

# 乳房篩檢

## BREAST SCREENING

### 我真的需要乳房 X 光攝影檢查嗎？ (Do I Really Need a Mammogram?)

#### 何謂乳房 X 光攝影篩檢？

(What is a screening mammogram?)

乳房 X 光攝影檢查是為沒有特別乳房問題的婦女所做的例行檢查。它可以發現乳房中太小而不易察覺的任何異常或硬塊。

#### 為什麼乳房 X 光攝影篩檢很重要？

(Why are screening mammograms important?)

每八名亞伯達省的女性中，就有一名在其一生中會發生乳癌。乳房 X 光攝影篩檢是早期發現乳癌的最佳方法，而且早期治療的成功率較高。

#### 我應該做乳房 X 光攝影篩檢嗎？

(Should I have a screening mammogram?)

女性罹患乳癌的風險隨著年齡的增長而增高。40 歲以下的女性不需要做乳房 X 光攝影篩檢。

*如果您介於 40 歲到 49 歲之間：*和醫生討論有關您的乳癌風險以及做乳房 X 光攝影篩檢的需要。對該年齡群的婦女而言，乳房 X 光攝影篩檢是否利益多於風險仍不明確。

*如果您介於 50 歲到 69 歲之間，並且沒有任何已知的乳房問題：*定期做乳房 X 光攝影篩檢。研究顯示定期乳房 X 光攝影篩檢減少 50 歲到 69 歲之間的婦女的乳癌死亡率。

*如果您是在 70 歲或 70 歲以上：*和醫生討論乳房 X 光攝影篩檢是否應該作為您的例行乳房健康檢查的一部份。

但是如果...

	是	否
• 我覺得很健康而且沒有症狀	✓	
• 我沒有乳癌家庭病史	✓	
• 我有小乳房	✓	

您仍然需要...

做定期的乳房 X 光攝影篩檢。

#### 何謂診斷性乳房 X 光攝影檢查？

(What is a diagnostic mammogram?)

診斷性乳房 X 光攝影檢查是一種特殊的乳房 X 光攝影，提供多於乳房 X 光攝影篩檢的影像。它們可以用來更仔細地觀察在乳房 X 光攝影篩檢中所發現的改變。它們也可以用於有植入性乳房的婦女、已經有乳癌的婦女以及有乳癌徵候的婦女。

乳癌的可能徵候包括：

- 乳房或腋下有新硬塊
- 乳頭內陷，若通常並非如此
- 乳頭上結硬皮、流血或發疹
- 乳頭有分泌物
- 乳房皮膚的一部份凹陷或增厚

#### 我要如何為乳房 X 光攝影檢查做準備？

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

當您預約乳房 X 光攝影檢查時，您會被問及您上一次的乳房 X 光攝影檢查是在什麼時候和什麼地方做的。

在做乳房 X 光攝影檢查當天：

- 穿兩件式的服裝，因為您必須將腰部以上的衣服脫掉
- 不要塗抹腋下體香劑或爽身粉。這些會影響乳房 X 光攝影檢查結果

#### 乳房 X 光攝影檢查的過程是如何？

(How is a screening mammogram done?)

一名女性技術員將會為您做乳房 X 光攝影篩檢。當您站在乳房 X 光攝影機前時：

- 您的乳房將垂置於一個可隨您的高度調整的塑膠盤上
- 另一個盤將壓下您的乳房來散開乳房組織以便觀察小異常
- 各邊乳房將取兩個 X 光：一個由上方攝影，另一個由側面

整個過程需時約 10 分鐘。

#### 乳房 X 光攝影檢查會痛嗎？

(Do mammograms hurt?)

有些婦女覺得乳房 X 光攝影檢查不舒服。其他則覺得痛但是可以忍受。您的乳房需要被壓平以獲得可能的最佳影像。每一次的擠壓僅持續幾秒鐘。平常就有乳房疼痛的婦女發覺在他們經期的第七天或第十四天做乳房 X 光攝影篩檢疼痛感較小。



