

～ 乳がん患者の方160名にアンケート調査 ～  
**乳がんに気づいたきっかけ第一位は“セルフチェック”**  
早期発見者の半数以上が、乳がん発覚前、2年に1回以上の頻度で検診を受診

ドコモ・ヘルスケア株式会社(東京都渋谷区、代表取締役社長:和泉 正幸、以下ドコモ・ヘルスケア)は、10月がピンクリボン月間であることから、患者さん専用のQ&Aコミュニティサイト「イルイル®」(<https://iluilu.com/nyugan>)利用者および、乳がん患者会・ピンクリボン団体などにご協力いただき、乳がんを罹患された女性160人を対象にアンケート調査を実施しました。

今回の調査の結果、乳がんに気づいたきっかけの第1位は「セルフチェック」で、40%の方が該当しました。第2位は僅差で「マンモグラフィ」で、37%の方が該当しました。また、乳がんの「ステージ0」、「ステージ1」の早期にがんが発見された患者さんでは、56%の方が2年に1回以上の検診を実施していたことがわかりました。日本女性の平均検診率43.4%(\*)と比較すると、高い数値となっています。

乳がん発覚後に関する質問では、病気に関する情報収集の方法として、「インターネット」という回答が、「主治医」を除くと最も多くなっていることや、仕事をやめた人は14%しかいないことなどがわかりました。

本調査結果を踏まえ、医療法人湘和会湘南記念病院乳がんセンター長を務める乳腺外科医の土井卓子先生より解説とコメントをいただきました。

(\*)厚生労働省「平成24年・25年国民生活基礎調査」

<乳がん患者へのアンケート概要>

- ・調査主体 : ドコモ・ヘルスケア
- ・調査期間 : 2017年8月21日(月)～9月4日(月)
- ・分析対象 : 「イルイル®」利用者および乳がん患者会・ピンクリボン団体などの会員のうち、乳がんを罹患された女性
- ・協力いただいた団体 : 特定非営利活動法人ピンクリボン大阪、ガーゼ帽子を縫う会、特定非営利活動法人乳がん患者友の会きらら、山梨まんまくらぶ
- ・調査方法 : アンケートを実施し、回答結果を分析
- ・有効回答数 : 160人

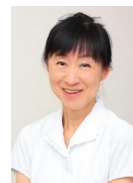
<調査結果サマリー>

- ① 乳がんに気づいたきっかけ、「セルフチェック」が第1位
- ② 早期発見者の半数以上が、乳がん発覚前、2年に1回以上の頻度で検診を受けていた
- ③ 病気に関する情報収集は「インターネット」が63%
- ④ 乳がん発覚後、仕事をやめた人は14%
- ⑤ 治療と仕事の両立に関して、働いている人の18%が「誰にも相談していない」と回答

