

乳がん検診を もっと安心して受けるために

知って
ほしい

『乳房構成』

『乳房構成』とは、乳房のタイプのことです

- 乳房は母乳を作る乳腺とそれを包む脂肪からできています。
- 乳房構成とは、乳房のなかの乳腺と脂肪のバランスで分けられる乳房の分類です。脂肪が多い方から順に「脂肪性」、「乳腺散在」、「不均一高濃度」、「極めて高濃度」の4つに分類されます。
- 4つのタイプのうち、「不均一高濃度」と「極めて高濃度」の2つのタイプを「**高濃度乳房**」と呼びます。
- マンモグラフィで、乳腺は白く、脂肪は黒く写るため、高濃度乳房は乳腺組織の割合が高く、マンモグラフィでは白く見える部分が多くなります。



乳房構成の分類

脂肪性



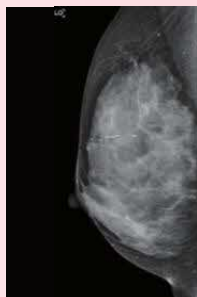
乳腺が少なく
脂肪が多いタイプ

乳腺散在



乳腺と脂肪が
混在しているタイプ

不均一高濃度



乳腺が多く不均一に
分布するタイプ

極めて高濃度



乳腺が非常に多く
ほとんどが白く写るタイプ

高濃度乳房

〈参考〉

乳がん(模式図)の
写り方の違い



脂肪性



極めて
高濃度

- ✓ 乳がんのしこりもマンモグラフィで白く写ります。そのため、濃度が高いタイプの乳房では、白い乳腺の陰に乳がんが隠れてしまい、マンモグラフィで乳がんを見つけにくくなる傾向があります。
- ✓ つまり、感度(乳がんである人を正しく陽性と判定できる確率)が低くなる傾向があるといえます。乳房の濃度が高い人ほど、乳がんになる可能性が高いことが報告されています。



❖ 高濃度乳房は「病気」ではありません ❖

- 高濃度乳房は体質のひとつで、**多くの女性に見られる乳房のタイプ**です。
- こうした乳房の構成は、**年齢、出産・授乳の経験、生活習慣や体重の増減などによって変化します**。そのため、同じ女性でも検診を受けた時の乳房構成の判定が変わることも珍しくありません。
- 高濃度乳房と判定されても、それは**乳房構成の一つのタイプであり、病気ではない**ということもよくご理解いただきたいと思います。

高濃度乳房の人の割合
(日本人の報告例)

40歳代

約7割

50歳代

約5割

60歳代

約4割

裏面では、これからの健康管理に役立つポイントをご紹介します。

●● 乳がん検診の検査手法について ●●

- 現在、市区町村が行っている住民検診では、マンモグラフィが行われています。その理由は、欧米のデータで、マンモグラフィが、検診によって乳がんによる死亡率減少効果が明らかな検査方法であるためです。
- ただし、濃度が高いタイプの乳房では、マンモグラフィでがんが見つかりにくく、乳房超音波検査(エコー)を追加することで、感度が約7割から約9割に高くなると報告されています。
- 乳房超音波検査(エコー)を追加することによって、乳がんで亡くなる人を確実に減らせるかどうかは、現在も研究中です。

✿ 普段からできる対策があります ✿

①生活習慣を見直す

- ・喫煙や飲酒、肥満などは乳がんのリスクを高めることがわかっています。
- ・禁煙・節酒や適度な運動、太りすぎないように心掛けることなど、できることから生活習慣を整えましょう。



②ブレスト・アウェアネスを实践する

- ・日頃から自分の乳房の状態を意識する健康習慣を「ブレスト・アウェアネス」といいます。
- ・閉経前の方は、月経周期による乳房の変化を知り、その周期による変化以外の「いつもと違う変化」がないかどうかをチェックしてみましょう。
- ・閉経後の方も、以前と比べて変わりがないかどうか確認してみましょう。
- ・しこりやひきつれ、乳頭からの赤みがあった分泌物の変化があれば、必ず医療機関を受診してください。

チェック!



③定期的な乳がん検診(マンモグラフィ)が重要

- ・特に異常がない場合でも、40歳を過ぎたら、乳房のタイプにかかわらず、定期的なマンモグラフィによる乳がん検診を受けることが重要です。
- ・マンモグラフィでは見つかりにくい乳がんが乳房超音波検査(エコー)で見つかることがあります。特に乳房の濃度が高くなるほどその傾向があります。
- ・乳房の濃度が高いことは病気ではないので、乳房超音波検査(エコー)の追加を希望する場合、保険診療の対象にはならず、自己負担となります。
- ・人間ドック等で乳房超音波検査(エコー)をオプションで提供している医療機関も多くあります。
- ・メリット、デメリットをよく理解いただき、受けるかどうか、ご自身で選択することが重要です。



※自費での超音波検査が実施されているかどうかについては、受診前に、各医療機関のホームページ等でご確認ください。

※一定の精度管理がなされた乳房超音波検査を受診できる医療機関を探す際の参考として、日本乳がん検診精度管理中央機構が、認定医師・技師の一覧をホームページで公表しています。

参考：日本乳がん検診精度管理中央機構ホームページ
https://www.qabcs.or.jp/us/d_list/

なお、上記ホームページ上に公表されている医師・技師が在籍していない医療機関においても、自費での超音波検査を実施している場合があります。

お問い合わせ先



もっと詳しく知りたい方はこちら

高濃度乳房

検索