



(2) 子宮頸がん検診手帳



(2) 子宮頸がん検診手帳

子宮がん検診手帳目次	
◎子宮がん、あなたの「がん検診記録」……………	1
◎はじめに—がんがまだ「他人事」のあなたへ……………	2
◎がん検診ってなに?……………	3
◎「子宮頸がん」ってどんな病気?……………	4
◎子宮頸がん検診ではどのような検査をするのですか?……………	6
◎なぜ、「子宮頸がん」の検診は効果的なのか—3つの理由……………	8
◎検診の結果、がんとわかって、けっしてあわてない!……………	16
◎明石市内の相談支援センター……………	17

あなたのメモ欄	
 子宮がん、あなたの「がん検診記録」	
私の診察日は	年 月 日 曜日
結果受取日は	年 月 日 曜日
検診内容:	受診機関:
検査結果:	
病院名:	担当医の名前:
病院の住所:	
病院の電話番号:	
 今後の検診予定	
次の検診は <b>2年後</b> に受けてほしいので 年度	その次の検診は <b>4年後</b> に受けてほしいので 年度
検診内容:	検診内容:
受診機関:	受診機関:
検査結果:	検査結果:

<はじめに>

がんがまだ「他人事」のあなたへ

日本の男性の3人に2人が、女性の2人に1人が、生涯にがんを発症します。若くても、これまで病気ひとつしたことがなくても、突然、がんが見つかる可能性はあります。特に女性は、若い世代でがんになる方が多いのです。子宮頸がんがいちばん多いのは30代前半です。では、いったいどうすればよいのでしょうか？まずは、この手帳を読んでください。そして、がん検診を受けてください。それが、「がんで命を落とさないための特効薬」なのです。



2

がん検診ってなに？

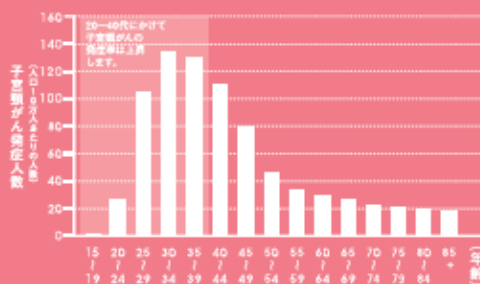
がんによる死亡を防ぐためには、がんにかからないようにすることが重要です。がんは遺伝するといわれていますが、実は、遺伝によるがんは5%程度と少なく、むしろ、喫煙、食生活及び運動等の生活習慣が原因である方が多く、これらに気をつけて発がんリスクを下げる必要があります。しかし、発がんリスクを下げるため生活習慣の改善を心がけたとしても、がんにかかるリスクをゼロにすることはできません。そこで重要となるのが、がん検診です。医学の進歩等により、がんは、現在、約60%の方が“治る”ようになりました。特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで、非常に高い確率で治癒します。従って、そうしたがんを“初期”の段階で見つける「がん検診」は、がんの死亡率を下げるのに非常に有効だと考えられます。しかし、日本のがん検診受診率はOECD加盟国の中で最低レベルです。米国などでは、がんの死亡者数が、減っていますが、日本では増えています。いまや年間およそ37万人（死因の3分の1）が、がんで亡くなっています。これは世界最高レベルです。

3

## 「子宮頸がん」ってどんな病気？

子宮頸がんは、子宮の入り口である子宮頸部の表面の細胞にがんができる病気です。子宮頸がんは日本では年間約33,000人が発症し、約2,900人が死亡しているがんであり、女性特有のがんの第3位の発症率となっています。また、たとえ死亡に至らないまでも、ごく初期のがんを除いては子宮全摘が施行され、その場合は妊娠や出産ができなくなることはもちろん、排尿障害などの後遺症やQOL（生活の質）低下に悩まされることもあります。子宮頸がんは近年、20代や30代の若年層で増加傾向にあり、これから結婚や出産を迎える年代の女性や、若い子供を持つ母親にとって深刻な問題です。子宮頸がんは、若い女性の妊娠や出産の可能性、健やかな日常生活を奪うがんと言えます。

