

高濃度乳房の通知について

1. 通知の開始

○神戸市の乳がん検診は、検査項目を問診・マンモグラフィとし、40歳以上の偶数歳の誕生日を迎える女性を対象に行っている。

○市民が本市のがん検診の結果通知を受ける際に乳房構成について知ることは、がんに対する意識が高まり、早期に異常に気づけるメリットがあることから、専門医からなるワーキンググループを開催するなど、受診者に誤解を与えず正しく理解していただくための通知内容等について検討を進め、令和4年2月21日より高濃度乳房の通知を開始した。

2. 通知方法

○本人への通知については、高濃度乳房である旨を検診の結果票に記載するとともに、受診者に高濃度乳房について正しく理解していただくための案内リーフレットを合わせて配布している。

3. 通知を受けた方のための、相談窓口の開設

○高濃度乳房と判定を受け、不安を感じた方が気軽に相談できる機会を設けるため、高濃度乳房にかかる相談窓口を、令和4年7月1日に開設した。

○高濃度乳房相談窓口（兵庫県予防医学協会内）について

- ・Eメールによる相談：随時
- ・電話相談：毎週水曜、木曜 14:00～17:00
- ・診療放射線技師および保健師で対応

【参考】高濃度乳房通知件数(令和4年2月21日～)

期間	全体			集団検診			個別検診		
	受診者数	高濃度	割合	受診者数	高濃度	割合	受診者数	高濃度	割合
R4.2月	689	147	21.3%	259	103	39.8%	430	44	10.2%
R4.3月	3,154	606	19.2%	1,240	350	28.2%	1,914	256	13.4%
R4.4月	1,357	251	18.5%	232	81	34.9%	1,125	170	15.1%
R4.5月	2,013	527	26.2%	688	259	37.6%	1,325	268	20.2%
計	7,213	1,531	21.2%	2,419	793	32.8%	4,794	738	15.4%

【参考】 検診結果票 ※本人返却用

③

神戸市乳がん検診結果票

検診日	年 月 日	受診者区分 (該当区分にチェック✓を入れてください)	
受診番号 (X線番号)		<input type="checkbox"/> 神戸市国民健康保険	保険証番号 _____ 記号・番号 _____
料金の取扱い		<input type="checkbox"/> その他 (社会保険、組合保険、後期高齢者他) ※番号の記載は不要	
徴収金	自己負担金を徴収しない区分	☆ 検診で精密検査の必要な方は、精度管理のため結果を調査させていただくことをご了承のうえ、下記をご記入下さい。	
1,500 2,000	<input type="checkbox"/> 70歳以上 <input type="checkbox"/> 受診券 <input type="checkbox"/> 40歳総合 <input type="checkbox"/> 無料クーポン	☆ 調査結果は、研究・統計の目的以外には使用せず、個人情報の秘密は厳守いたします。	
太線内をボールペンで強く記入して下さい。		☆ 検診結果は神戸市へ報告いたします。	
フリガナ		大正	昭和
氏名		年	月 日生 歳
住所	区 町 通台	丁目	番 号 電話番号 _____

フレスト・アウェアネス (乳房を意識する生活習慣) のすすめ

着替えや入浴、シャワーなどの際に自分で確認しましょう

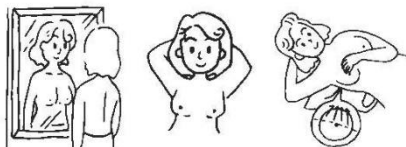
■フレスト・アウェアネスとは？

ご自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房を意識して生活することをいいます。乳がんの早期発見・早期診断・早期治療につながる、女性にとって重要な生活習慣です。

■フレスト・アウェアネスの4つのポイント

1. ご自分の乳房の状態を知る

- 乳房を見て、触って、感じる
- ・入浴時やシャワーで体を洗うとき
 - ・寝る前に仰向けに寝たとき など



2. 乳房の変化に気をつける

- 普段の自分の状態を知ることで、初めて変化に気がつけます。
「いつもと変わりがないかな」という気持ちで取り組みましょう。
変化として注意するポイントは、
- ・乳房のしこり
 - ・乳房の皮膚にくぼみや引きつれ
 - ・乳頭からの分泌物
 - ・乳頭や乳輪のただれ
- などです。

3. 変化に気づいたらすぐ医師へ相談する

4. 2年に1回乳がん検診を受ける

©2019乳がん検診の適切な情報提供に關する研究をもとに作成

今回の検診結果は下記の総合結果欄の○印が該当項目です。各該当項目の説明に従ってください。

1. 異常を認めず (2年後乳がん検診)

