



見つめるからだ

～私の健康は私が守る～

2012年7月10日(火)

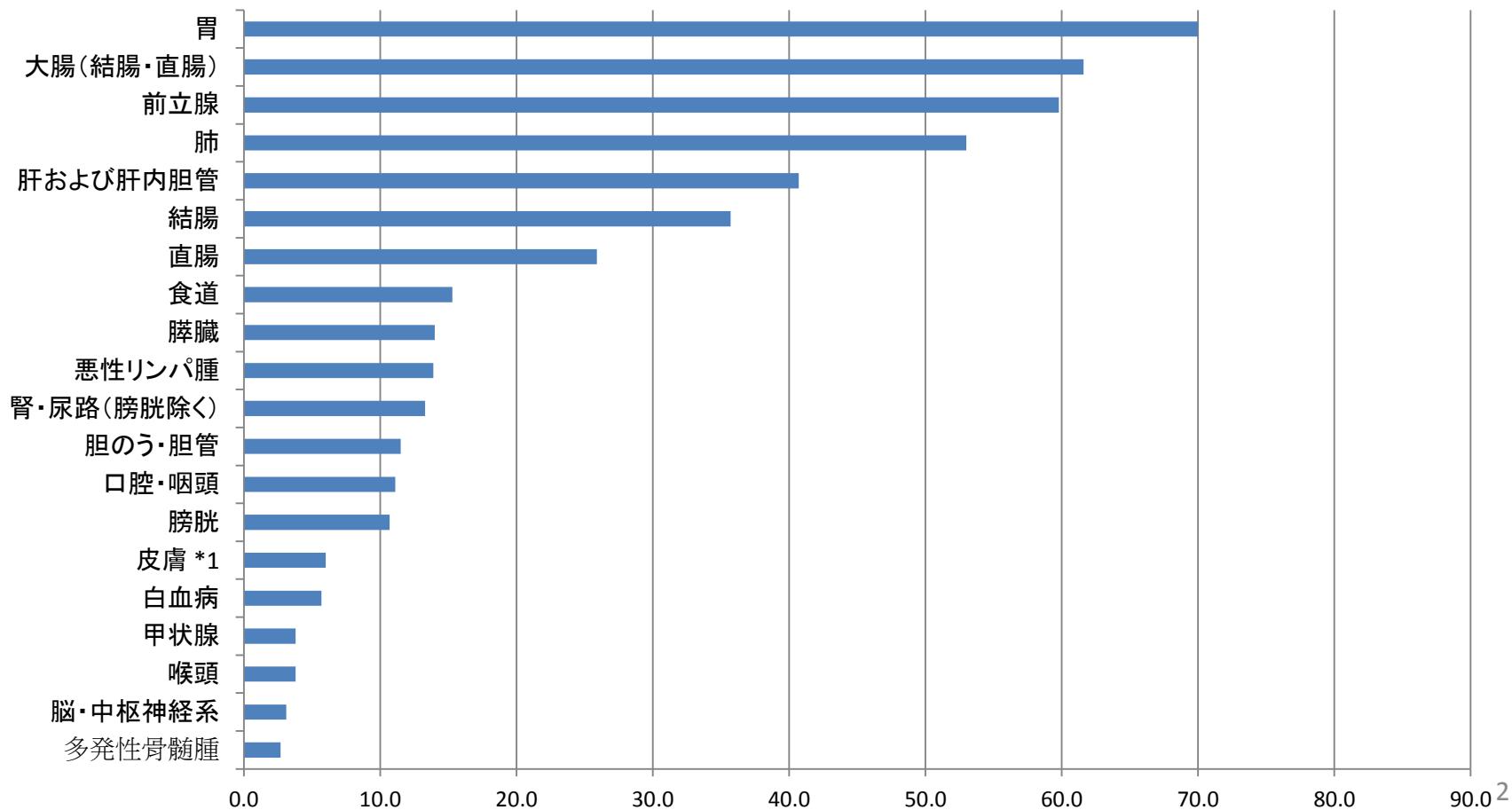
山梨まんまくらぶ

若尾直子

山梨県の今

男性はどんな「がん」が多いか

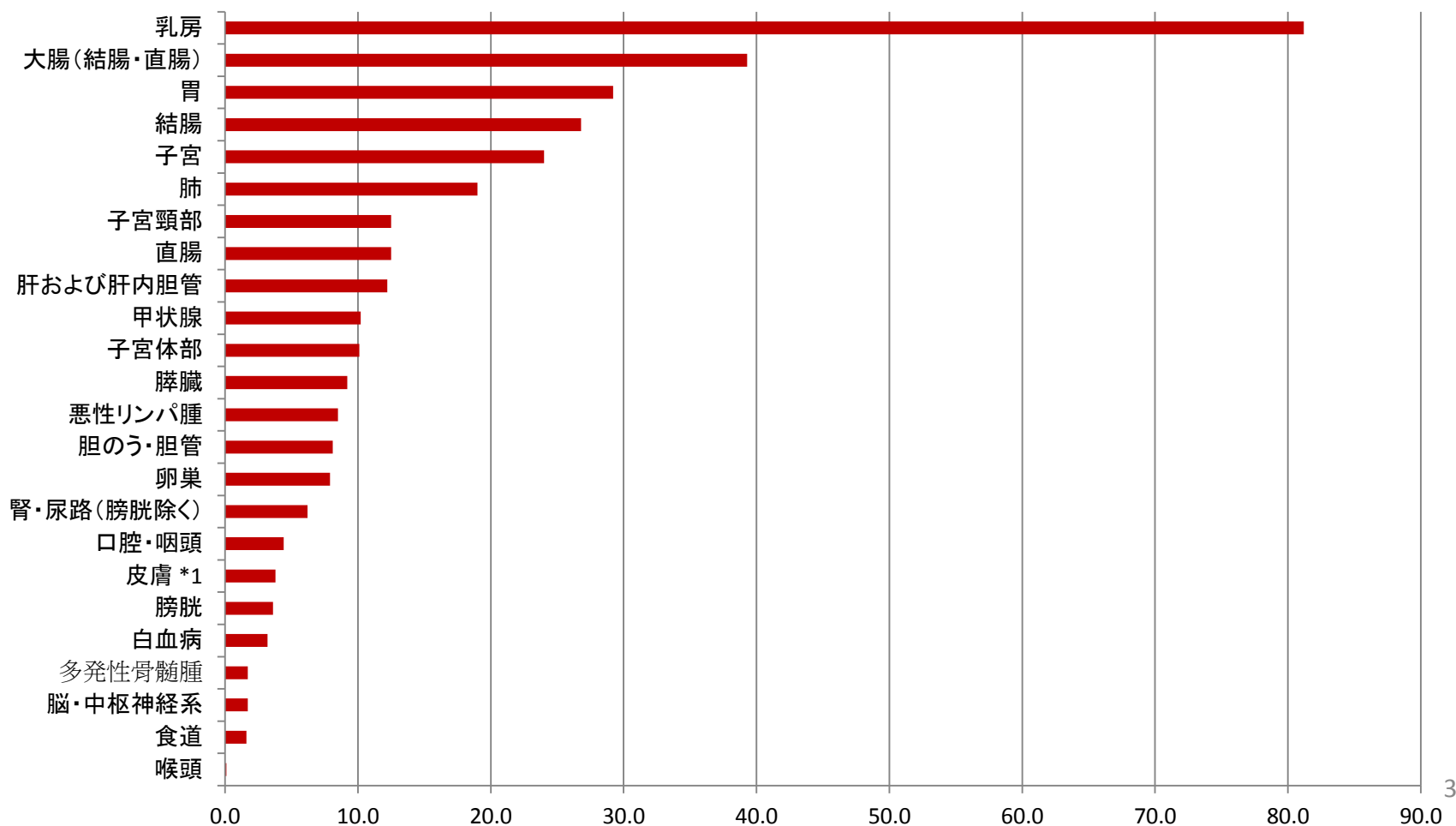
山梨県がん年齢調整罹患率2009年男
(年齢調整罹患率の基準人口を1985年日本モデル人口とした場合)



