

BREAST SCREENING

OVER 70? You are still entitled to breast screening

乳腺癌檢查

70 歲以上？你仍然有權要求做乳腺癌檢查

因為我們不主動邀請 70 歲以上的婦女做乳腺癌檢查，因此許多人相信她們不存在患上乳癌的風險。這是錯誤的。此份單張為你解釋可以做的事情和權利。

關於乳癌的資料

超過 70 歲的女性患上乳癌的機率比年輕女性高，原因是年齡越大，乳癌的發病率越高。大約三份一患上乳癌的婦女是 70 歲以上。因此堅持每三年做一次檢查是十分重要的。

何謂乳腺癌檢查？

乳腺癌檢查是檢測早期乳癌的一種方法。它是一種特殊的 x 光拍片，稱為乳房 x 光攝影片(mammogram)。

國民保健服務(NHS)請所有 50 歲或以上的婦女參加免費的乳腺癌檢查計劃。我們邀請年齡介乎 50 至 70 歲的婦女每三年接受檢查。

如果你是 70 歲以上，我們不主動邀請你參與。然而如果你本人要求，則你是有權每三年接受一次檢查。你需要致電或寫信給你地區內的乳腺癌檢查中心預約。在此小冊的最後你可以看到聯絡地區檢查中心的辦法。

我為何需要接受檢查？

乳腺癌檢查能在乳房有任何症狀或病徵出現前顯示乳房的輕微變化。如果及早發現這些變化，則成功康復的機會是很高的。

當我接受檢查時，會怎樣？

你做檢查的地方可能是在一間醫院或地方乳腺癌檢查中心，或者在一間流動中心。如果你有以下情況，乳腺癌檢查中心可以幫助作出合適安排：

- 需要幫助站立或脫衣服；
- 需要輪椅通道；或
- 有困難到達中心。

你應該打電話到乳腺癌檢查辦事處提出你的需要。

Cancer Screening Programmes

儘管英文不是你的母語，檢查中心能夠提供建議給你，並且備有其他不同語文的資料給少數族裔社區的婦女，因此令你知道更多詳情，或此小冊的最後有你可以聯絡地區乳腺癌檢查中心的辦法。

當你到達時，一位女 x 光照像師會向你解釋將會做什麼，而你可以詢問任何有關於乳腺癌檢查的問題。

你將需要脫去上身衣服拍 x 光像，因此最好穿著半身裙或長褲以及上衣。接受檢查當天請勿使用爽身粉或香體噴霧，因為這可能導致 x 光像上出現白斑點。

整個檢查過程可能要 30 分鐘，但實際拍像時間只要大約 5 分鐘。某些婦女發覺乳房被緊壓在 x 光機器上而感到不適，甚至有短暫痛楚，但只會維持幾秒鐘。

離開前你可能收到一份資料單張，它有關你何時和如何知道結果。

如果有問題又怎樣？

我們會通知大約每 20 位接受檢查的婦女中的其中一位進行復檢，因為其 x 光片顯示需要做更多檢驗。有時因為首次的 x 光片不夠清楚，我們需要補拍。

你如果被邀請接受更多檢驗，這通常不表示你有癌症。8 位需要接受進一步檢查的婦女中有 7 位是沒有患上癌症的。經檢查偵察到的乳房變化可能是或不是癌症。而大部分是無害的。當然患上乳癌是有可能的，但及早治療則成功康復的機會是很高的。

如果我有乳癌，又如何？

大多數經檢查中發現的乳癌是在早期，因此成功醫治的機會非常高。許多婦女在治療後生活回復正常。

完全治癒乳癌的可能性不是百份百的，但早期診斷可能有更多治療手段。大約三份二通過檢查而發現的乳癌是細小而可以從乳房移走。這表示無需切除整個乳房。

進行“乳房自我檢查”