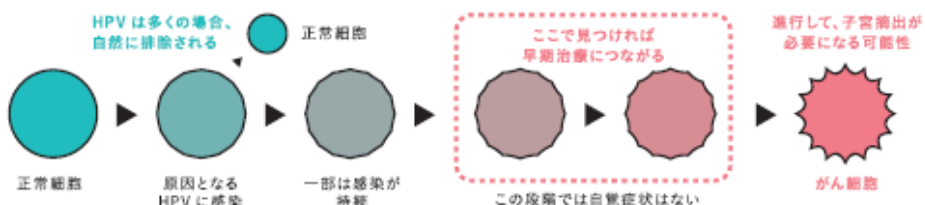
日本人女性における子宮頸がんの発症状況（2012年）



〔出典〕国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」  
\*上皮内がんを除く

## 子宮頸がん検診が効果的です

子宮頸がんは、初期には症状がほとんどなく、自覚症状があらわれる頃には病状が進行していることが少なくありません。しかし、子宮頸がん検診を受けることで、がんになる前の正常でない細胞の段階で発見することも可能です。子宮頸がん検診の効果のほどは実証済みで、欧米では、8割以上の女性が検診を受けているほどです。検診は、ヘラやブラシなどで子宮頸部の細胞をこすり取るだけで、少し出血する可能性はありますが、痛みを感じることは少ないです。検診を受けることは子宮頸がん予防と早期発見への第一歩です。面倒だから恥ずかしいから…とためらわず、20歳を過ぎたら、2年に1度、継続的に検診を受け続けることが大事ですので、お忘れなく。



## (2) 子宮頸がん検診手帳

### 子宮頸がん検診ではどのような検査をするのですか？



1

**問診:** 初潮の年齢や生理の様子、妊娠・出産歴、自覚症状の有無などを問診票に記入。さらに、診察室で医師からの質問に答えます。



2

**視診(内診):** 内診台にて、医師による診察を受けます。子宮頸部の状態を目で確認し(視診)、子宮などに腫れがないか調べます。



3

**細胞診:** ヘラやブラシのようなものを膣内に挿入し、子宮頸部の粘膜を軽くなでるようにして細胞を採取します。この時、少し出血する可能性があります。痛みなどを感じることは少ないです。



4

**検査終了:** 診察時間は、10～20分です。約2～4週間で、細胞診の結果も含めた検査結果がわかります。

6

### 子宮頸がんの原因について

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス (HPV) というウイルスの持続的な感染が原因となって発症します。HPV の子宮頸部への感染はほとんどが性交渉によりますが、このウイルスに感染すること自体は決して特別なことではなく、誰でも感染する可能性があります。HPV に感染しても、ほとんどの場合は自然に排除されますが、ウイルスが排除されずに長期間感染が続く場合があります。ごく一部のケースで数年～数十年間かけて、子宮頸がんを発症します。子宮頸がんは長期間かけて発症する病気であり、早期に発見すればがんといってもほぼ治癒します。検診で、子宮頸がんからあなたの体を守りましょう。

7

なぜ、「子宮頸がん」の検診は  
効果的なのか

—子宮頸がんについての素朴な疑問に答えます—

# 3つの理由

8



まわりも子宮頸がん検診を  
受けていないから、  
平気…?

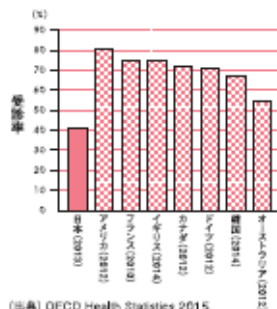
日本のがん検診受診率は  
OECD加盟国の中で最低レベルです。  
また、特に若い世代で  
子宮頸がんが増えています。

