天久保1-1-1 筑波メディカルセンター
メディカルスクエア2F

TEL/FAX 029-856-2002

メールアドレス tsukuba-pinkribbon@nifty.com

<http://www.tsukuba-pinkribbon.com/>

この手帳は、

平成29年度茨城県企画提案型がん対策推進事業の補助金で作られました。

著：植野 映 特定非営利活動法人つくばピンクリボンの会理事長

2018年3月