

# 姐妹一定要知道的 乳癌篩檢大小事



臺北市政府衛生局

# 乳癌早期發現早治療有90%以上的存活率



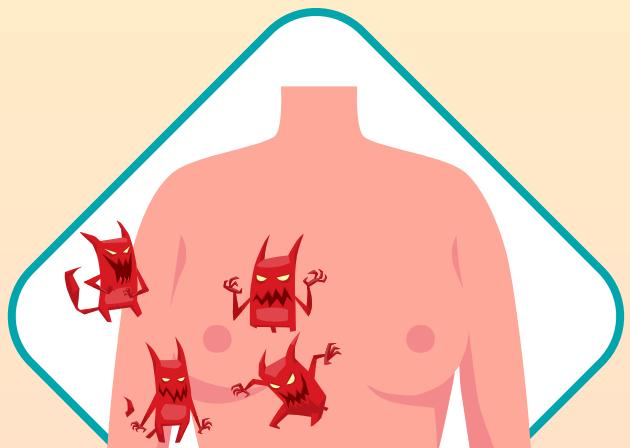
乳癌為我國婦女發生率第1位之癌症，發生高峰約在45-69歲之間，相當於每天約有40位婦女被診斷罹患乳癌、6位婦女因乳癌而失去寶貴性命。

乳癌如果能早期發現早期治療，0期~2期五年存活率超過9成。

# 七大乳癌高危險群更要注意及早檢查



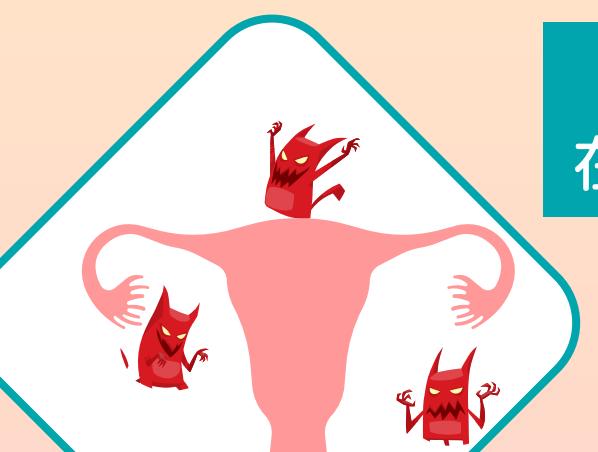
1. 家族有乳癌病史  
(媽媽、姊妹、女兒……)



