

乳房筛查

BREAST SCREENING

我是否确实需要做乳房 X 光片? (Do I Really Need a Mammogram?)

什么是乳房 X 光片筛查?

(What is a screening mammogram?)

乳房 X 光片指乳房 X 射线。乳房 X 光片筛查指为没有明显乳房问题的女性所做的例行检查，它可以发现乳房内因太小而感觉不到的异常或肿块。

乳房 X 光片筛查为什么重要?

(Why are screening mammograms important?)

在艾伯塔，大约八分之一的女性在其一生中会诊断出患有乳腺癌。乳房 X 光片筛查是尽早发现乳腺癌的最好方法，此时治疗效果会更好。

我需要做乳房 X 光片筛查吗?

(Should I have a screening mammogram?)

随着女性年龄的增长，患乳腺癌的风险会加大。40 岁以下的女性不需要做乳房 X 光片筛查。

*如果您的年龄介于 40 至 49 岁之间：*关于您的乳腺癌风险以及是否需要乳房 X 光片筛查，请询问您的保健医生。对于此年龄段的女性，乳房 X 光片的益处是否大于风险还不清楚。

*如果您的年龄介于 50 至 69 岁之间，而且没有您所知道的乳房问题：*定期做乳房 X 光片筛查。有研究表明，对于 50 至 69 岁的女性，定期的乳房 X 光片筛查可降低乳腺癌死亡率。

*如果您的年龄在 70 岁以上：*对于乳房例行检查是否应包含乳房 X 光片筛查，请询问您的保健医生。

然而，如果...

| | 是 | 否 |
|-----------------|---|---|
| • 我感觉很健康，没有任何症状 | √ | |
| • 我没有乳腺癌家族史 | √ | |
| • 我的乳房比较小 | √ | |

您仍然需要...

定期做乳房 X 光片筛查。

什么是诊断性乳房 X 光片?

(What is a diagnostic mammogram?)

诊断性乳房 X 光片是一种特殊的乳房 X 射线，它所提供的图像比乳房 X 光片更多，可以用来更仔细地观察乳房 X 光片所发现的乳房变化，也可用于做过隆胸的女性、乳腺癌患者和有乳腺癌症状的女性。

乳腺癌症状可能包括：

- 乳房或腋下有新肿块
- 乳头出现不常见的内陷
- 乳头结壳、出血或起皮疹
- 乳头溢液
- 乳房部分皮肤凹陷或变厚

我如何为乳房 X 光片筛查做准备?

(How do I get ready for a screening mammogram?)

当你预约乳房 X 光片筛查时，会被问及上次检查是在什么地方以及何时所做的。

预约当天：

- 请穿上上下分体的两件套服装，因为您需要从腰部以上脱去衣服
- 不要使用腋下除臭剂或香体粉，它们会对乳房 X 光片的结果造成影响

乳房 X 光片筛查如何做?

(How is a screening mammogram done?)

将会有一名女技师为您做乳房 X 光片筛查。一旦您站在乳房 X 线测定设备前：

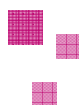
- 您的乳房应放置于可根据您身高调整的塑胶板上
- 另一块塑胶板将从上压向您的乳房，以展开乳腺组织，从而可以看到微小的异常之处
- 每侧乳房将拍摄两张 X 光片：一张从上方，另一张从侧面

整个过程大概需要 10 分钟。

做乳房 X 光片会痛吗?

(Do mammograms hurt?)

一些女性感觉做乳房 X 光片不舒服；一些女性感觉痛，但可以忍受。您的乳房需要被挤压以尽可能获取最好的图像，每次挤压仅有几秒钟时间。通常乳房较柔软的女性在月经周期的第 7 天至第 14 天做乳房 X 光片筛查会感觉比较舒服。



定期做乳房 X 光片筛查是尽早发现乳腺癌的最好方法之一。

可能出现的结果有哪些？

(What are the possible results?)

