



請教醫生

50至74歲婦女的乳癌篩檢

Susan Kutner醫生（醫學博士）

Kaiser Permanente北加州乳房護理工作小組主任

誰應該接受乳房X光檢查？多久檢查一次？

50至74歲的婦女應每1至2年接受一次乳房X光檢查，除非已切除雙側乳房。如果您有下列任一情形，可能屬於乳癌的高風險群：

- 本人有乳癌病史。
- 有乳癌的家族病史，尤其是母親或姊妹曾罹患乳癌。
- 有卵巢癌的家族病史。
- 您或一等親（母親、女兒或姊妹）的乳癌基因檢測呈陽性。
- 曾接受過胸腔放射治療。

我該如何降低風險？

改變生活方式可能可降低罹患乳癌的風險。這包括運動、健康飲食、不抽煙和避免喝酒。

乳癌有多常見？

乳癌在美國婦女最常見的癌症中排名第二，每8位婦女中即有1位受到影響。但是乳癌的存活率非常高，因為透過乳房X光檢查可及早偵測出來。

如果我感覺身體狀況良好且沒有任何症狀，需要接受乳房X光檢查嗎？

罹患早期乳癌或處於癌症前期的婦女通常沒有症狀，而且癌症腫瘤可能太小而很難察覺。因此接受篩檢很重要。在癌症較易治療的時期，患者可能覺得自己非常健康。

乳房X光檢查期間我要做些什麼事？

篩檢時將會請您脫掉腰部以上的衣服並穿上醫院的袍子。在檢查期間，一位技師（通常是女性）會將您的乳房放在兩片平板之間幾秒鐘。整個過程約需20分鐘。

我該如何為乳房X光檢查作準備？

在您約診當天不要於腋下塗抹除臭劑、爽身粉、乳液或香水。如果您曾在Kaiser Permanente以外的地方接受過乳房X光檢查，請將影像送交給我們或於檢查時帶去。

我該如何改善自己的檢查經驗？

我們知道接受乳房X光檢查可能不太舒服，但是您可以採取一些措施讓檢查經驗愉快一些。例如，如果您每個月會有乳房疼痛的困擾，可將乳房X光檢查安排在經期結束而乳房觸痛感較緩和之後。

檢查的成本是多少？

由於乳房X光檢查屬於預防性保健程序，提供該服務一般無需共付額。

如何取得kp.org的使用者名稱？

如果您還沒有密碼，註冊登記很簡單。只要查詢網站kp.org/register以索取使用者名稱和安全密碼即可。