山梨県の今

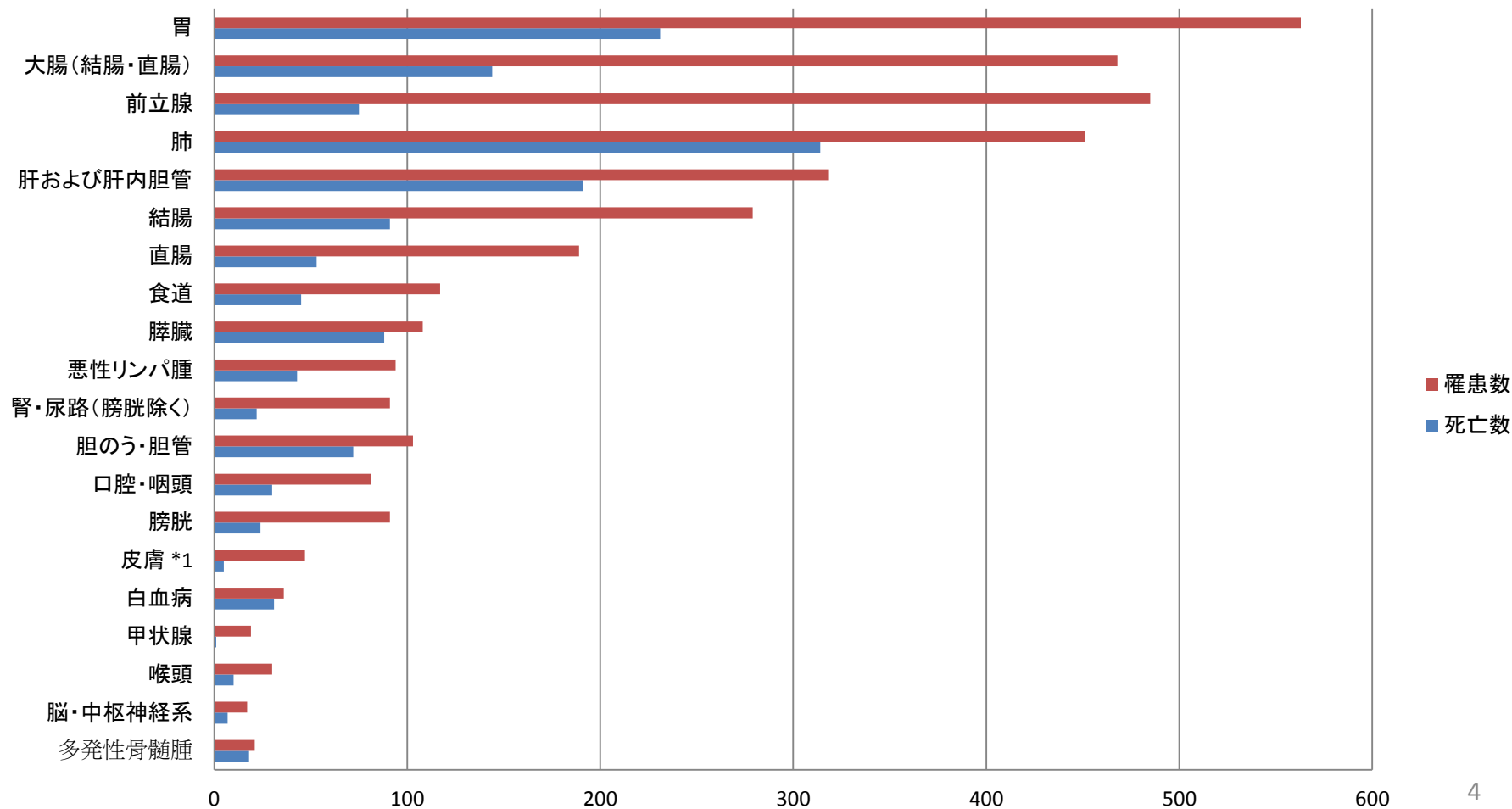
女性はどんな「がん」が多いか？

山梨県がん年齢調整罹患率2009年女
(年齢調整罹患率の基準人口を1085年日本モデル人口とした場合)