2. 一側乳房得過乳癌



6. 初經早、停經晚



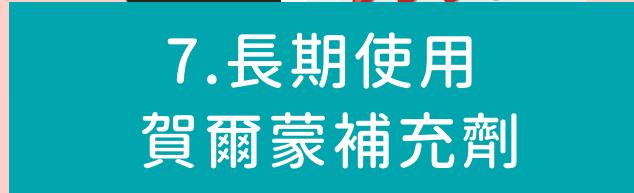
3. 得過卵巢癌或  
子宮內膜癌



4. 未生過孩子或  
在30歲後才生第一胎



5. 未餵過母奶

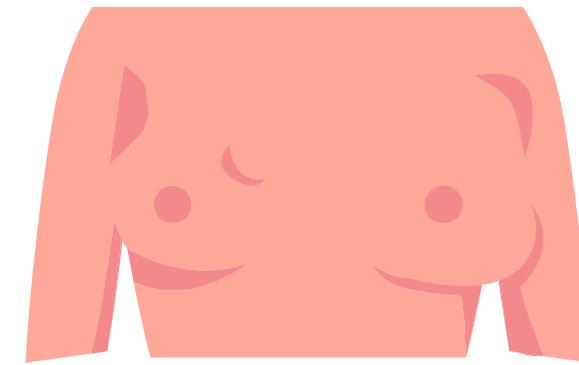
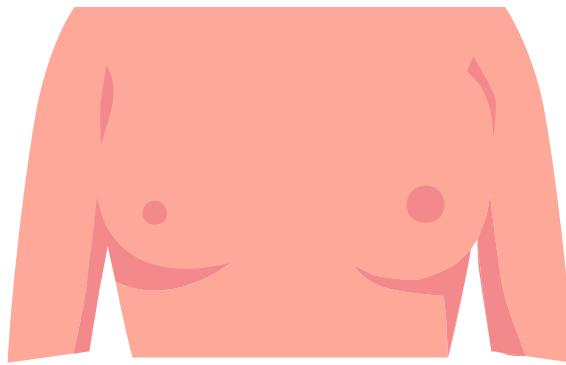
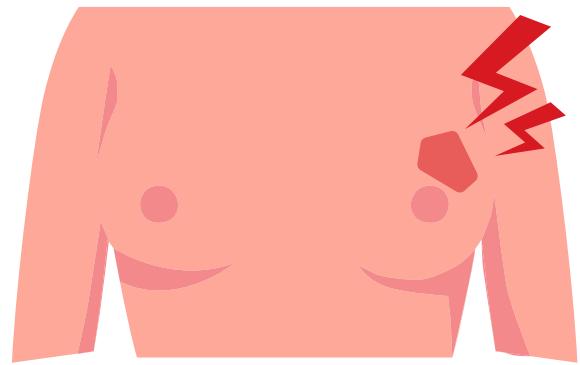


7. 長期使用  
賀爾蒙補充劑

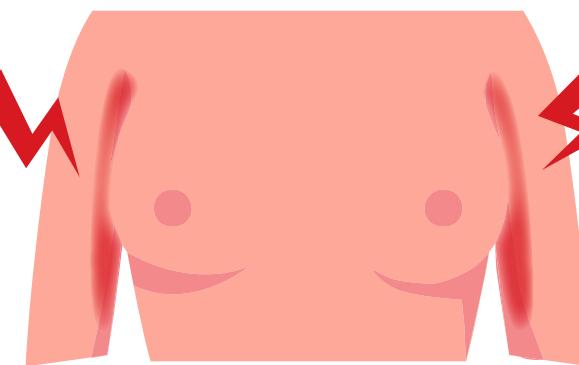
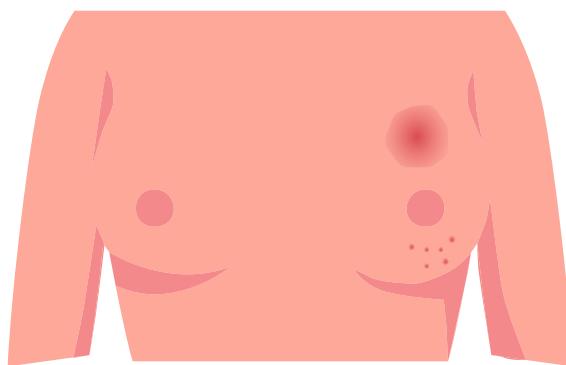
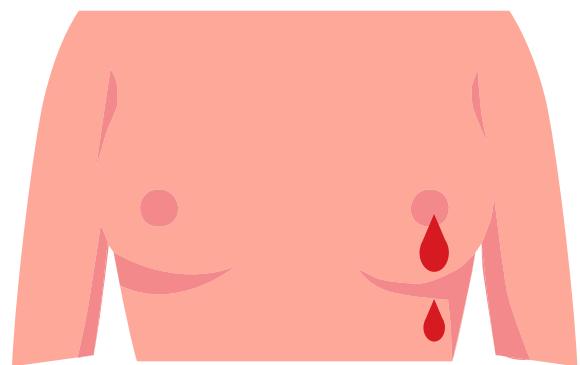
# 別輕忽！認識乳癌的可能症狀

