

30歳代の

乳房エコー（超音波）検査について

藤枝市では、30歳代の希望者に、乳房エコー検査を実施しています。
併せて、乳房のセルフチェック（裏面「おっぱいチェック」参照）を行うとより効果的です。
乳房エコー検査を受けない場合も、セルフチェックで自分の乳房に関心を持つことを始めましょう。



乳がん検診について、国の指針では40歳以上の人を対象にマンモグラフィ検査を実施することが推奨されています。30歳代の「乳房エコー検査」は、国の指針によるものではなく任意の検査となりますので、以下のメリット・デメリットをよくお読みいただき、受診するか否かについて、ご自身で判断してください。

検査は、2年に一回になります。受診券が発行された年に受診されない場合は、受診券が発行されなくなります。ただし、再開は可能です。希望する人は再度お申し込みください。
検査を受けない人は、お手数ですが、藤枝市健康推進課までご連絡ください。



乳房エコーってどんな検査？

超音波を使って乳房の病変を検査する方法です。乳房にゼリーを塗り、プローブと呼ばれるセンサーを乳房にあて乳房内部の画像をモニターに映し出し診断します。

乳房エコー検査のデメリットは？

- ♥ マンモグラフィに比べると、治療の必要のない良性の変化を拾い上げすぎる傾向があるという研究結果もあり、現時点では、検診において死亡率減少効果があったと科学的に証明されているわけではないことから、検診に有効かどうか、現在も研究が進められている。
- ♥ 微細な石灰化の段階の腫瘍を発見しにくい。

乳房エコー検査のメリットは？

- ♥ 針を刺したり、放射線（マンモグラフィは放射線を利用した検査）や薬を使わないため、身体への負担は軽い。
- ♥ 乳腺密度の高い人や若い人への検査に適している。
- ♥ 医師の視触診やセルフチェックでは発見できないしこりや、見つかったしこりが良性か悪性かの診断に有効。
- ♥ 妊娠中や授乳中の人でも検査を受けることができる。＊妊娠中の方は、安定期（妊娠中期）に受診することをお勧めします。



乳房エコーを受けるにはどうしたらいいの？

予約制です

専用フリーダイヤル

0120-876-557

予約する



受ける



4週間後

結果が届く

精密検査が必要です

という結果なら、必ず医療機関で検査を受けましょう

精密検査は必要ありません

という結果なら、次回は2年後に受診券が発行されます

※予約変更・キャンセルは、050-3645-8958（受付9～17時／土日祝除く）

【藤枝市に各種特別警報および暴風警報が発令された場合の対応】

感染症の流行状況や悪天候などにより、予告なく検診が中止となる場合があります。あらかじめご了承ください。
また、各種警報が発令された場合については、右記をご参照ください。

警報解除時刻	検診実施の有無
午前6時までに解除	通常どおり実施
午前10時までに解除	午後の検診は実施
午前10時以降に解除	午前・午後とも中止

30歳代の
あなたも

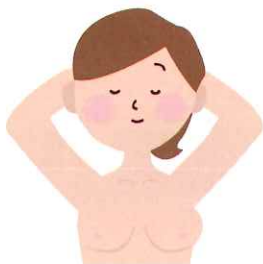
ブレスト・アウェアネス

(乳房を意識する生活習慣を！)

あなたの乳房をまもるために月1回のおっぱいチェック

- ✓ 毎月、月経終了の1週間後くらいに、また閉経した人は日を決めて乳房セルフチェックをしましょう
- ✓ ふだんから自分のおっぱいに関心を持って、少しでもふだんと違うところ(下記参照)があれば受診しましょう

みる



- ♥ 鏡の前で両腕を下げた状態で乳房や乳頭の形をおぼえる
- ♥ 両手を頭の後ろで組んだ状態で見る

ひきつれ、くぼみ、乳輪の変化、
乳頭のへこみ、湿疹はありませんか？

さわる



- ♥ ボディーソープの泡やオイル、ジェルをつける
※セルフチェック用グローブも販売されており、
乳房の指触りを分かりやすくできます。
- ♥ 左乳房は右手で、右乳房は左手で
- ♥ 4本の指で10円玉大の「の」の字を書くように
指を動かす

しこりや硬い部分はありませんか？

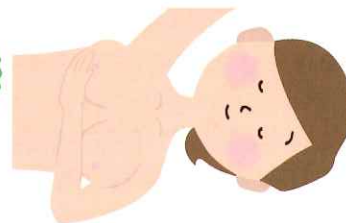
つまむ



- ♥ 乳頭の根元をつまみしぼる

血の混じったような分泌物は
出ませんか？

ねて
さわる



- ♥ 仰向けに寝て乳房をさわる
※背中の下に低めの枕か、たたんだタオルを入れると
より分かりやすくなります。

しこりや硬い部分はありませんか？

気になる症状がある方は、すぐに専門医(乳線外科・外科)を受診しましょう

	近隣の医療機関	電話番号	住 所
藤枝市	藤枝市立総合病院(乳腺外科)	646-1111	駿河台4-1-11
	藤枝平成記念病院(外科)	643-1230	水上123-1
焼津市	岡本石井病院(乳腺外科)	627-5585	小川新町5-2-3
	コミュニティーホスピタル甲賀病院(乳腺外科)	628-5500	大覚寺2-30-1
島田市	よしとみクリニック(乳腺外科)	0547-33-0333	中央町18-2

診療時間等は各病院へお問い合わせください。

お問い合わせ

藤枝市健康推進課(保健センター) ☎426-0078 藤枝市南駿河台1-14-1
【TEL】645-1111 【FAX】645-2122 【Eメール】hokencenter@city.fujieda.shizuoka.jp