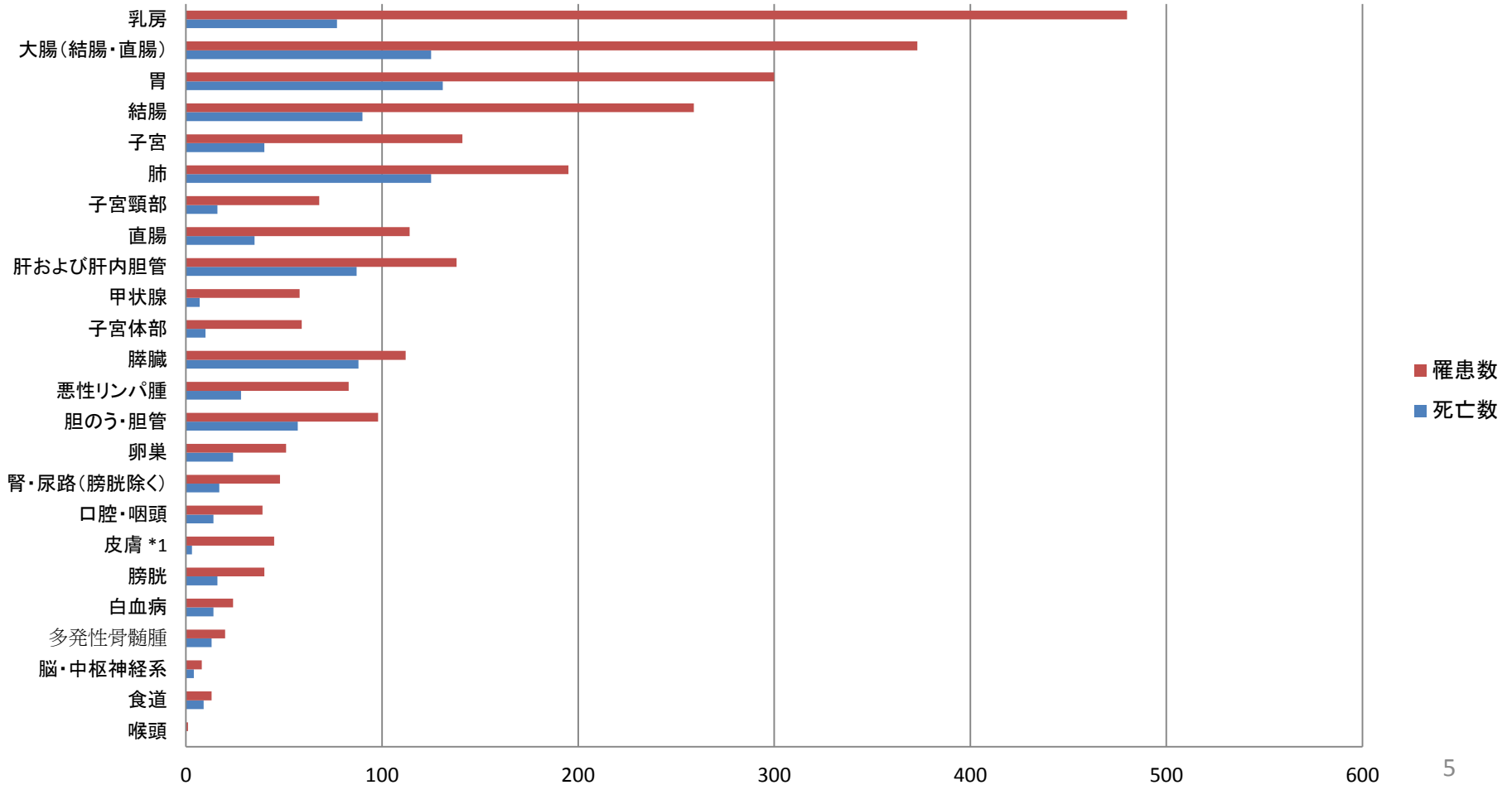
男性の罹患と死亡

山梨県がん死亡数・罹患数2009年男



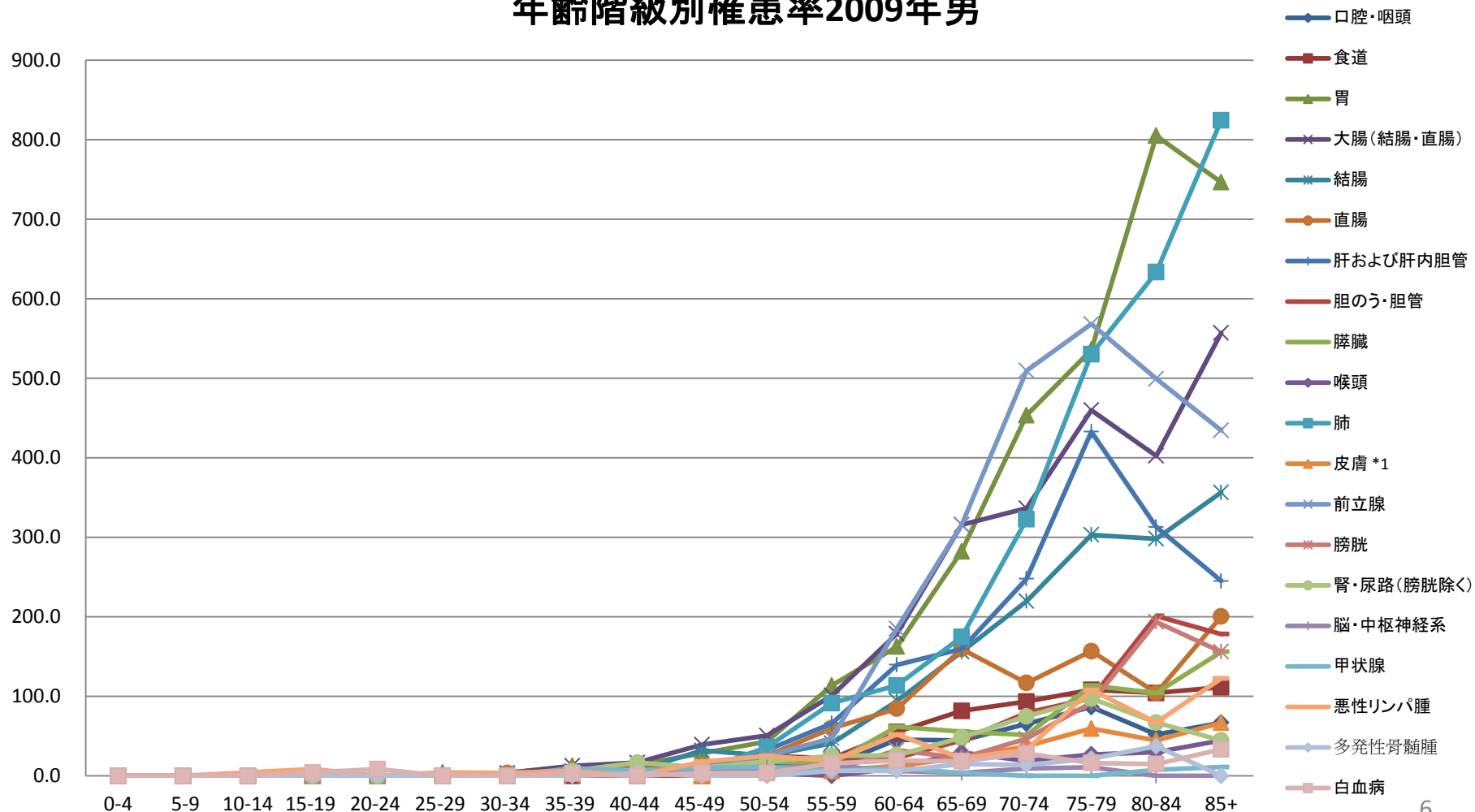
女性の罹患と死亡

山梨県がん死亡数・罹患数2009年女



