



進行篩檢：
及早發現乳癌。

NYCTM
Health

及早發現乳癌。

- 美國有八分之一的女性在其一生會得乳癌。
- 倘若能夠儘早發現，許多女性乳癌患者會有較佳的治癒機會。
- 如果患者能夠儘早診斷出癌症，有 **99% 的人至少活了五年**，而晚期確診患者的存活時間則短很多。

乳房 X 光攝影檢查是早期乳癌檢測的關鍵。

- 乳房 X 光攝影檢查是在感覺乳房出現腫塊之前發現腫瘤的胸部 X 光片。
- 如果您年滿 40 歲或以上，請和醫師討論接受乳房 X 光攝影檢查的正確時機。
- 如果您的家族有乳癌的病史，請在 40 歲之前和醫師討論接受乳房 X 光攝影檢查的正確時機。

乳房 X 光攝影檢查如何進行？

- 乳房 X 光攝影檢查技術人員將會協助您將乳房固定在 X 光機器上。
 - 為了拍攝效果良好的照片，機器會緊緊地擠壓您的乳房。
 - 您可能會因為乳房被捏夾而感到不舒服，但是 X 光片拍攝完成後疼痛通常會立刻停止。
 - 有時技術人員會拍攝比較多張的 X 光，以便獲得較清晰的影像。這並不表示有任何問題。
- 

乳房 X 光攝影檢查會顯示什麼？

- 醫師（放射科醫師）會察視 X 光片，查看是否有任何異常的乳房組織。
- 乳房組織會隨時間變化。醫師會將乳房 X 光攝影檢驗結果與過去的檢驗結果進行比較。
- 如果您的乳房 X 光攝影檢查顯示有某些區域應該仔細檢查，醫師可能會致電請您回來進行更多影像檢測。這些檢測可能包括 X 光、聲波圖或是 MRI（核磁共振成像）。

請務必取得乳房 X 光攝影檢查結果。

- 如果在離開醫師辦公室之前沒有拿到結果，請詢問取得結果的方式。
- 根據法律，您必須在檢查時或是在 30 天內透過郵件收到書面結果。請確定醫師辦公室有您正確的郵寄地址。
- 如果沒有收到結果，請致電醫師辦公室。請勿假設一切正常。



如果您被告知檢查結果需要進行後續追蹤或是進行更多檢測，請採取行動。

- 務必瞭解檢查結果以及需要採取的下一步行動。請詢問醫師。
- 醫師建議您進行其他檢測時，請儘快進行。
- 如果診斷出罹患癌症，切勿觀望。**立即**接受妥善的治療。

降低您的風險。

健康與生活方式風險：

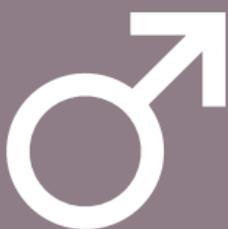
- 維持健康的體重與身體活動。一週至少 5 天，每天進行 30 分鐘的適度運動 (例如，競走)。
- 如果您正在進行結合雌激素黃體素荷爾蒙替代治療或是目前正在服用避孕藥，請向醫師詢問是否有任何相關風險。
- 飲酒可能會增加罹患乳癌的風險。安全的飲酒量目前尚且不得而知。造訪 nyc.gov/health 並且搜尋「alcohol and health」(酒精與健康) 以瞭解詳情。



致乳癌的其他風險：

如果您有以下情況，請務必告知醫師：

- 曾經罹患乳癌。
- 近親中有人得過乳癌，例如母親、姊妹、女兒、祖母或是姑媽/姨媽。
- 有乳癌的基因突變，例如 BRCA1 或 BRCA2 突變。您可以接受檢測以確定自己是否有這些基因突變。



男性也有可能得乳癌。儘管極為罕見，但是仍然請和醫師討論一下可能的風險。

不要因為任何擔憂而拒絕乳房 X 光攝影檢查！

「我沒有健康保險。」

- 您可能符合免費或是低費用篩檢資格。請撥打 311 以取得詳細資訊。

「我是無證移民。」

- 無論您的族裔、種族、收入或是移民身分為何，您都有權獲得良好的醫療照護。
- 請撥打 311 以瞭解接受乳房 X 光攝影檢查的地點。沒有人會詢問您的移民身分。

「我覺得沒有異狀！」

- 多數的乳癌在早期不會產生任何症狀。您仍然應該接受檢查。

「乳房 X 光攝影檢查會很痛！」

- 您可能會感覺到不舒服，但是疼痛通常是輕微的，而且檢查完之後不會再感到不適。
- 如果能夠儘早發現乳癌，短暫不適也是值得的。

「我不需要進行乳房 X 光攝影檢查。 我的年齡這麼大已經不會再得乳癌了。」

- 並不會因為年紀大就不會得乳癌。事實上，年紀越大，風險反而越高。如果您的年齡在 75 歲或以上，請和醫師討論是否適合繼續接受乳房 X 光攝影檢查。



接受乳房 X 光攝影檢查的地點

詢問醫師有關接受乳房 X 光攝影檢查的事宜。如果您沒有健康照護提供者，請撥 311 尋找就近的提供者。

健康保險計劃（包括私人保險、Medicaid 和 Medicare）有給付乳房 X 光攝影檢查。

如果您沒有保險或是保險額度不足，許多醫院和其他組織都有提供免費以及費用低廉的篩檢。



更多資訊

造訪 nyc.gov/health 並且搜尋「breast cancer」（乳癌）。

紐約州衛生署 (NEW YORK STATE DEPARTMENT OF HEALTH)

www.health.state.ny.us/nysdoh/cancer/center/publication.htm

美國癌症協會 (AMERICAN CANCER SOCIETY)

www.cancer.org

800-4-CANCER (800-422-6237)

美國疾病管制與預防中心 (CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION)

www.cdc.gov/cancer/nbccedp

美國國家癌症研究所 (NATIONAL CANCER INSTITUTE)

www.cancer.gov/types/breast

