

Vol. 54 ブレスト・アウェアネスご存知ですか??

文責：診療放射線技師チーム

❀ ブレスト・アウェアネス ❀

ブレスト・アウェアネスとは乳房を意識する生活習慣のことです。乳がんは年々増加傾向にあり、自覚症状を認めることにより発見される場合があります。乳がんは早期発見・治療で比較的良好な経過をたどるといわれています。ブレスト・アウェアネスは早期発見・治療につながる重要な生活習慣です。

❀ 乳がんと日本人女性 ❀

女性がかかる“がん”第**1**位
部位別“がん”死亡数 第**4**位
日本人女性の**9**人に**1**人が
乳がんになると推定!!

乳がんは30代から増加し、40代後半から70歳にかけて最も多くなるといわれています。乳がんは女性にとって大変身近な病気なのです。



❀ ブレスト・アウェアネス4つのポイント ❀

1 乳房の状態を知る

日頃から
見て・触って・感じる

2 乳房の変化に気をつける

しこり、くぼみ、ひきつれ、乳頭からの分泌物などないですか??

3 変化に気づいたらすぐ医療機関へ!!

次の検診を待たずに専門の医療機関を受診しましょう

4 40歳になったら

定期的に乳がん検診を受けましょう

一緒にチェック
してみましょう



普段の自分の乳房をしらなければ、変化があったときに気づくことは難しいです。自己触診のように「しこりを探す」という行為ではありません。

「自分の乳房の状態を知る」ことがブレスト・アウェアネスの第1歩です!!
乳がんは、早期発見・治療で90%以上の方が治るともいわれています。まず乳がん検診をしっかりと受けていただき、検診までの間はブレスト・アウェアネスでご自身の乳房を大切に见守ってあげてください。

当センターでは、乳がん検診、オプション検査対応しております。

健診の際は、お気軽にご相談ください