<土井卓子先生からのコメント>

医療法人湘和会湘南記念病院乳がんセンター長を務める

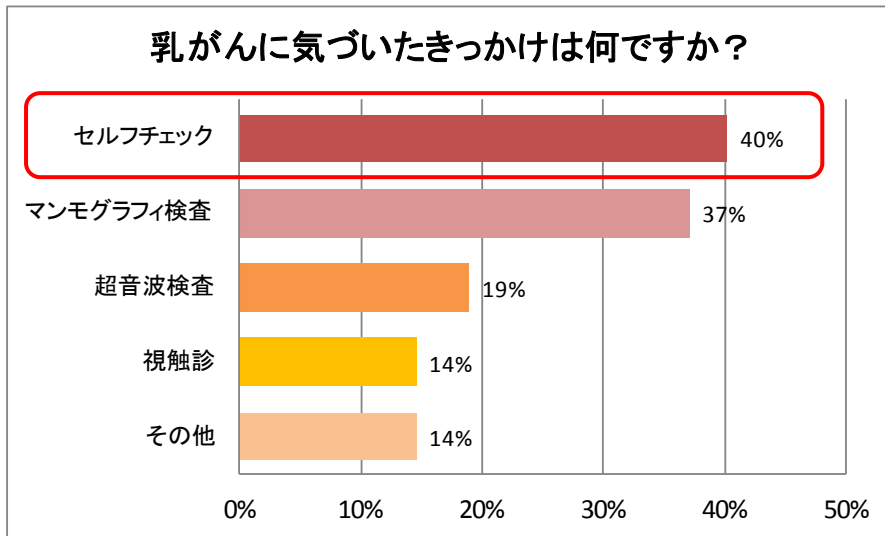
乳腺外科医の土井卓子先生より調査結果に関するコメントをいただいています。



※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、必ず【ドコモ・ヘルスケア調べ】とご明記ください。

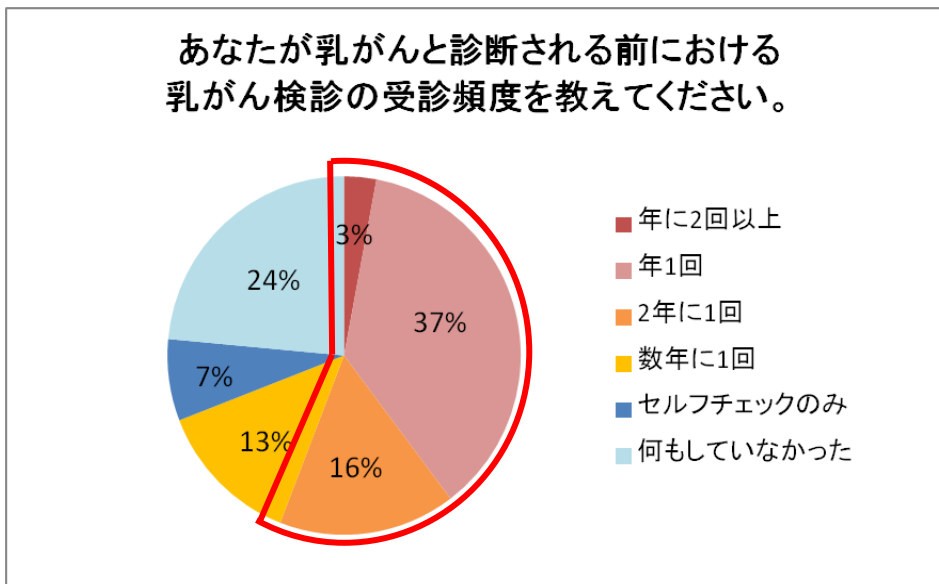
## <アンケート結果詳細>

### ■乳がん気づいたきっかけ、「セルフチェック」が第一位



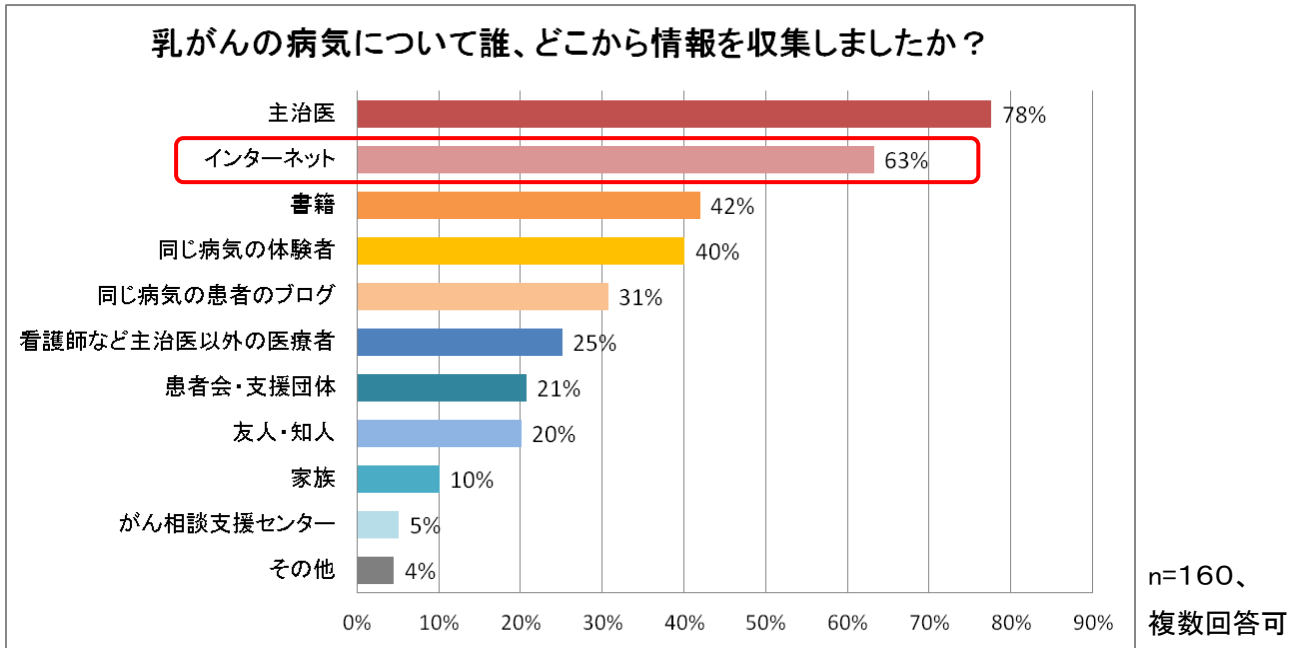
