

# 有關乳腺癌篩查，您需要知道的事情

## 什麼是乳腺癌？

乳腺癌是發生在乳腺中的癌症。它始於乳腺導管（乳汁的流動管道）的內襯細胞或乳腺小葉（生產乳汁的腺體）。

乳腺癌是安省最常被診斷出的癌症之一。但在安省，乳腺癌的存活率比幾乎其他任何一種癌症都高。

## 什麼是癌症篩查？

癌症篩查（檢查是否存在癌症）是對存在患癌風險但尚無症狀且整體感覺良好的人群進行的檢查。

安省乳腺癌篩查計劃（OBSP）是一項省立篩查計劃，旨在通過定期篩查來降低乳腺癌的死亡率。

定期進行乳腺鉬靶攝影（一種X光檢查）非常重要，因為這樣可以早期發現癌症，此時出現全身轉移的可能性較低。同時，早期發現的乳腺癌治療效果可能更好。

## 誰應該進行乳腺癌篩查？

OBSP對兩組人群進行篩查：患乳腺癌風險在平均水平的人群，和患乳腺癌風險在高水平的人群。

**平均風險：**OBSP建議大多數年齡在50-74歲的、符合篩查計劃資格的、女性以及跨性別者和非二元性別者每兩年進行一次乳腺鉬靶攝影。安省居民如果滿足下述條件，即符合資格：

- 沒有乳腺癌症狀\*
- 沒有得過乳腺癌
- 沒有做過乳房切除術（切除一側或雙側乳房的手術）
- 過去11個月內沒有做過乳腺鉬靶攝影 篩查檢查
- 若是女性傾向跨性別者，曾至少連續5年使用雌激素

\* 如果您注意到自己的乳房有變化，或如果您有任何顧慮，請去看您的家庭醫生或執業護士。大多數的變化並非癌症，但也應立刻檢查。

有些人，根據其病史或家族史，將需要在1年而非2年內再次進行檢查。

## 我如何進行乳腺鉬靶攝影？

聯繫您當地的OBSP站點進行乳腺鉬靶攝影。如需尋找站點位置，撥打電話1.800.668.

[cancercareontario.ca/obsplocations](https://cancercareontario.ca/obsplocations)

年齡在50-74歲的、符合資格的安省居民無需經過醫生或執業護士的轉診，可以直接通過OBSP進行乳腺鉬靶攝影。

對符合OBSP資格的人而言，乳腺癌篩查是免費的。

**聯繫您的家庭醫生或執業護士，瞭解您進行乳腺癌篩查的選擇有哪些。**



**Ontario Health**  
Cancer Care Ontario

# 在安省，乳腺癌的存活率比幾乎其他任何一種癌症都高。

**高風險：**年齡在30-69歲、患乳腺癌風險高的人或許符合高風險OBSP資格。符合高風險OBSP資格的人每年進行一次乳腺鉬靶攝影和乳腺MRI（或乳腺B超，如果乳腺MRI在醫學上不適合）。

女性、跨性別者和非二元性別者如果存在某些基因改變、或根據家族史或個人健康史可判斷患乳腺癌風險更高、或胸部之前接受過化療，則或許符合高風險OBSP篩查資格。如需判斷您是否符合高風險OBSP篩查資格，聯繫您的醫生或執業護士，或訪問網站 [Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](https://www.ontariohealth.ca/cancer) 瞭解更多信息。

## 我如何進行乳腺癌篩查？

### 乳腺鉬靶攝影（平均風險和高風險人群）

- 乳腺鉬靶攝影術是使用X光對乳房拍照（乳腺鉬靶攝影照片）的一項檢測。
- 在檢測期間，醫療放射技師將把乳房放在乳腺鉬靶攝影機器上。會有一塊塑料板緩慢下移，壓住乳房不動。將會有一定的壓力施加在乳房上並持續幾秒鐘，非常像血壓袖帶收緊的狀態。這個壓力不會傷害到乳房組織。
- 將從2個不同的角度對每側乳房進行乳腺鉬靶攝影，檢測通常花費15分鐘時間。
- 大多數乳腺鉬靶攝影異常的人並沒有乳腺癌。有些乳腺鉬靶攝影異常的人需要進行更進一步的檢測查明自己是否患癌。OBSP站點將通知您的家庭醫生或執業護士，或許也將幫助您安排一次隨訪看診。

### 乳腺核磁共振（MRI）（僅對高風險人群）

- 乳腺MRI使用無線電和磁場成像，圖像可在電腦上查看。
- 大多數進行乳腺MRI的人需要通過胳膊靜脈（IV）注射染料，作為檢測操作的一部分。
- 在做乳腺MRI時，會被要求面朝下趴著。
- 檢測通常花費20-60分鐘，這取決於OBSP站點。

## 乳腺鉬靶攝影不是完美檢測

- 它可能會遺漏某些乳腺癌。這被稱為“假陰性”結果。某些癌症也可能會在兩次篩查之間長出來。這也是為什麼定期篩查如此重要。
- 有時候乳腺鉬靶攝影結果異常，但更多的檢測（如活檢）可能表明沒有癌症。這被稱為“假陽性”結果。
- 務必聯繫您的家庭醫生或執業護士，瞭解乳腺癌篩查的益處和風險有哪些，並判斷哪些檢測適合您。

## 我如何降低自己得乳腺癌的幾率？

某些風險因素（增加生病可能性的一些事物）是無法改變的，如您的年齡、身高、基因組成、乳腺緻密度以及一生中激素的變化（如月經初潮早或停經晚）。但您可以做4件事情降低自己得乳腺癌的幾率：

- 儘量不要喝酒
- 戒煙
- 每天堅持身體活動
- 保持體重健康

如需瞭解有關乳腺癌篩查的更多信息，請訪問：  
[cancercareontario.ca/breast](https://cancercareontario.ca/breast)

需要這份信息的無障礙格式版本嗎？

1-877-280-8538, 文本電話 1-800-855-0511, [info@ontariohealth.ca](mailto:info@ontariohealth.ca) CCO5042