



服部病院 婦人科
服部 奈緒 先生

「がん検診を受けるメリット」
〜婦人科医の立場から〜
特に症状がないうちに、検診を受け、異常が早期に見つかれば、早期治療につながる事ができます。進行したがんが見つかる患者さんは、定期的に検診を受けていない方が多いと感じます。婦人科でいうと、子宮頸がんでは、検診で初期の段階で発見できる可能性が高く、治療が必要な場合であっても子宮を温存できる可能性が高まり、将来妊娠・出産につながる事ができます。

ドクターに聞く

検診を受けて、自分のカラダに関心を

がん検診について、受診することの重要性や気を付けることなどをドクターに伺いました。

検診、自分自身について知る勇気

一度検診を受けると、「思ったほど検査は痛くなかった」「こんなものか」と言われる方もあり、今まで検診に対して抵抗があった方の中にも敷居が低くなった方がおられます。検診を受ける前は、検査内容や結果がどんなものなのか、想像で不安に感じることがあると思いますが、検診を受けることで解決されることもあります。私たち医師も十分に説明しコミュニケーションを取りながら検診をしますので心配せず受診していただきたいと思います。そして、定期的に検診を受ける習慣をつけてほしいです。

検診を受けることは、自分自身の身体を知ることです。自身の身体を知ること、病気を予防、予防などの意識が高まり、健康で生活できる人が多くなることも考えられます。一人一人の健康寿命の延伸に繋がればうれしいです。

市のがん検診の取り組みは

市の子宮頸がん検診には、子宮頸部の細胞診検査と、65歳以下の方で個別健診（医療機関での健診）であれば

「ご存知でしょうか。日本人の3人に1人が「がん」で亡くなっていることを。そして、がん罹患者・死亡者が近年激増していることを。」

日本では、30年前と比較すると、がんにかかる方が3倍、がんで亡くなる方が2倍になっています。また、食生活の変化などの理由から若年患者も増加しています。

多くのがんは原因が分からず、完全に予防することは不可能と知られています。しかし、生活習慣を見直す「二次予防」に加え、検診を定期的に受け、早期発見する「二次予防」つまり、がんの早期発見・早期治療が大変重要であると言えるのです。

国内がん検診率
50%
で、年間に助かる
命の数
約2万人

あなたや大切な方の未来を「がん」から守るためにはどうすればよいのか、一緒に考えましょう。

HPV検査を併用して実施できるようになっています。HPVワクチンの接種普及や検診を受けてくれる方が増えれば子宮頸がんを予防できます。子宮頸がんは20代後半以降から増えているため、特に若い女性の方には子宮頸がん検診を受けてほしいです。

また、令和3年度の市の乳がん検診の受診率は、5大がんの中で唯一、県の平均以下となっています。年を追うごとに乳がんは増えているという実感があるため、40代以降になれば、乳がん検診をおすすめします。市ではマンモグラフィ検査とエコー検査が毎年交互に受けられる仕組みがあります。日頃から自己検診をしてセルフチェックを行うことも大切なことだと思っています。

最後に

生活習慣病を予防するためには、特定健診（基本健診）を受診することも大切です。市の集団健診は、がん検診と特定健診（基本健診）がセットで同日に受診できますので、自身の健康管理のために、町ぐるみ健診などを上手に利用することをおすすめします。