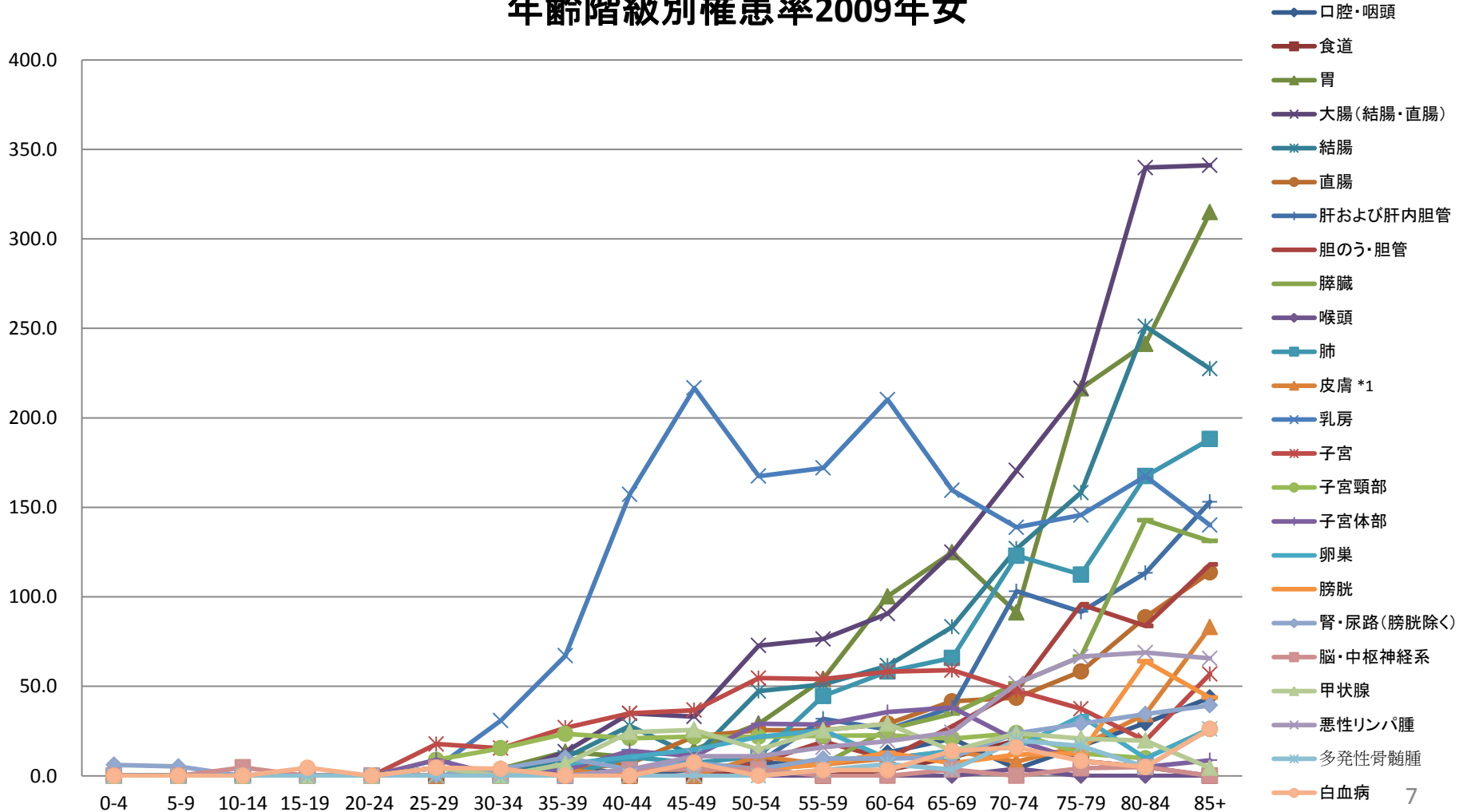
年齢による「がん」のリスク(男)

年齢階級別罹患率2009年男



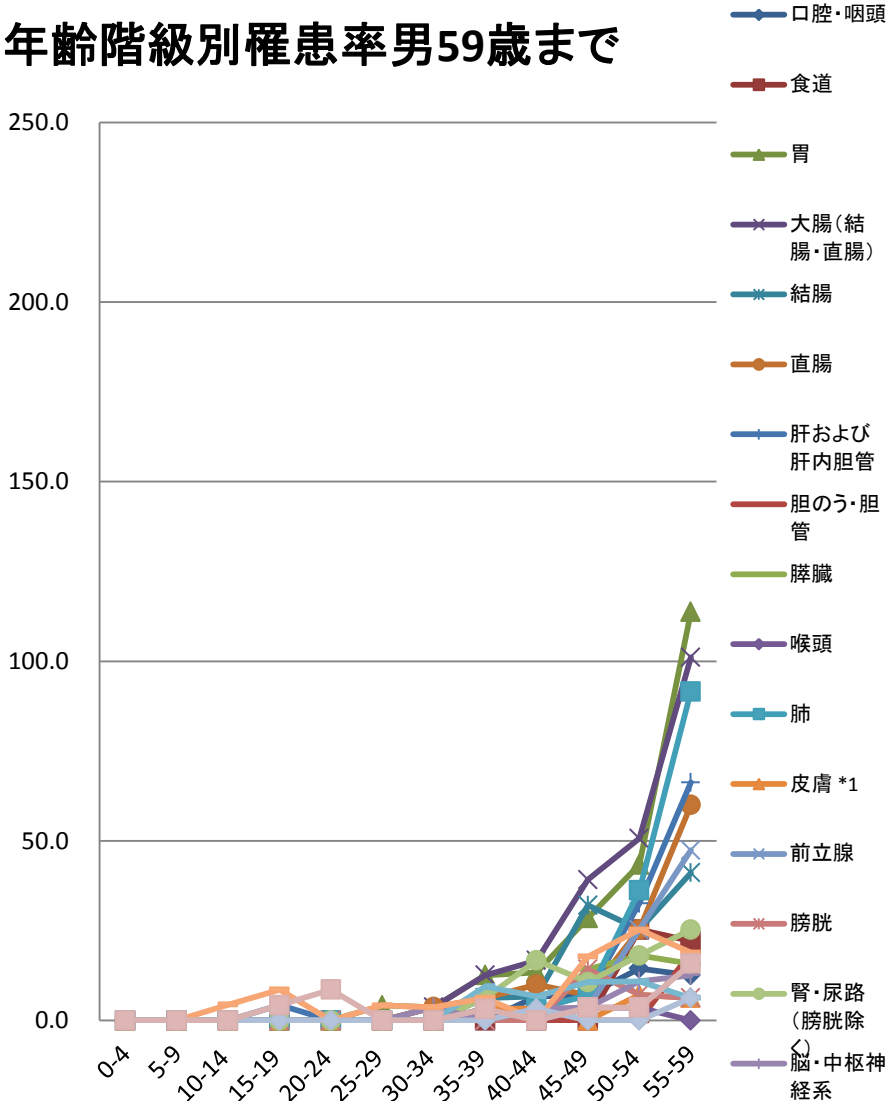
年齢による「がん」のリスク(女)

