

# 乳房痛があり、“乳がんかもしれない…”と不安な方へ。

“乳房の痛み”が心配で来院される方が多くいますが、痛みを伴う乳がんは稀です。  
精密な検査の結果、乳房に異常がない方がほとんどです。

## 乳房痛で一番多い原因は、女性ホルモンの変動です

乳がんは痛みがなく、固いしこりとして触れることが多いです。

1 女性ホルモンの変化

月経周期に伴う、女性ホルモン（エストロゲン・プロゲステロン）の変化によって乳房が張り、痛みが出ます。思春期・生理前・妊娠中・更年期で痛みが出ることが多いです。

### プロゲステロン（黄体ホルモン）

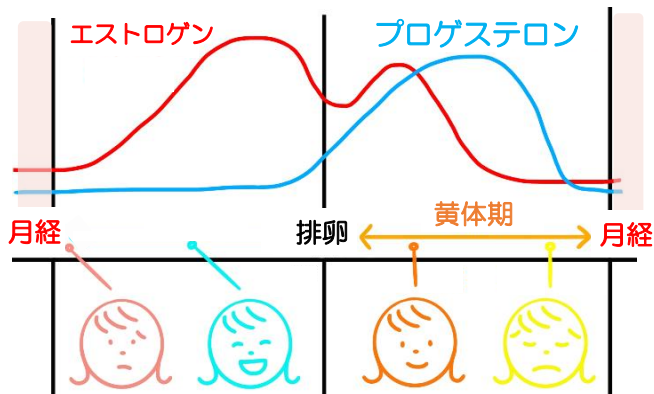
月経前の黄体期に増える、女性ホルモン。  
妊娠準備のために、水分を体に溜め込む働きをもつ。  
乳房に水分を溜め込み、血管を拡張する。

乳房のむくみ・張り

約20%バストアップする方も

乳房痛

### 女性ホルモン周期



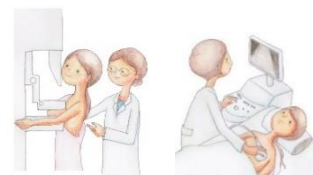
2 乳腺症

次に多い原因

3 乳腺炎

“いわゆる乳腺症”は「病変」ではない。経過観察を行う。  
30～50代に多く、閉経とともにしこり・痛みが軽減する。

授乳期以外は、抗生剤・鎮痛剤などの感染治療を行う。



## 他に気をつけてほしい症状があります

強い痛み  
(月経周期に  
伴わない)

しこりが  
触れる

皮膚の変化  
(ただれ、  
赤み)

熱もち  
腫れている

えくぼ様の  
凹みがある

血性分泌物  
が出る

痛みがあると不安になり、さらに痛みを強く感じてしまう場合もあります。  
一人で悩まずに受診・相談し、マンモグラフィ・エコー検査を受けましょう。



乳房は年々変化します。

セルフチェックを行い、40歳を過ぎたら年一回のマンモグラフィを受けましょう。

心配なことがあればいつでもご相談ください！



湘南みわクリニク