乳がん気づいたきっかけを聞いてみたところ、「セルフチェック」と回答した人が40%と最も多く、医療機関での「マンモグラフィ検査」は僅差で37%という結果となりました。「その他」と回答した人の中には、「たまたましこりに触れて気づいた」というコメントも複数見受けられました。

### ■早期発見者の半数以上が、乳がん発覚前、2年に1回以上の頻度で検診を受けていた(ステージ0、ステージ1の方)



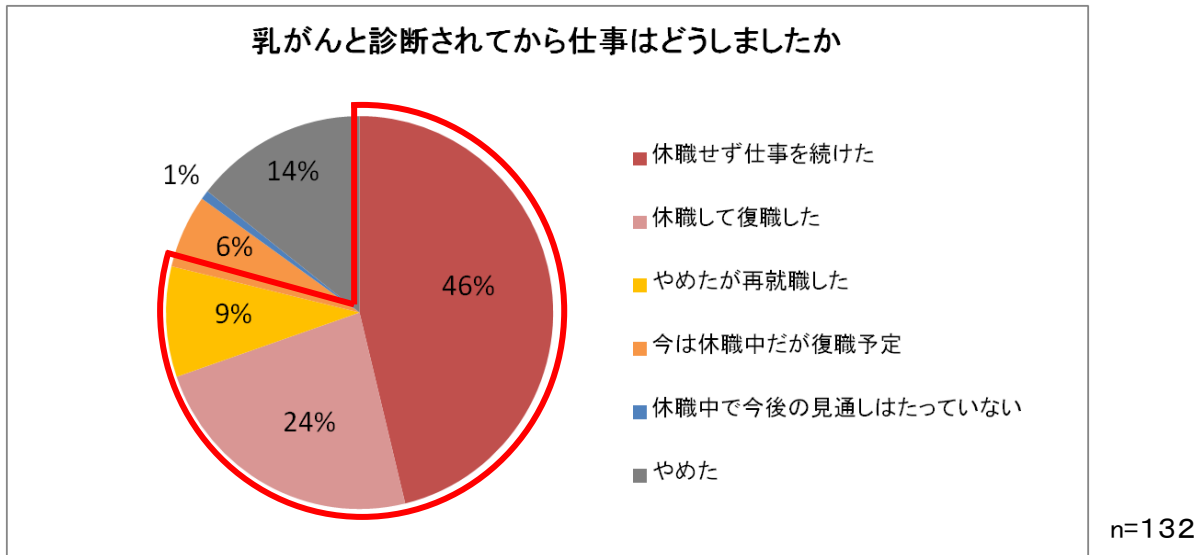
乳がんのステージが0もしくは1の早期発見者に、乳がん診断される前の検診受診頻度を聞いたところ、56%の人が2年に1回以上は乳がんの検診を受けていたということが分かりました。日本女性の平均検診率43.4%と比較すると、高い数値となっています。