年齢階級別罹患率2009年女

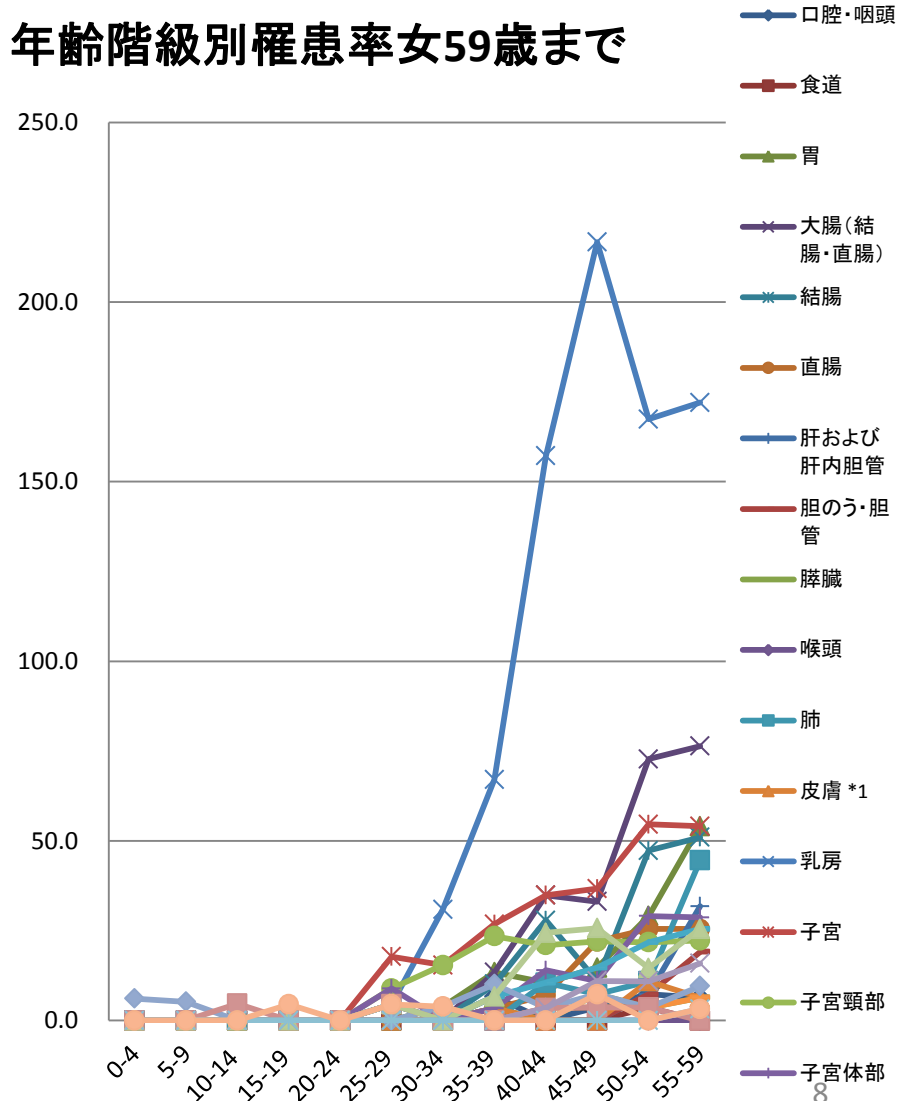


男性と女性のちがい

年齢階級別罹患率男59歳まで



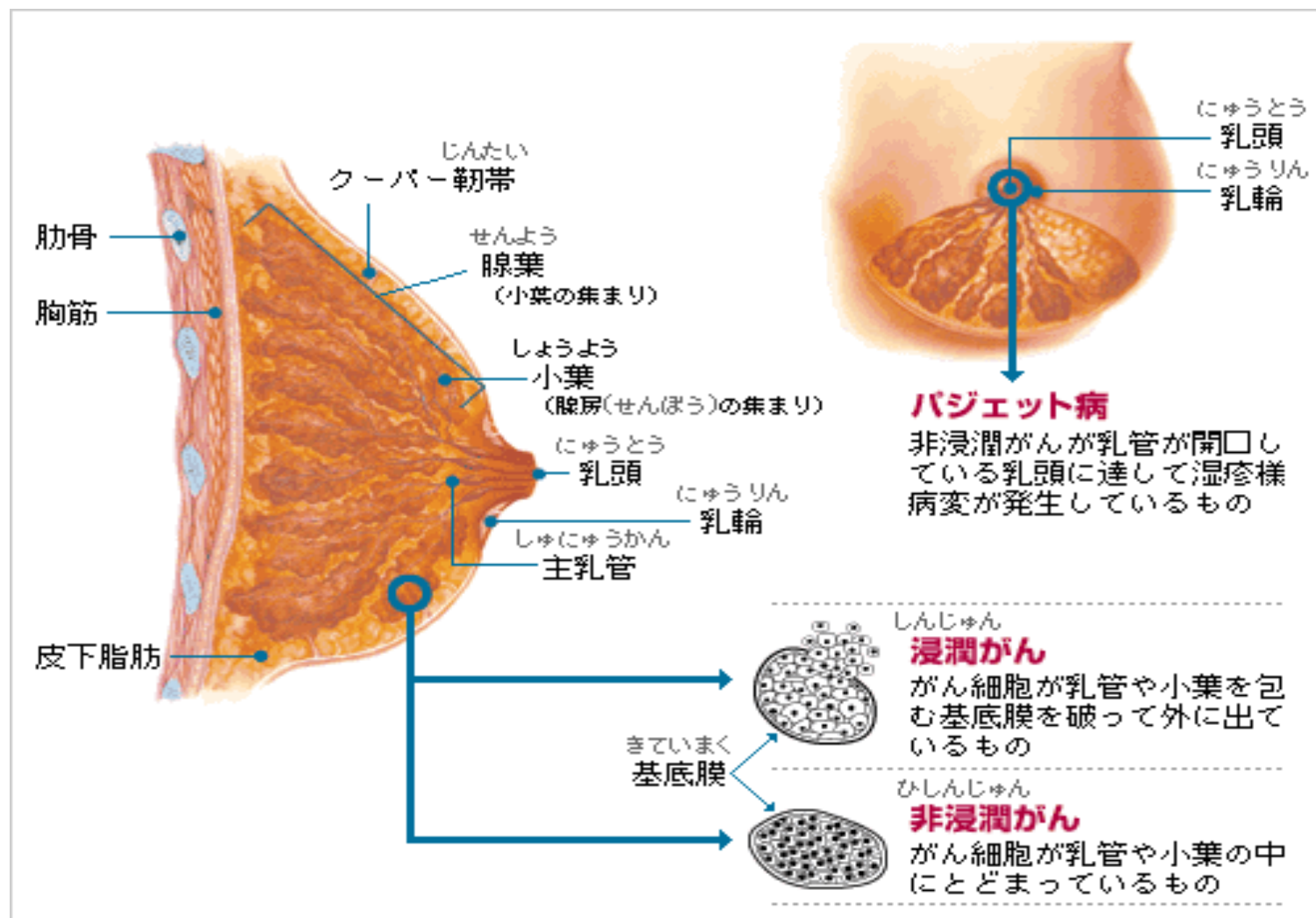
年齢階級別罹患率女59歳まで



乳がんを知る



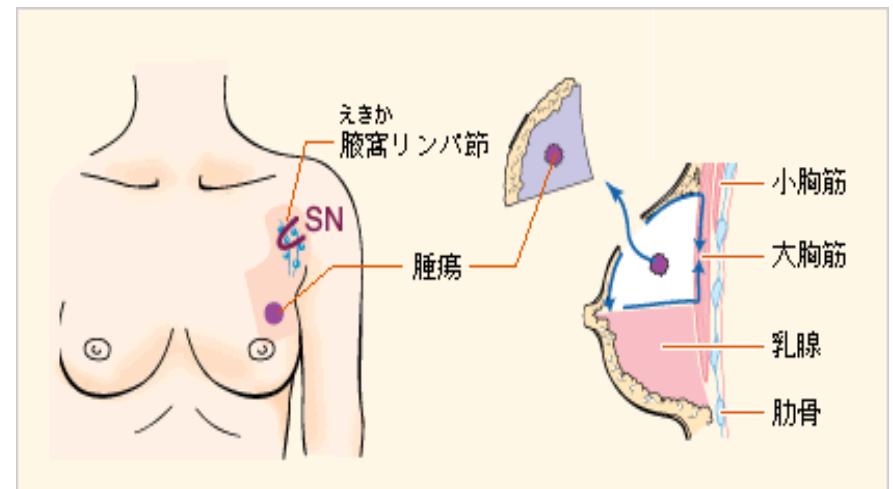
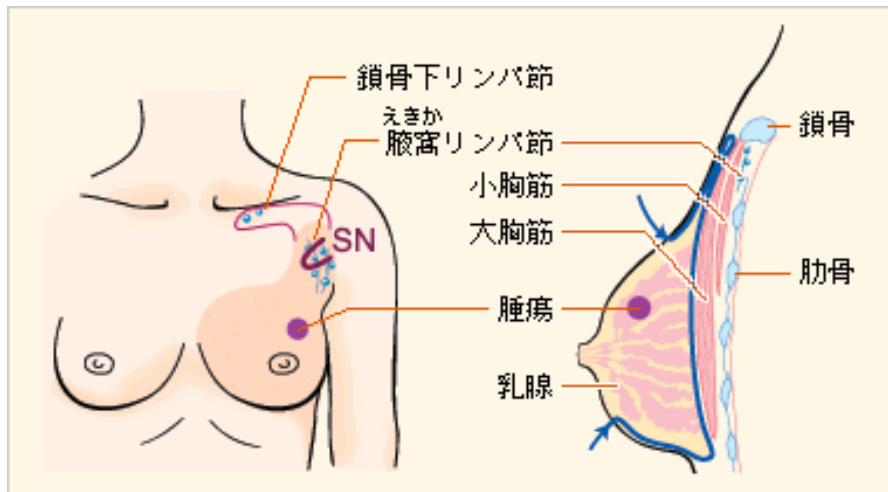
乳がんって何？