## 乳房 X 光攝影篩檢是早期發現乳癌的最佳方法。

### 可能的結果會是什麼？

#### (What are the possible results?)

**正常的結果：**正常的結果表示沒有發現任何乳癌徵候。大約 93% 的篩檢婦女有正常的結果。

**異常的結果：**只有少數的異常會是癌症；但是，任何異常應該馬上接受檢查。醫生會安排需要的檢查。其他檢查可能會包括診斷性乳房 X 光攝影、超音波和切片。

要進一步了解異常的乳房 X 光攝影篩檢結果，請參閱我們的

《*Making Sense of Abnormal Mammogram Results (了解異常乳房 X 光攝影檢查結果)*》簡冊，您可查看 [www.screeningforlife.ca](http://www.screeningforlife.ca) 或撥打 1-866-727-3926。

### 我何時需要再做乳房 X 光攝影篩檢？

#### (When do I return for a screening mammogram?)

**如果您的年齡介於 40 歲到 49 歲之間：**並且決定接收乳房 X 光攝影篩檢，每年做一次。乳房是由脂肪和腺狀組織所構成。年輕婦女的乳房組織密度較高（脂肪較少）所以小癌細胞不容易被看見。

**如果您的年齡介於 50 歲到 69 歲之間：**至少每兩年做一次，按照您和醫生的決定。

**如果您的年齡是在 70 歲或 70 歲以上：**和醫生討論多久需要做一次。

除了乳房 X 光攝影篩檢外：

- 確保每年由您的醫生檢查您的乳房，以作為您的例行健康檢查的一部分
- 知道您正常的樣子和感覺。如果您注意到任何不尋常的改變，請告訴醫生

### 篩檢有哪些益處和風險？

#### (What are the risks and benefits of screening?)

##### 風險\*

- 乳房 X 光攝影檢查可能不會顯示任何異常的徵候，即便有乳癌存在。
- 有些婦女可能因為乳房 X 光攝影檢查發現某種異常而虛驚一場。但是在更多檢查之後（如另一個乳房 X 光攝影檢查、超音波或切片檢查），並無發現任何癌細胞。檢查結果可能需要 4 到 6 星期的時間，造成婦女的擔憂。有時候，甚至在得到結果後仍然持續擔憂。
- 雖然乳房 X 光攝影篩檢發現乳癌，但是您的生活品質或存活年數也許不會有所改變。有些篩檢發現的乳癌對患者不會造成任何問題，因為患者可能先因其他因素而往生。

這些乳癌可能是成長緩慢的癌細胞。

所以，如果罹患這類癌症的婦女並沒有接受篩檢，他們可能永遠也不會知道他們有癌症而且也不會接受治療。

##### 益處

有 95% 以上的早期發現和治療乳癌的婦女在五年後仍然存活著。

雖然乳房 X 光攝影篩檢並不能預防乳癌的發生，定期做乳房 X 光攝影篩檢卻可以：

- 早期發現癌細胞，治療成功率較高
- 通常可在未被感覺到之前就發現小腫瘤
- 讓放射科醫生比較您目前的和過去的乳房 X 光攝影片以便找出您乳房中的任何改變
- 如與臨床乳房檢查結合可將乳癌死亡減少至 30%

## 記住

乳房 X 光攝影篩檢是早期發現乳癌的最佳方法。

乳癌篩檢拯救生命！

### 關於亞伯達省乳癌篩檢計劃

#### (About the Alberta Breast Cancer Screening Program)

亞伯達省乳癌篩檢計劃 (ABCSP) 是由亞伯達省健康服務和亞伯達省放射科醫生協會合作提供。ABCSP 會將您的乳房 X 光攝影篩檢結果郵寄給您。本計劃也支持婦女及其醫生，適時寄發通知提醒他們做乳房 X 光攝影篩檢。

若想要收到 ABCSP 寄發的郵件，請將正確的姓名和地址提供給 Alberta Health and Wellness (亞伯達省醫療衛生部門)；電話：310-0000 (免費專線) 然後撥 780-427-1432。

為了早期發現乳癌，篩檢是您能夠為自己做的最好的事情。乳癌、子宮頸癌及結腸癌篩檢拯救生命。

如欲獲得更多資訊，請聯絡

#### Cancer Screening Programs (癌症篩檢計劃)

電話：1-866-727-3926

傳真：1-888-944-3388

網站：[www.screeningforlife.ca](http://www.screeningforlife.ca)



SCREENING  
FOR LIFE.CA

\* 加拿大公共衛生部。四十歲及四十歲以上婦女之乳房 X 光攝影檢查資料：加拿大乳癌篩檢之決策輔助。加拿大公共衛生部慢性疾病预防及控制中心，慢性疾病管理部，2009。