



(公財) 鳥取県保健事業団
鳥取市富安二丁目94番4
Tel 0857-23-4841

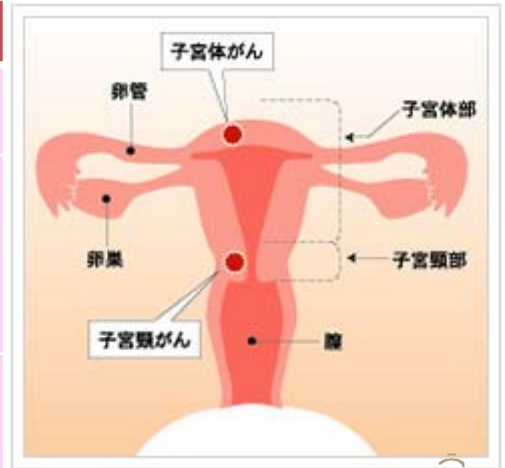
子宮頸がん検診について

4月号から7月号にかけて、色々な健診や健診現場をご紹介します。
最終となる第4弾の7月号は、子宮頸がん検診についてです。

子宮がんについて

子宮がんには、発生する部位によって、子宮頸がんと子宮体がんの2種類があります。

	子宮頸がん	子宮体がん
原因	ヒトパピローマウイルス (HPV) の感染	おもにホルモンのバランスの変化
特徴	特に30~40歳代に多く、近年20歳代にも増加。 他のがんに比べ進行は遅いことが多く、 定期的に検診を受ければ早期発見が可能。	50~60歳代に多いが、近年低年齢化傾向 閉経前の発生は少ない。
症状	初期はほとんど無症状 進行すると不正出血やおりものの異常など	初期の段階から不正出血がある、排尿痛、排尿困難、おりものの異常など



保健事業団では、子宮体がん検診は行っていません。医師が診察で子宮体がん検診が必要と判断した場合には、「子宮体部がん検査依頼書」を送付しますので、医療機関で検査を受けてください。



子宮頸がん検診の流れ

- 問診**
 - 生理周期など月経の状況、妊娠や分娩の経歴、ホルモン治療の有無、6ヶ月以内の不正出血の有無などをお聞きします。
- 視診**
 - 膣鏡を挿入し、子宮頸部やおりものの状態、炎症の有無を目で確認します。
- 細胞診**
 - 専用のヘラやブラシで子宮頸部を優しくこすって細胞を取り、顕微鏡で観察します。
- 内診**
 - 片方の指を膣に入れ、もう片方の手でお腹を押さえて、挟みながら腫れなどがいないか診察します。

子宮頸がんの原因となる、HPVに感染しているかどうかを調べる検査もあります。方法は細胞診と同じです。通常の検診には含まれていませんが、オプションで追加でき、自治体によっては補助があることもありますので、予約の際にご相談ください。

子宮頸がん検診 Q&A

Q: 生理中でも検診を受けられますか？

A: 生理中でも受診できますが、出血のため細胞が取れず、再検査となる可能性があります。可能であれば、別日程での受診をお勧めします。

Q: 子宮を摘出していますが、子宮頸がん検診は必要ですか？

A: 全摘出をされた場合、検診対象外になります。子宮頸部を残している場合は、検診が必要です。

Q: 子宮頸がん検診は、何歳から受ける必要がありますか？

A: 厚生労働省では20歳から検診を受けるよう勧めています。

HPVに感染してもがんになるものはわずかですが、性生活があれば、感染する可能性の高いウイルスです。早期発見できれば、保存的な治療で妊娠も可能です。**早期発見のために、年に1度は検診を受けましょう！**



子宮頸がんの検診現場をご紹介します☆



健診前の準備

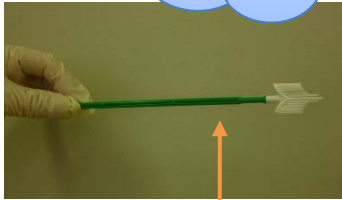
排尿を済ませ、更衣をします。(スカートは脱ぐ必要はありません)

診察台に座ったら、台が自動で動きます。



カーテンがあるので、診察中は医師とは顔が合いません

表ページのような流れで検診を進めていきます。痛みはほとんどありませんので、楽しんでおいてくださいね。



このようなブラシを使います。



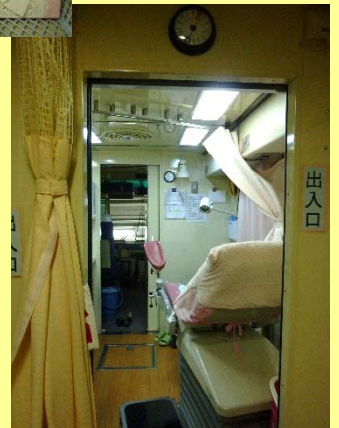
終了です。お疲れ様でした！
検診後は出血がすることがありますが、少量であれば問題ありません。

検診車内の様子です



←更衣室

→診察室



栄養コーナー 野菜の力を再発見！色素にもパワーがある！？

梅雨が明けると夏本番！色鮮やかな夏野菜も畑や店頭と並び始めます。実はその野菜の色にもそれぞれ働きがあるのをご存じでしょうか？今回は野菜の色素がもつパワーをご紹介します。

フラボノイド



色：白、淡黄色
野菜：アスパラガス、玉ねぎ

○発がん物質の活性化を阻害する。血液の循環をよくし、動脈硬化も予防する。

クロロフィル



色：緑
野菜：パセリ、ピーマン、ほうれん草

○悪玉コレステロールを排出して動脈硬化を予防する。
○活性酸素を取り除き、がんや生活習慣病を予防する。
○血液を浄化する。

ゼアキサンチン



色：黄色
野菜：とうもろこし

○活性酸素を抑制して、がんや生活習慣病を予防する。

カロテノイド



色：赤、黄、オレンジ
野菜：にんじん、トマト、かぼちゃ

○活性酸素を取り除き、生活習慣病やがんを予防する。

アントシアニン

色：紫
野菜：なす、赤じそ

○発がん物質の活動を抑え、がんを予防する。眼精疲労をとる。



野菜は毎日350g以上摂ることがのぞましいとされており、120gを緑黄色野菜(色の濃い野菜)で、230gを淡色野菜でとるとバランスよく必要な栄養素がとれると言われています。野菜を食べる時には、野菜の色にも注目して食べてみてはいかがでしょうか？