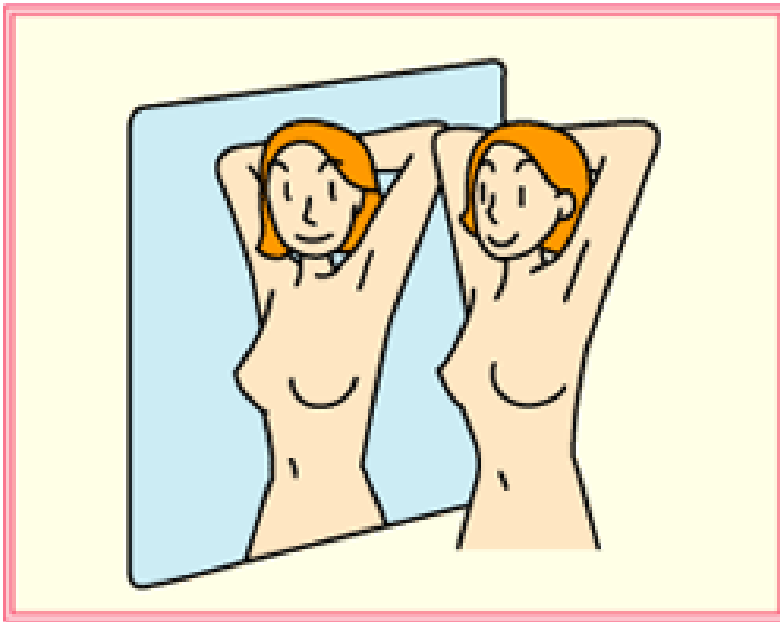
出典: アストラゼネカHPより

手術の概要

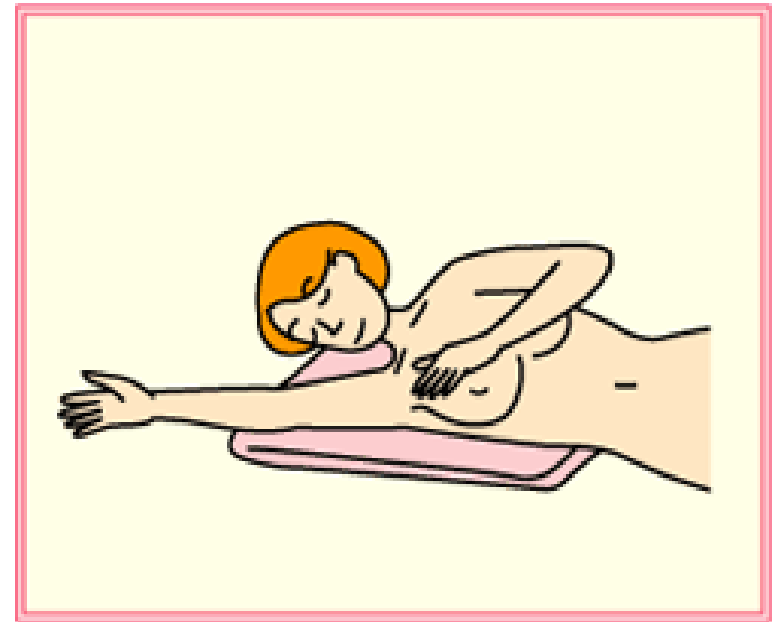
全部取るか、部分的にとるか・・・。



自己触診



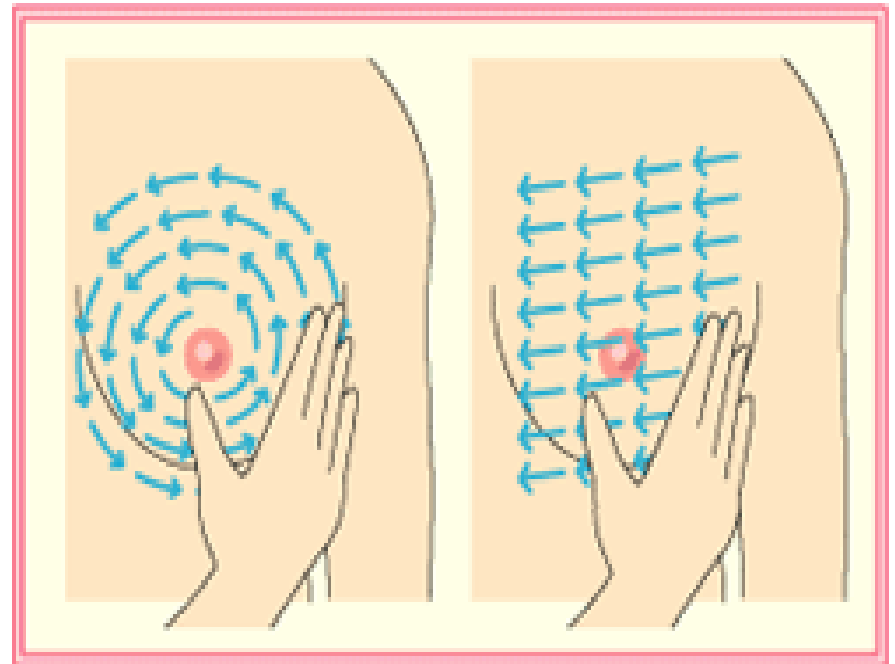
目で見てチェック！



横になってチェック！

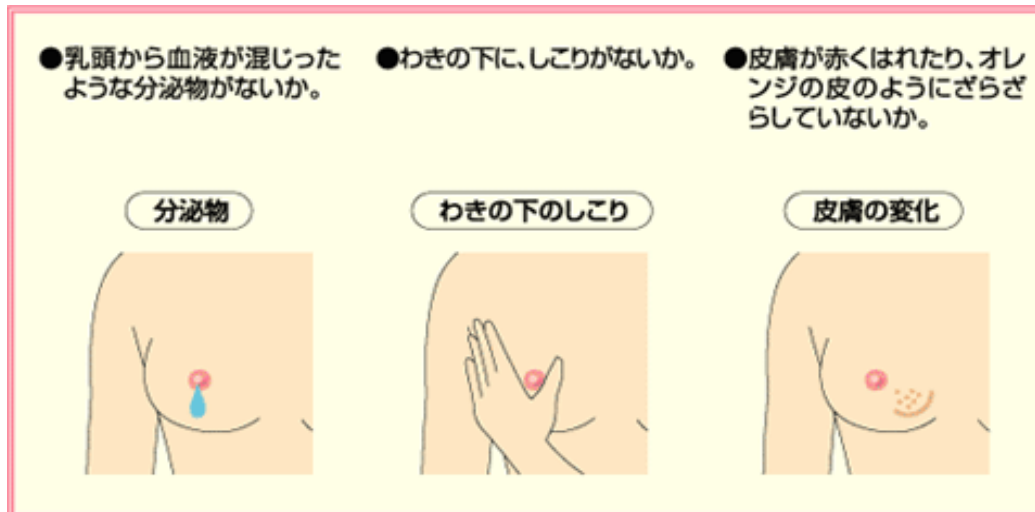
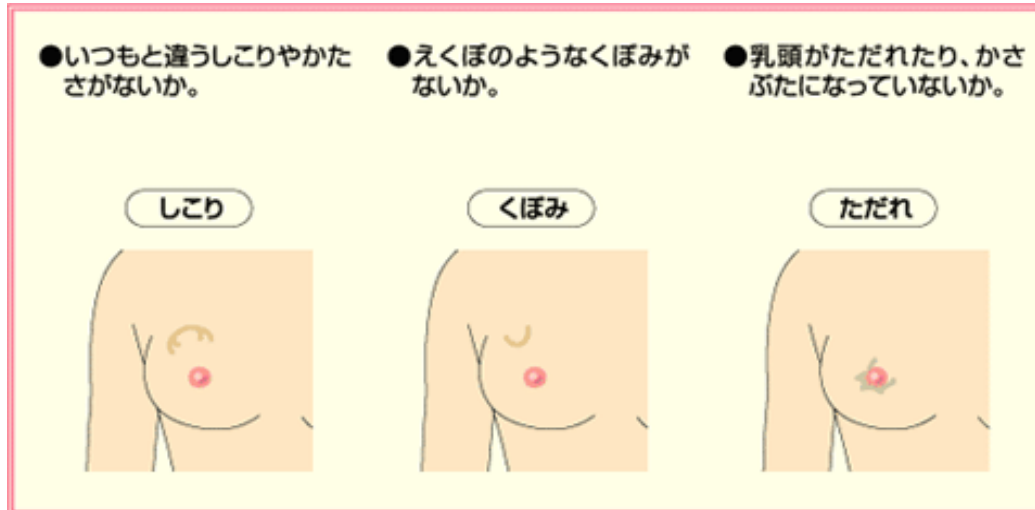
じっくりチェックはたまにでいいよ！

- 指の腹を使って乳房全体をくまなく触れてみましょう。乳頭を中心に円を描くようにしてもよいし、肋骨に沿って横に指をずらしながら触れていってもよいでしょう。