## ■病気に関する情報収集は「インターネット」が63%



乳がん発覚後、病気に関する情報をどこから収集したかという質問に対して、「インターネット」という回答が「主治医」(78%)の次に多く、63%という結果になりました。また、「同じ病気の患者のブログ」(31%)が「看護師など主治医以外の医療者」(25%)を5ポイント上回るなど、医師・看護師と同程度に、インターネット上の情報を頼りにしているということが分かります。

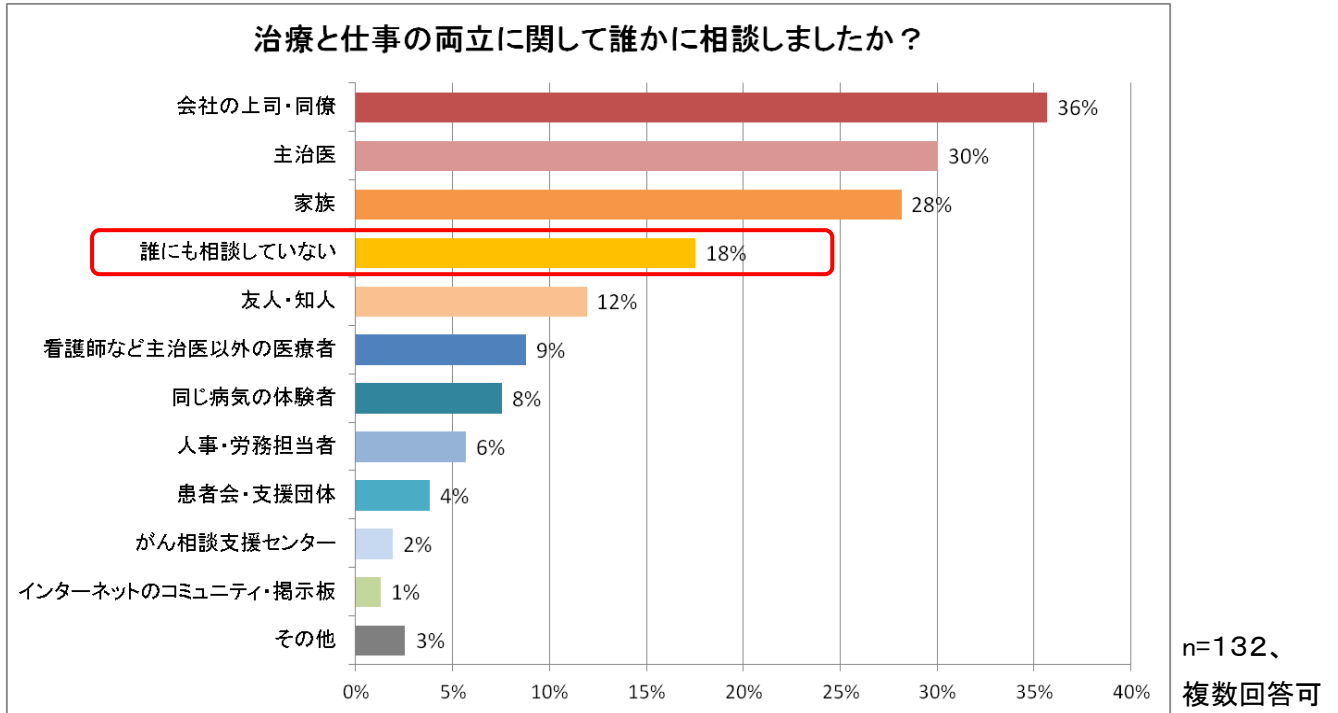
## ■乳がん発覚後、仕事をやめた人は14%



乳がん発覚前、何らかの仕事をしていた人に、乳がん発覚後の就労状況について質問したところ、半数近い46%が「休職せず仕事を続けた」と回答しました。休職後復職した人や仕事をやめた後に再就職した人を合わせると、全体の79%が罹患中の現在も何らかの仕事に就いているということが分かりました。

