



乳がんについて知っておきましょう

<乳がんとは>

2019年、乳がんと診断された患者数はおよそ10万例で、女性が患うがんの中で最も多く、生涯に乳がんを患う女性は9人に1人と推定されています。最新の2021年のデータでは、女性年代別30～64歳の死亡数が1位となっています。

<治療について>

乳がんの治療には、外科療法、薬物療法、放射線療法などがあります。最近では、ラジオ波焼灼術が保険適応となり、治療の選択肢が増えました。実際に個々の患者さんで治療方針を決める際は、ステージとがん細胞のタイプに応じて、適切な治療を組み合わせることで決めていきます。

乳腺専門医は、診療ガイドラインに沿って標準治療を提案することが多いです。標準治療とは、「現時点で、患者さんに最も効果が期待でき、安全性も確認された最善の治療」のことです。治療の詳細な内容は、『患者さんのための乳がん診療ガイドライン 2023年版』に掲載されています。

<日頃から気をつけよう>

早期発見には検診や受診が重要ですが、日頃から乳房の状態を意識する生活習慣「ブレスト・アウェアネス」も大切です。



自分の乳房の状態をまず知り、変化に気を付けることは、日常生活の中でも取り組むことができ、継続できます。また、この生活習慣を身に付けることで、乳房と乳がんに対する関心が高まり、さまざまな情報を十分に活用すること（ヘルス・リテラシー）の向上も期待されます。

★「ブレスト・アウェアネス」4つのポイント★

01. 普段から乳房をチェックして、自分の乳房の状態や月経周期による変化を知っておきましょう
02. 乳房の変化に気を付けましょう
03. 気になる変化に気づいたときには、検診を待たずにすぐに乳腺外来のある医療機関を受診しましょう
04. 自覚症状が無くても、40歳から2年に1回、定期的に検診を受診しましょう

(参考)

国立がん研究センター がん情報サービス「最新がん統計」
乳癌診療ガイドライン 2022年版
日本乳癌学会ホームページ

市立甲府病院外科 丸山孝教^{あるやまたかのり}ドクター

〒市立甲府病院… ☎ 055 (244) 1111

がん患者アピアランスケア支援事業

がんの治療に伴う外見の変化に対する心理的不安を軽減し、皆さんの自分らしい日常生活を応援するため、ウィッグなどの補整具の購入費用を助成します。

次のいずれにも該当する方

対 象

- ・市内在住の方
- ・がんと診断されたことがある方
- ・がん治療のために補整具を購入した方

申 請

- ・令和5年4月1日以降の購入で、購入日の翌日から1年以内のもの
(医療保険が適用となるものや他の市町村などで同様の助成を受けたものは対象外)
- ・郵送または持参で

対象補整具	助成回数	限度額(税込み)
・ウィッグ (部分用ウィッグおよびヘアーエクステンション、頭皮保護用ネットを含む) ・帽子 (毛付きのものを含む)	1人あたり 1回	2万円
・乳房用の補整下着 (下着とともに使用するパッドを含む)	1人あたり 左右1回ずつ	2万円
・人工乳房、人工乳頭 (乳房再建手術などにより体内に埋め込まれたものを除く)	1人あたり 左右1回ずつ	10万円

【申請・お問い合わせ】

甲府市役所 地域保健課 保健予防係 〒400 - 0858 甲府市相生2 - 17 - 1
☎ 055 - 237 - 2505