今回の検診結果では、異常は認められませんでした。今後、日頃の生活の中で、フレストアウェアネスを心がけ、しこりや引きつれなどの変化に気がついたら、乳がん検診を待たずに医師の診察を受けてください。

2. 異常を認めず (高濃度乳房・2年後乳がん検診)

今回の検査の結果、精密検査は不要ですが、あなたの乳房構成は「高濃度乳房」と判定されました。引き続き、2年後に乳がん検診を受診してください。ただし、マンモグラフィではしこりがあった場合でも検出されない場合があります。今後、日頃の生活の中で、フレストアウェアネスを心がけ、しこりや引きつれなどの変化に気がついたら、乳がん検診を待たずに医師の診察を受けてください。

3. 要精密検査

今回の検診結果では精密検査を受ける必要があります。医師の説明に従ってください。なお、検診結果が郵送の場合は、同封の精密検査依頼書を持参の上、最寄の精密検査受け入れ協力機関へ速やかに受診してください。

総合結果	<input type="radio"/> 1. 異常を認めず (2年後乳がん検診)	<input checked="" type="radio"/> 2. 異常を認めず (高濃度乳房)	<input type="radio"/> 3. 要精密検査 (右・左)
精密検査紹介先 (_____)			

医療機関名	担当医師名	医療機関コードNo	
所在地		電話番号	

受診者用

【参考】 高濃度乳房と評価された方向けに配布するリーフレット

神戸市乳がん検診において

「高濃度乳房」と 評価された方へ

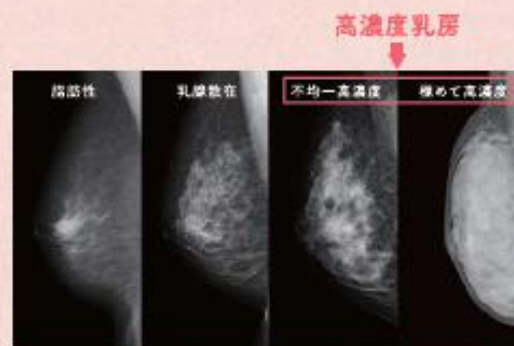


高濃度乳房とは

高濃度乳房とは、乳房の中の乳腺が多く、マンモグラフィで乳房が白く写るタイプの乳房のことです。

右記の図の「不均一高濃度」、「極めて高濃度」が高濃度乳房にあたります。

脂肪と乳腺の割合は、マンモグラフィの写真を目で見て判断されるもので、乳房の構成を厳密に区別することが難しい場合もあります。そのため、乳がん検診を継続して受診していたとしても、ある年に乳腺散在乳房と評価された方が、次回には不均一高濃度乳房と評価されることもあります。また、ダイエットなどで脂肪が減ることにより、高濃度乳房になる場合もあります。



(画像提供元：NPO法人乳がん画像診断ネットワーク)

マンモグラフィ検査について

マンモグラフィ検査は死亡率減少効果が明らかになっていますが、必ずすべての乳がんが見つかるわけではありません。乳がんを発見する上で重要となる、しこりなどの所見もマンモグラフィ画像では白く写るため、高濃度乳房の方はマンモグラフィ検査によって異常を見つけにくい場合があります。※しこりなど気になる自覚症状があれば、速やかに医療機関を受診してください。

高濃度乳房と評価された後のご対応について

高濃度乳房はあくまでもその人の体質であり、病気ではありません。そのため、高濃度乳房と宮われても過度に心配する必要はなく、一般的には追加で検査を受けるなどの特別な対応をとる必要はありません。高濃度乳房の割合は年齢や人種によっても差があり、日本人の約40%が高濃度乳房とも言われています。

高濃度乳房であるかどうかに関わらず、検診を定期的に受診すること、日頃から乳房のしこりや引きつれなどがなくご自身の乳房の変化に気がつけることが大切です。変化があれば放置せずに医療機関を受診してください。高濃度乳房と判定された場合でも、決められた間隔でマンモグラフィによる検診を繰り返し受けることで、変化を見つけやすくなります。日々のセルフチェックの方法は、神戸市ホームページでもご紹介しておりますので、ぜひご覧ください。

それでも心配な方は、自費による超音波検査などの追加検査も選択肢の一つですが、一般的にそれぞれ検査には長所・短所がありますので、まずは乳腺外科などにご相談いただくか、下記の相談窓口にお問い合わせください。

さらに詳しいことをお知りになりたい方は、
神戸市ホームページをご参照ください。

神戸市 高濃度乳房



高濃度乳房相談窓口（けんしん案内センター内）

TEL.078-262-1163(毎週水・木曜14時～17時)

Eメールでの相談も受け付けています。

kobe-kounoudo@hyogo-yobouigaku.or.jp