

乳癌篩檢

BREAST SCREENING

乳癌的基本事實 (The Basics of Breast Cancer)

何謂乳癌？

(What is breast cancer?)

乳癌是在乳房出現的不正常細胞生長。這些細胞會形成硬塊，稱為腫瘤。癌性腫瘤稱為惡性。非癌性腫瘤稱為良性。良性腫瘤不會擴散至身體的其他部位，並且通常不會對生命造成威脅。惡性腫瘤則會擴散至身體的其他部位，並且會對生命造成威脅。

乳癌的發生機率有多高？

(How common is breast cancer?)

乳癌是女性最常被診斷的癌症。它是女性的第二大癌症死因。在亞伯達省，每八名女性中就有一名在其一生中會形成乳癌。篩檢和改進的治療在近幾十年來已經減少了亞伯達省的乳癌死亡人數。

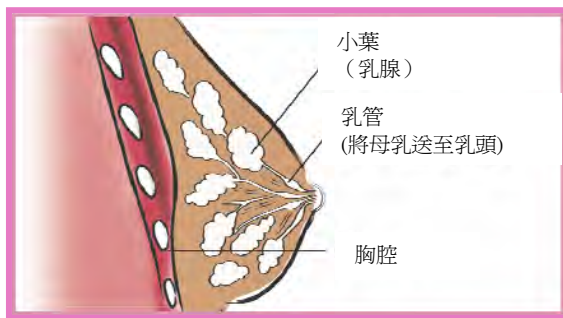
早期發現的癌細胞通常很小並且僅存在於它發生的部位。對早期癌症之治療比對已經擴散的癌症之治療效果要好。

常見的乳癌有哪幾種？

(What are the common types of breast cancer?)

大多數的乳癌發生於乳管內的細胞（乳管原位癌），但有些則發生於乳腺內的細胞（乳小葉原位癌）。癌細胞影響乳房的其它部分比較少見。

原位癌是指癌細胞僅存在於原發生的細胞層，且尚未擴散至周圍的乳房組織。已經擴散至周圍乳房組織的乳管或乳腺原位癌則為侵襲性乳癌。



乳癌的風險因素有哪些？

(What are the risk factors for breast cancer?)

並非所有女性都有同等發生乳癌的機率。某些風險因素影響女性發生乳癌的可能。

無法改變的風險因素

性別：女性比男性發生乳癌的機率高 100 倍。

年齡：女性罹患乳癌的風險隨著年齡的增長而增加。在亞伯達省，罹患乳癌的女性中大約有 75% 是 50 歲或以上。

家庭病史：如果您的母親、姐妹或女兒曾被診斷過有乳癌，則您罹患乳癌的風險便相對增加。但是，有 80% 的乳癌女性患者沒有乳癌家庭病史。

基因改變：某些基因（如 BRCA1、BRCA2 及其他）的具體改變會增加女性罹患乳癌的風險。這些改變被認為是遺傳性的。這些基因改變較為罕見，只佔所有乳癌的 10% 以下。

過去有被診斷過乳癌：曾經一乳患有乳癌的女性比較有可能在另一乳發生癌細胞。

乳房密度：乳房組織密度較高的女性罹患乳癌的風險較高。高密度乳房組織也使得透過乳房 X 光攝影檢查早期發現乳癌較為困難。

經期史：在 12 歲以前開始排卵（有月經）的女性和/或在 55 歲以後才停經的女性罹患乳癌的風險增高。

胸腔放射治療：過去曾經因另一種癌症而接受過放射治療的女性罹患乳癌的風險增加。接受放射治療時的年紀越輕，晚年罹患乳癌的風險越高。

有影響性的生活形態因素

生產史：沒有生過小孩或在 30 歲之後生第一個小孩的女性罹患乳癌的風險增加。

長期荷爾蒙替代治療：使用綜合雌激素與黃體激素更年期荷爾蒙替代治療（HRT）達 5 年以上的女性罹患乳癌的風險較高。在停止荷爾蒙替代治療的 5 年內，女性罹患乳癌的風險則回落到與一般人相同。



乳房 X 光攝影篩檢是早期發現乳癌的最佳方法

有影響性的生活形態因素... 續上一頁

體重：在更年期後過重或肥胖的女性罹患乳癌的風險增高。

肢體活動：一生甚少活動的女性罹患乳癌的風險增高。

酒精：喝酒越多，罹患乳癌的風險越高。

煙草：抽煙也增加女性罹患乳癌的風險。研究顯示二手煙增加尚未停經女性罹患乳癌的風險。

您能夠如何降低您發生乳癌的風險？

	是	否
• 多運動	√	
• 保持健康的體重	√	
• 限制飲酒數量	√	
• 不抽煙	√	
• 和您的醫生討論限制荷爾蒙替代療法的長期使用	√	

確保遵循終身乳房篩檢計劃

(Be sure to follow the Breast Screening Life Plan)

20 歲到 39 歲之女性

- 知道正常乳房的樣子和感覺，以便能夠察覺乳房的任何異常改變。
- 定期看醫生，做健康檢查。

40 歲到 49 歲之女性

- 和您的醫生討論罹患乳癌的風險以及乳房 X 光攝影篩檢的利益和風險。
- 每年由醫生為您做乳房檢查，作為定期健康檢查的一部分。
- 定期檢查乳房是否有任何異常的改變。

50 歲到 69 歲之女性

- 根據您和醫生的決定，確保至少每兩年做一次乳房 X 光攝影檢查。
- 每年由醫生為您做乳房檢查，作為您定期健康檢查的一部分。
- 定期檢查乳房是否有任何異常的改變。

70 歲以上之女性

- 和醫生討論您是否應該繼續定期進行乳房 X 光攝影檢查。
- 每年由醫生為您做乳房檢查，作為您定期健康檢查的一部分。
- 定期檢查乳房是否有任何異常的改變。

知道您正常的樣子和感覺

(Knowing what looks and feels normal for you)

下表所列的乳房改變並不表示您一定有乳癌。如果您察覺到這些改變，馬上去看醫生：

- 乳房或腋下硬塊
- 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

記住

- 80% 的乳癌女性患者沒有乳癌家庭病史。
- 健康的生活型態可以降低您發生乳癌的風險。
- 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。
- 如果可以，現在就打電話約診吧！

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，請將您正確的姓名和地址提供給亞伯達省醫療衛生部門 (Alberta Health and Wellness)；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



**SCREENING
FOR LIFE.CA**