また、乳がんを経験した立場から、他の女性たちに勧めたいことについて聞いたところ、「仕事は続けた方が良い」というアドバイスが多く集まりました。

## ■治療と仕事の両立に関して、働いている人の18%が「誰にも相談していない」と回答



乳がん発覚後、治療と仕事の両立について誰に相談したかという質問に対して、18%が「誰にも相談していない」と回答し、「友人・知人」(12%)よりも多い結果となりました。

### <湘南記念病院乳がんセンター長 土井先生からのコメント>

セルフチェックは、女性が自分のからだの変調に気がつくための大切なきっかけです。

タイミングとしては、月経前は乳房が張るので、月経後が適切です。

お風呂に入ったときなど、日々自身の乳房に触れ、観察することで、小さな変化の気づきにつながります。

ただ、セルフチェックで発見できることができるのは、ある程度大きくなってからのがんなので、

小さながんを早期発見するためには十分ではありません。

「セルフチェックをしているから大丈夫」と安心するのではなく、マンモグラフィ検診も定期的に受診することをおすすめします。

がんと診断されると、仕事をやめてしまう人もいますが、現在では、様々な治療法が出ています。

仕事を続けながら行える治療も増えているので、常に前向きにとらえましょう。

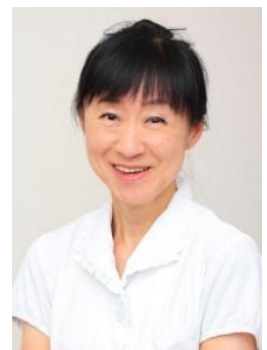
### <土井卓子先生プロフィール>

医療法人湘和会湘南記念病院乳がんセンター長、  
乳腺専門医、マンモグラフィ読影認定医

医師として一貫して乳腺外科分野で経験を積み、女性の立場から女性のための乳がん治療及び乳腺分野での治療に従事。

医師、看護師だけでなく、薬剤師、体験者コーディネーターやリンパ浮腫ケアスタッフを組み込んだ乳がん治療チームの組織、また形成外科と連携した乳房再建などの総合的な乳腺治療を目指す。

そうした診療活動の一方で乳がん啓蒙のため、さまざまなメディアの出演や講演活動、執筆も数多くこなす。



**■「カラダのキモチ」で月に1度の乳がん“セルフチェック”を！**

「カラダのキモチ」は、生理日・排卵日予測や基礎体温の記録、生理周期に合った健康情報をお届けするアプリです。生理周期や基礎体温のデータに基づいて、体調の変化をいち早く発見・通知し、女性疾病の早期発見につなげています。その特徴のひとつである「乳がんセルフチェック」は、生理周期に合わせた適切な時期に乳がんセルフチェックをお勧めし、詳しいチェック方法もアプリで確認することができます。また症状があった場合は、アプリを通して医療機関での受診を促すメッセージが表示され、受診にかかる費用を「お見舞金」でサポートします。

URL: <http://www.d-healthcare.co.jp/products/kimochi/>



カラダのキモチ



乳がんセルフチェックの最適な時期に通知が届く。

チェック方法は、イラストで分かりやすく解説。

**■患者さん専用のQ&Aコミュニティサイト「イルイル®」**

「イルイル®」は、カラダ・病気に悩みをかかえた人同士が体験談を共有し合える Q&A コミュニティサービスです。乳がん、子宮がんから不妊、妊娠、婦人病など女性の気になる疾患や悩みについて、同じ病気をもつユーザーに匿名で相談や質問をすることができます。

URL : <https://iluilu.com/nyugan>



患者さん同士で悩みを相談しあえる。

日記を投稿したり、閲覧・コメントができる。

\* 「カラダのキモチ」ロゴはドコモ・ヘルスケア株式会社の登録商標です。

\* 「イルイル」および「イルイル」ロゴはドコモ・ヘルスケア株式会社の登録商標です。