- 指でつまむのではなく、ていねいにおさえるようにして行ってください。
- 自己検診を続け乳房の正常時の状態を知ることで、小さな異常やしこりに気づくようになります。
- 自己検診の時期
閉経前：月経が始まって1週間くらいが適しています。
閉経後：毎月1回一定の時期に行ってください。



まんべんなくチェック！

チェックのポイントを診てみよう！



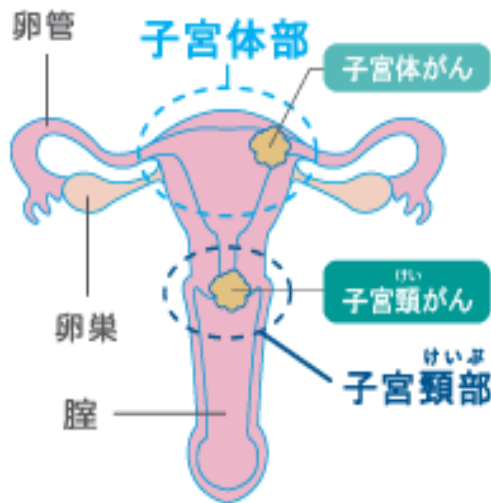
子宮頸がんを知る



ミラーボールで子宮を表現したイベント

「子宮がん」って言わないで

子宮頸がんと子宮体がん



	子宮頸がん	子宮体がん
発生部位	子宮頸部 (子宮の入り口)	子宮体部 (胎児が育つ部分)
主な発症年代	30~40代 (20~30代で急増)	閉経後の50代以降
主な原因	ヒトパピローマウイルス (HPV+) 感染	ホルモンバランスの異常 肥満、未産、糖尿病