乳がんのセルフチェック ～しこりがないか確認～

鏡の前で

両手を上げ下げし、観察します。乳房の形や高さに左右差がないかなどを確認します。

入浴時に

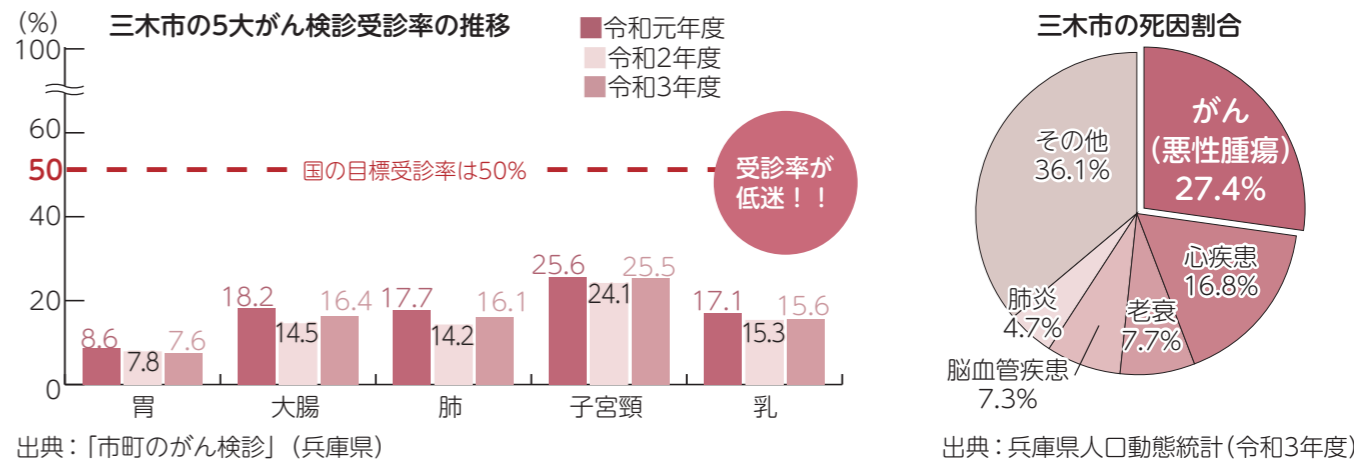
乳房に石けんをぬり、親指以外の4本の指をそろえ、指の腹側で乳房全体を調べます。腕を上げた状態と下げた状態を調べます。わきの下に指を入れ、腕を下げた位置も調べます。

おおむけに寝て

肩の下にタオルなどを入れ、乳房全体が体の胸の上に広がるようにしてください。全体をまんべんなく触り、乳頭の奥、わきに近い部分も調べます。

乳頭をつまんで

お乳をしぼるように乳首をつまんで乳頭から分泌物や血液がでないかを調べます。



あなたに受診してほしい、がん検診はこれ！！

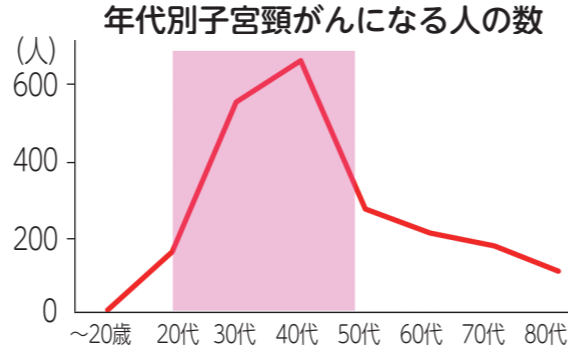
20代・30代女性

.....おすすめの検診.....

子宮頸がん検診

乳がんエコー検査

子宮頸がんは、20代後半以降から増えるがんです。早期のうちに治療すれば、妊娠・出産につなげることができます。



40代・50代女性

.....40代女性のおすすめの検診(かかっている人が多い順).....

- 1 乳がん
- 2 子宮頸がん
- 3 大腸がん
- 4 肺がん
- 5 胃がん

.....50代女性のおすすめの検診(かかっている人が多い順).....

- 1 乳がん
- 2 大腸がん
- 3 子宮頸がん
- 4 肺がん
- 5 胃がん

40代・50代の女性に多いのが、乳がんです。検診受診を心がけセルフチェックで確認することが大切です。



60代以上の女性

.....おすすめの検診(かかっている人が多い順).....

- 1 大腸がん
- 2 乳がん
- 3 肺がん
- 4 胃がん
- 5 子宮頸がん

60代になると、がんになる人は激増します。早期のうちは自覚症状がないため、検診を受けないと見つけられない可能性があります。



40代・50代男性

.....おすすめの検診(かかっている人が多い順).....

- 1 大腸がん
- 2 肺がん
- 3 胃がん
- 4 前立腺がん

40代・50代男性の死亡原因1位はがんです。がんは40代から増えるため、健康に自信があるうちから定期的に検診を受診することが重要です。

60代以上の男性

.....おすすめの検診(かかっている人が多い順).....