正常结果: 正常结果指未发现乳腺癌症状。大约 93% 的女性筛查结果都很正常。

异常结果: 只有少数的异常情况会是癌症，不过，出现任何异常情况都应该立刻做检查。您的保健医生会为您安排所需要的检查。其它检查可能包括诊断性乳房 X 光片、超声波或活组织切片检查。

若要了解更多关于乳房 X 光片筛查的异常结果，请登陆我们的网站 www.screeningforlife.ca 或拨打电话 1-866-727-3926 查阅手册

《正确理解乳房 X 光片的异常结果》(Making Sense of Abnormal Mammogram Results)。

我需要多久做一次乳房 X 光片筛查？

(When do I return for a screening mammogram?)

如果您的年龄介于 40 至 49 岁之间: 且决定做乳房 X 光片筛查的话，请每年做一次。乳房由脂肪和腺性组织构成，年轻女性的乳腺组织比较致密（脂肪较少），因此较小的癌组织在早期不容易看到。

如果您介于 50 至 69 岁之间: 请根据您的保健医生的决定，至少每两年做一次。

如果您的年龄在 70 岁以上: 关于多久做一次筛查，请咨询您的保健医生。

做乳房 X 光片筛查时:

- 确保您的保健医生每年对您的例行检查中包括乳房检查
- 了解自己乳房健康时的外观与感觉，如感觉有任何异常变化，请告知您的保健医生

筛查的风险和益处有哪些？

(What are the risks and benefits of screening?)

风险*

- 尽管患有乳腺癌，但乳房 X 光片无任何征兆显示。
- 乳房 X 光片上的某些异常状况可能会给一些女性带来一场虚惊。然而事后更多的检查（如另一次乳房 X 光片、超声波或活组织切片检查）会发现癌症并不存在，这一检查可能需要 4 到 6 周的时间，期间会给女性带来一些恐慌。有时，检查结果出来后这种恐慌还会存在较长时间。
- 即使乳房 X 光片筛查发现乳腺癌，您的生活质量或寿命并不会改变。有些筛查所发现的乳腺癌并不会带来任何问题，因为女性可能会在乳腺癌发作之前死于其它原因。

这些乳腺癌可能是慢性生长癌症，因此，如果这些女性没有做癌症筛查的话，她们或许永远不会知道自己患有癌症，也不会去做治疗。

益处

超过 95% 的女性在发现乳腺癌并在早期得到治疗后可以很好地继续生活 5 年。

虽然乳房 X 光片筛查不能预防乳腺癌，但定期筛查可以:

- 及早发现癌症，此时的治疗效果会更好
- 通常能够在女性察觉之前发现较小的肿块
- 放疗师可以对比您当前与过去的乳房 X 光片，以发现您乳房的变化
- 配合临床乳腺检查，能够降低乳腺癌死亡率高达 30%

谨记

乳房 X 光片筛查是尽早发现乳腺癌的最好方法，乳腺癌筛查能够挽救生命！

关于艾伯塔乳腺癌筛查计划

(About the Alberta Breast Cancer Screening Program)

艾伯塔乳腺癌筛查计划 (ABCSP) 由艾伯塔卫生服务中心与艾伯塔放射线研究协会合作开展。该计划通过邮寄方式将您的乳房 X 光片筛查结果寄送给您，同时，当您逾期未做乳房 X 光片筛查时，该计划会向您及您的保健医生发送提醒信息。

欲获得 ABCSP 的来信，请先拨电话 310-0000（免费），然后拨 780-427-1432，在艾伯塔健康与保健部门留下您的姓名和最新地址。

若要发现乳腺癌，筛查是您能为自己采取的最好方法之一。乳腺癌、子宫癌和结直肠癌筛查能够挽救生命。

如有疑问，请与**癌症筛查计划部**联系

电话: 1-866-727-3926

传真: 1-888-944-3388

www.screeningforlife.ca



SCREENING
FOR LIFE.CA

* 加拿大公共卫生署。40 岁以上女性乳房 X 光片信息。

加拿大公共卫生署，慢性疾病预防控制中心，慢性疾病预防部，加拿大 2009 年乳腺癌筛查援助计划。