它意味著逐步知道自己乳房在不同時間的狀態，如果察覺有任何變化，應馬上告訴醫生。隨著年級越大，乳房組織會發生改變，而每個婦女的乳房是不一樣的。

留意以下情況：

外觀

乳房的輪廓或形狀有任何轉變，特別在手臂移動或乳房被提起時。任何皮膚起皺或有酒窩。

按摸

與平時不同的是一邊乳房不適或疼痛，特別如果是新發現或持續出現。但請記住，普遍人誤解為所有可疑的乳房腫瘤都會有痛楚 – 但許多是不會的。

腫瘤

如果新察覺一邊乳房或腋下的任何腫瘤、增厚或不平區域與另一邊對稱部位不同，這是非常重要的。

乳頭有變化

乳頭分泌物是以前從來沒有的，或帶有血絲，又或者濕而呈紅色的部位很難痊愈。乳頭位置變動（內凹或乳頭方向不同）。乳頭上或周圍有疹。

你可以在最方便的時間（如沐浴，淋浴或穿衣時）透過觀察和按摸乳房而令自己逐漸熟悉它們。具有乳房自我檢查意識和知道乳房的正常狀態，有助你在它們發生變化時而察覺到。

如果留意到任何變化，請立即告訴醫生。記住你不會浪費任何人的時間。如果是癌細胞，你越早通知，治療就可能越簡單。

五點乳房自我檢查守則

- 1 知道怎樣才算正常；
- 2 觀察和按摸；
- 3 知道要留意什麼變化；
- 4 立即向醫生報告任何變化；
- 5 如果你是 50 歲或以上，接受乳腺癌檢查。

如果我接受檢查，我是否仍需要“乳房自我檢查”？

要的。所有婦女都需要有該意識。沒有檢查是 100% 準確無誤的，並且雖然乳腺癌檢查可以偵察癌症但它不能預防。繼續要觀察和按摸乳房預防變化。如果有任何變動，就要看醫生，不管你最近才做過 x 光拍像或很快就要去接受檢查。

記住要點

所有女性都有患上乳癌的機會。年齡越大，得病越普遍，因此有必要每三年做檢查。當你收到邀請信時一定要赴約，如果你超過 70 歲，請主動提出要求檢查。

乳腺癌檢查降低患乳癌婦女的死亡風險。在英國，有統計乳腺癌檢查每年挽救大概 1400 人的性命。

觀察和按摸你的乳房掌握其正常狀態，即是“乳房自我檢查”意識，有任何變化即時告訴醫生。

男性亦可能患有乳癌。如果發現乳房區域有任何症狀或問題，亦應該馬上聯絡醫生。

我可以聯絡誰知道更多資料？

你當地的 NHS 乳腺癌檢驗中心可提供更多資料和安排預約。NHS Direct (0845 46 47) 能幫助你如何聯絡它們或者向家庭醫生查詢。

全國癌症檢查計劃的網頁提供更多有關乳腺癌檢查和該計畫的一般資料。請瀏覽 www.cancerscreening.nhs.uk。你可能希望索閱他們出版的《*乳腺癌檢查-資料*》單張，提供更多關於乳腺癌檢查的益處和困難。它備有多種不同語文譯文和錄音磁帶。你可以在癌症檢查網址上找到這份資料單張，或者向你當地的乳腺癌檢查中心索取。

Breast Cancer Care 是一間慈善機構，提供資料和支援給受乳癌影響的人士。你可以致電其免費熱線電話 0808 800 6000（只限英國）或文字電話 0808 800 6001，或瀏覽網址 www.breastcancercare.org.uk。

Cancerbackup 提供資料，心理輔導和精神上的支援給擔心癌症的人士和親友。所有服務是免費和絕對保密。你可以透過免費電話 0808 800 1234 聯絡他們，或瀏覽網址 www.cancerbackup.org.uk。



長者關懷會 (Age Concern) 支援全英國所有 50 歲以上的人士，確保他們有最豐盛的人生。它提供基本服務如日間護理和資訊，展開如反對歧視年齡和增加退休金的運動，影響關乎長者利益的公眾意見和政府政策。你可以從他們的網址 www.ace.org.uk 或致電查詢熱線 **0800 009966** 獲得更多有關服務資料。

© Crown copyright 2006
中央通訊組為衛生部編印
最新修訂 2006

這份小冊的內容在沒有正式許可或收費的情況下，予以翻制以供個人或內部使用。

如果想索取更多本冊，請注明 *277234/OVER 70? You are still entitled to breast screening* 並聯絡：DH Publications Orderline

電郵：dh@prolog.uk.com

電話：08701 555 455

傳真：01623 724 524

文字電話：08700 102 870 (早上 8 時至下午 6 時, 星期一至五)

我們根據要求可以提供 *277234/OVER 70? You are still entitled to breast screening* 的凸字，錄音磁帶和大字體版。

www.cancerscreening.nhs.uk