

有關乳腺癌篩查，你需要知道的事情

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）或乳腺小葉（生產乳汁的腺體）內的細胞。乳腺癌是安省最常被診斷出的癌症之一。

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。安大略省乳腺癌篩查計劃（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。

乳腺癌篩查的潛在好處

定期進行乳腺鉬靶攝影（一種 X 光檢查）可以早期發現癌症，此時的治療效果更好，且強度或侵入性更低（更容易操作）。定期篩查還可以降低乳腺癌的死亡幾率。

誰應該進行乳腺癌篩查？

40 至 74 歲的女性、雙靈人、跨性別者和非二元性別者如果滿足下述條件，則符合 OBSP 的資格：

- 沒有乳腺癌症狀
- 沒有得過乳腺癌
- 沒有做過雙側乳房切除術（手術切除雙側乳房）
- 過去 11 個月內沒有做過乳腺鉬靶攝影篩查
- 是跨性別女性，且已經連續使用女性化激素至少 5 年

40 至 74 歲的中等風險人群

該年齡組符合 OBSP 資格的大多數人可以每兩年做一次乳腺鉬靶攝影檢查。

如果你的年齡在 40-49 歲之間，我們鼓勵你就乳腺癌篩查是否適合你做出知情決定。一般來說，你這個年齡組的人群患乳腺癌的風險低於 50 至 74 歲年齡組的人群。聯繫你的家庭醫生、執業護士或撥打健康熱線 Health811，以幫助決定是否進行篩查。

你是否符合高風險 OBSP 的資格？

如果你的年齡在 30-69 歲、並且存在某些基因突變（如 BRCA1、BRCA2）、基於家族史或個人健康史有更高的患乳腺癌的風險、或胸部曾做過放療，則你或許符合高風險 OBSP 的資格。

如需瞭解更多信息，請聯繫你的家庭醫生或執業護士，或訪問[安大略省衛生局（安大略省癌症護理局）](#)網站。

記住：如果你注意到乳房有任何變化，如持續不退的腫塊或發紅，或乳頭變化，請聯繫你的家庭醫生或執業護士。另外，懷孕或哺乳的影響可能會掩蓋乳腺癌的症狀或導致其被忽視，因此請務必保持警惕。乳房的變化並非總是由癌症引起，但應立即進行檢查。



Ontario Health
Cancer Care Ontario

我如何預約乳腺鉬靶攝影檢查？

聯繫 OBSP 中心預約乳腺鉬靶攝影檢查。如需查詢中心地址，撥打電話 1.800.668.9304 或訪問網站

ontariohealth.ca/breastscreeninglocations。

乳腺鉬靶攝影檢查安全免費，無需家庭醫生或執業護士的醫囑即可進行。

乳腺鉬靶攝影檢查時會發生什麼？

乳腺鉬靶攝影是使用 X 光對乳腺組織拍照（乳腺鉬靶攝影照片）的一項檢查。

- 一名醫學放射技師（接受過乳腺鉬靶攝影培訓的人員）將把乳房放在乳腺鉬靶攝影機器上，每次檢查一側乳房。
- 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，這個壓力不會傷害到乳房組織。
- 乳腺鉬靶攝影檢查通常持續 15 分鐘。

乳腺鉬靶攝影檢查後會發生什麼？

如果你的結果正常，你將會收到一封信。這封信會告訴你下次篩查是什麼時候。

如果你的結果異常，這並不一定意味著你得了乳腺癌，但這確實表示你需要做進一步檢測。你的 OBSP 中心會聯繫你的家庭醫生或執業護士，並可能為你安排一次看診來進行更多檢查。如果你沒有家庭醫生或執業護士，將會為你聯繫到一位可以幫助你進行後續檢查的人員。

乳腺鉬靶攝影不是完美檢測

你可能在沒有癌症的情況下得到異常結果，這被稱為假陽性。假陽性可能導致不必要的檢測，如活檢（取出一小塊組織樣本）。

乳腺鉬靶攝影檢查可能會漏診癌症，這被稱為假陰性。假陰性可能導致延誤治療。

乳腺鉬靶攝影檢查還可能會發現不會造成健康問題的癌症，這被稱為過度診斷。過度診斷可能導致不必要的手術或治療。

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，如年齡、身高、基因組成、乳腺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：

- 避免或減少飲酒
- 戒煙或堅持不吸煙
- 將體育鍛煉作為日常生活的一部分
- 避免成年後體重增加

如需有關乳腺癌篩查的更多信息，請訪問

ontariohealth.ca/breast



需要本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.



Ontario Health
Cancer Care Ontario