※Human Papillomavirus

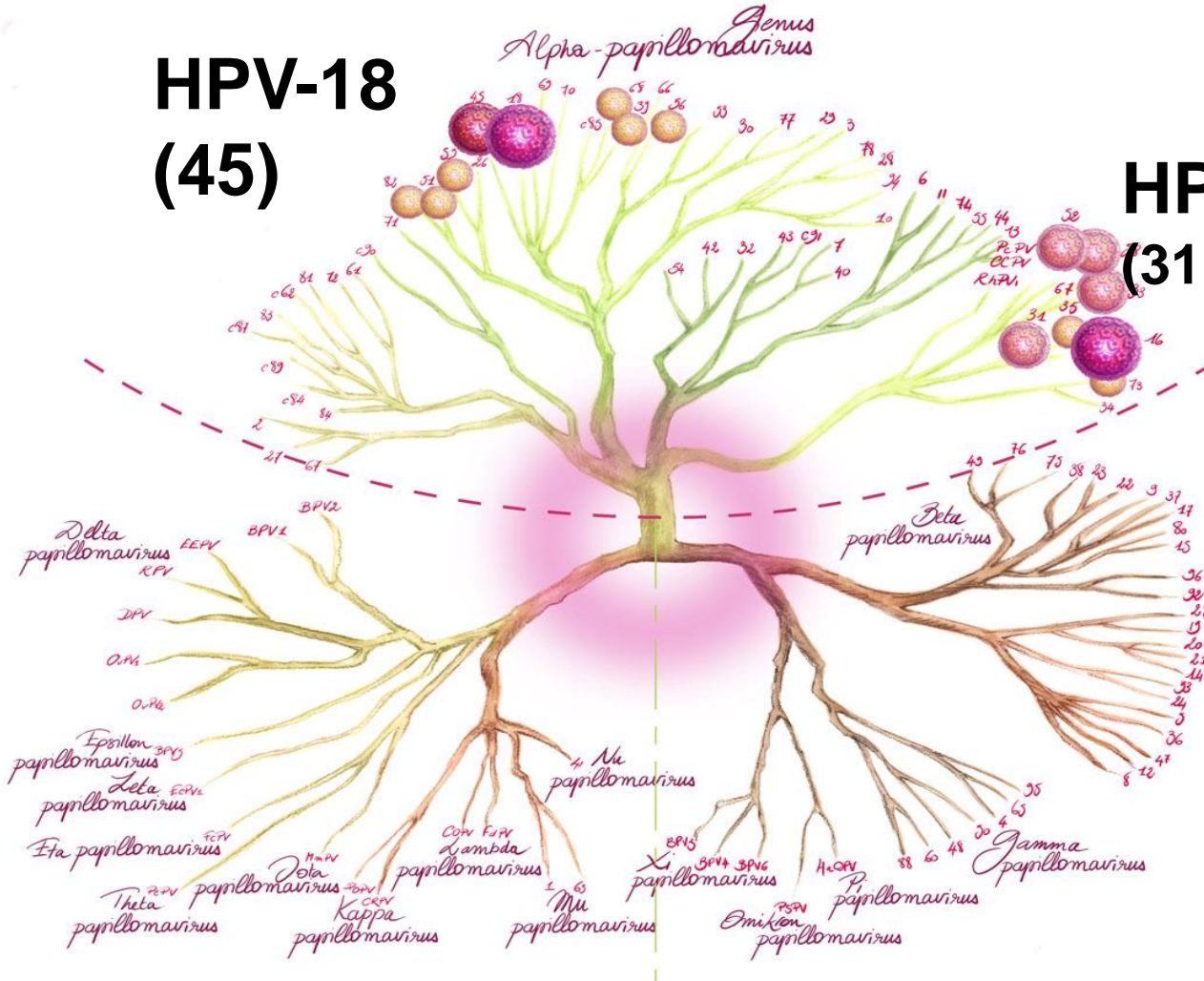
医療情報科学研究所 編：病気が見える Vol9 婦人科・乳腺外科
第2版 メディックメディア：137,2010.より改変

HPVの系統樹

子宮頸がんを起こすウイルスの親戚

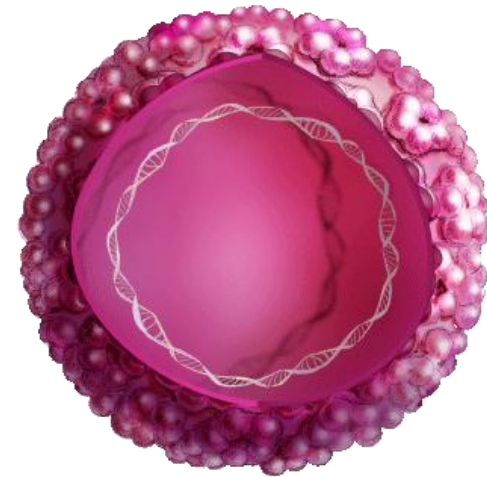
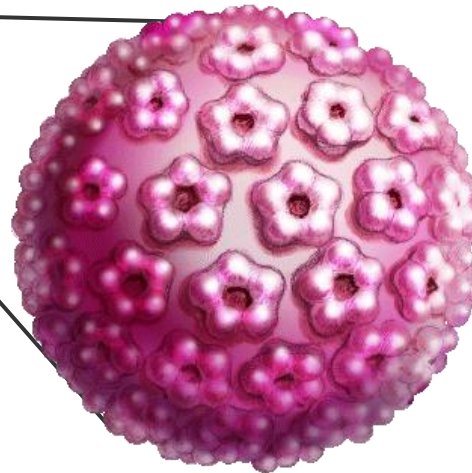
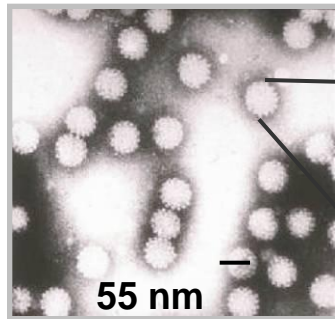
HPV-18
(45)

HPV-16
(31, 33, 52, 58)



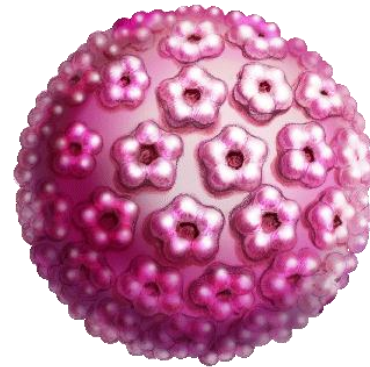
ヒトパピローマウイルス

- HPVは比較的小さなウイルスで、球形の殻(カプシド)内に環状の二本鎖DNAを持つ。
- HPVは皮膚上皮(皮膚)および粘膜上皮(例:子宮頸部やその他の肛門性器粘膜)に感染する。



ウイルスが原因の病気

- インフルエンザ
- ロタ
- はしか
- 水ぼうそう
- 風疹・・・等々



正しい情報で健康管理を！