9

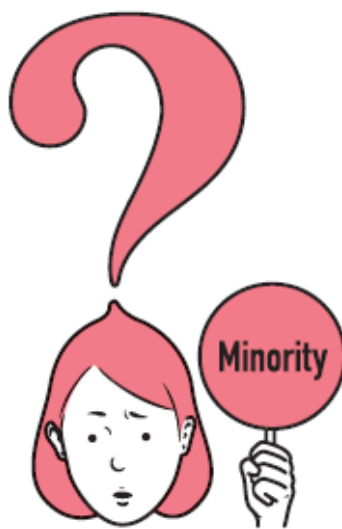
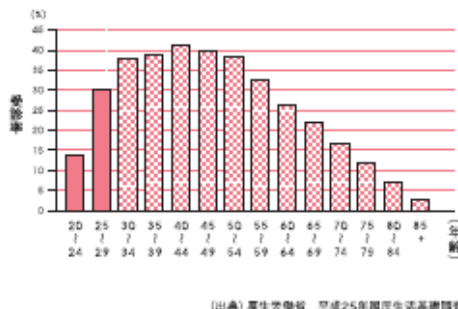
(2) 子宮頸がん検診手帳

子宮頸がん検診の場合、米国では80%以上の女性が受けているのに、日本では40%程度です。特に、20歳代前半の女性で子宮頸がん検診を受けているのは14%ほどで、極めて低い状況です。子宮頸がんは20代・30代に急増中であるため、このような年代から子宮頸がん検診を受けるべきです。

先進国の子宮頸がん検診受診率 (20~69歳)



日本人女性における子宮頸がん検診の年齢別受診状況 (過去1年間の受診状況)



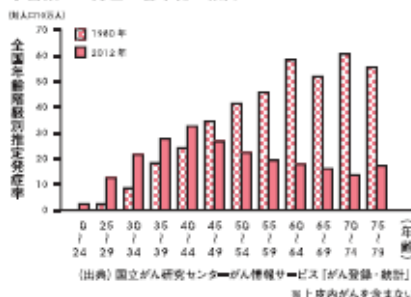
20代、30代で  
子宮頸がんになるのは、  
少数派なのでは？

子宮頸がんの原因はウイルスの持続的な感染で、若い人に増えています。一般的にがんは、年齢とともに発症数が増えますが、子宮頸がんは20代や30代で増加傾向にあります。早期がんでは症状は出ないので、検診が必要です。

(2) 子宮頸がん検診手帳

子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス(HPV)というウイルスの持続的な感染が原因となって発症します。過去30年でみると、20～30代に急増しています。妊娠をきっかけに、子宮頸がんが発見されることもめずらしくありません。早期発見のためには子宮頸がん検診が効果的です。検診は、ヘラやブラシなどで子宮頸部の細胞をこすり取るだけの簡単なもので、痛みもすくなく、数分で終了します。

子宮頸がん発症の若年化の傾向



子宮頸がんになったと知るのが  
コワイんだけど…

子宮頸がんは不治の病ではありません。7割程度が治ると考えられます。早期がんなら、完治の可能性もぐっと高くなります。







相談支援センターは、あなたのために、ともに考え、ともに歩みます。

ご本人やご家族が、がんの治療を受けるうえでの不安や悩み、療養生活や仕事のことについて気軽に相談していただけるよう「相談支援センター」を設置しています。

相談員が皆様のお話を伺い、一緒に考え、課題解決のお手伝いをさせていただきます。

また、お話をお伺いし、専門の看護師やスタッフをご紹介します。

また、相談支援センターでは、ご本人やご家族が得た情報をわかりやすく解説したり、一緒に整理していくお手伝いもしています。

ご相談は相談支援センターに直接お越しいただく方法と、電話でお話を伺う方法があります。

## 明石市内の相談支援センター

### ●兵庫県立がんセンター「がん相談支援センター」

〒673-8558 兵庫県明石市北王子町13-70

電話078-929-1151 (内線518)

時間:平日9:00~16:00 (12:00~13:00は除く)

◎相談内容の秘密は厳守いたします。

◎相談をすることにより不利益が生ずることはありません。

◎相談は無料です。

**毎月21日は「あかし健康づくりの日」**  
その日は、個人や地域で健康づくりに取り組もう。

**重点プロジェクト  
重点取り組み**



アカシー  
ヘルシー  
新あかし健康プラン21キャラクター

- 年に一度は健康チェック。  
がん検診、特定健診、  
人間ドックなど健診を受けよう。
- みんなで食育に取り組もう。  
朝ごはんから始めよう、健康づくり。
- 自宅や身近な場所で、  
気軽に楽しめる運動を続けよう。