乳癌早期大多是沒有明顯的症狀，但到後期就會發生一些變化：

1. 乳房有無痛性腫塊。
2. 突發性乳房大小不對稱。
3. 乳房局部凹陷或凸起。



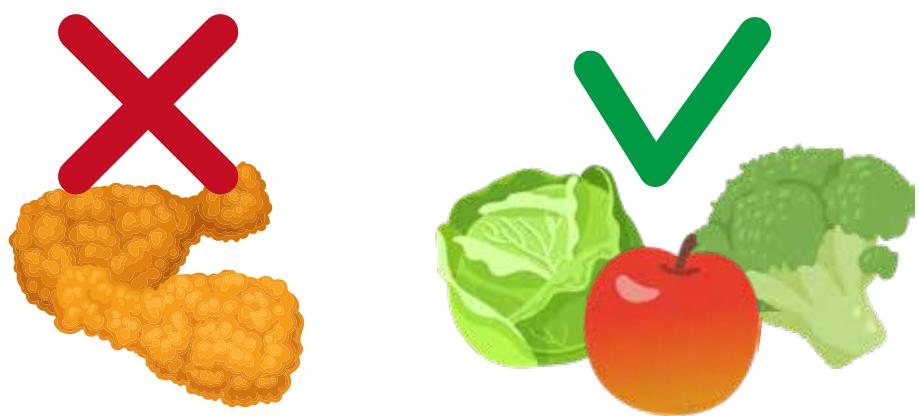
4. 乳頭凹陷、潰瘍或有異常的分泌物，尤其是帶血的分泌物。
5. 乳房皮膚有橘皮樣變化、濕疹、紅腫或潰爛的現象。
6. 沒有理由的腋下淋巴腫大、淋巴會痛。



若有任何異狀都須立刻就醫，才能早期診斷乳癌哦！

# 良好的飲食、運動和習慣可預防乳癌

## 1. 避免攝取過多高脂肪食物



## 2. 平時多多運動



## 3. 避免太晚生育



## 4. 定期篩檢

- 45歲以上至69歲(含)女性
- 40-44歲二等親有乳癌家族史  
每2年1次乳房x光攝影檢查



# 乳房X光攝影檢查前注意事項

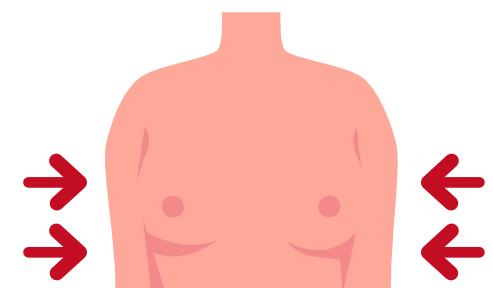
## 1. 避免穿連身裙

檢查時，必須脫掉上半身的衣服，故不要穿連身衣裙。



## 3. 檢查時夾緊乳房

為了要獲得清晰的影像，並減少輻射劑量，必須將乳房夾緊，以減少乳房組織重疊，才能清楚顯現病灶，故會有些微不適感。



## 2. 避免於乳房和腋下塗抹不必要霜劑

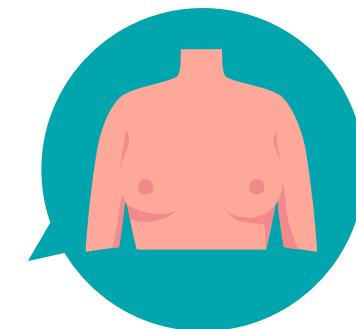
不要於乳房、腋下塗抹除臭劑、粉劑及護膚霜等，因為會產生假影，影響醫師判讀影像。



## 4. 其他

避免月經來前一週受檢。

如果曾接受過乳房手術、整形手術、植入物體、心臟節律器、已懷孕或有懷孕計畫者請先告知放射師。



# 降低乳房攝影不適的秘招

新型的乳房攝影可大幅降低檢查的不適感！

建議乳房攝影檢查**不要排在月經前10天**，這段期間因荷爾蒙作用，乳房通常會感到異常疼痛，最好在月經後10天檢查以降低不適的情形



# 哪些族群可以免費篩檢乳癌？

- 45歲以上至69歲(含)女性
- 40-44歲二等親有乳癌家族史  
每2年1次乳房x光攝影檢查

提供癌症篩檢之醫療院所：  
<https://health.gov.taipei/cp.aspx?n=492F6DEB61F36FDB>