- 1 大腸がん
- 2 肺がん
- 3 前立腺がん
- 4 胃がん

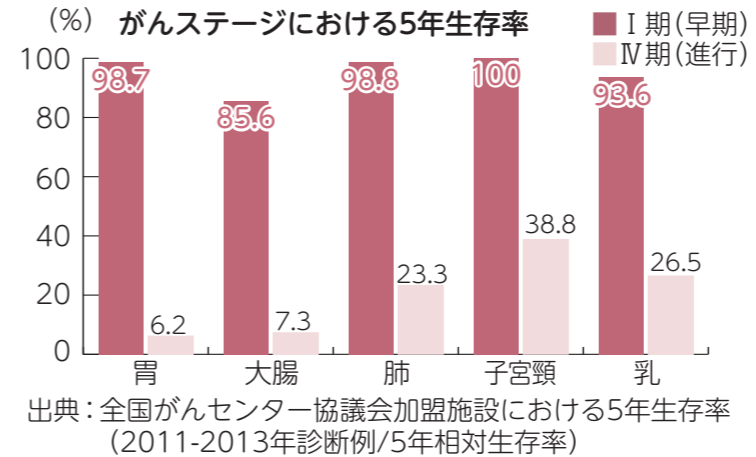
60代になると、がんになる人は激増します。早期のうちは自覚症状がないため、検診を受けないと見つけられない可能性があります。

検診が無料で受けられます。
無料対象の方には、この封筒で無料券を配布中！



詳しくはこちら

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」（兵庫県・2019）



検査で異常が見つかったらどうするの？

がんは検診で早期発見することができ、さらに早期に治療を受けることで死亡率が低下することが科学的に証明されており、がん検診はとて有効な手段とされています。

検診で「要精密検査」と判定された方は、早期に医療機関を受診し、治療が必要かどうかの確認を行うことが大切です。

「要精密検査」「がん」ではありません。異常が認められない場合もありますし、「がん」以外の病気が見つかる場合もあります。もし、「がん」と診断された場合でも、早期発見できれば、治療して治る可能性が高まります。上手に付き合い治療することで自立した日常生活を送ることも可能となります。

一方、精密検査を受診しないまま放置していると、不安な思いを抱えながら見つかるはずの病気を見落とし、進行することになりかねません。精密検査が必要とされた方は、必要以上に怖がらず、できるだけ早く医療機関を受診するようにしましょう。

がん検診は、がんを早期に見つけるチャンスととらえ、10年先、20年先も大切な人と健康に過ごせるように定期的に受診しましょう。

検診を受診されている市民の方にお話を伺いました

不安でしたが今では気軽に職場で検診に行くように言われたことがきっかけで、市で行っている町ぐるみ健診を受診しました。受診前は不安でしたが、友達と一緒に町ぐるみ健診を受けることができ、受診後にはランチをし、気軽に受診できました。自分の身体を知るためにも、定期的に検診を受けていきたいです。

毎年、検診を受診しています。がん家系ということもあり、30代から検診を受けるようになりました。年とともに身体の変化を感じるので、検診でしっかりみてもらえるのは安心です。今後も家族と楽しい日々を送れるように、検診を受け、長く健康に過ごしたいと思っています。



M.C.さん(40代)



M.T.さん(40代)

町ぐるみ健診の案内が
お手元にない場合

- 案内・申込書がほしい場合
総合保健福祉センターや市立公民館、吉川支所の窓口で入手できます。
- インターネットで申し込む場合
右記の二次元コードから申し込みできます。



この日程は、申込なしで受診できます！！
町ぐるみ健診では、基本健診とがん検診を受診できます。

9月の町ぐるみ健診日程

日時	場所
6日(水) 午前	吉川町公民館
7日(木) 午前	細川町公民館
8日(金) 午前	別所町公民館
13日(水) 午前	志染町公民館
14日(木) 全日	自由が丘公民館
20日(水) 全日	青山公民館



町ぐるみ健診についてはこちら