



乳癌預防及篩查

預防癌症系列（四）

乳癌是出現在乳房組織的惡性腫瘤。女性和男性都有可能患上乳癌，但男性患者較罕見。

我較易患上乳癌嗎？

婦女有以下風險因素，患乳癌風險會較高：

- 個人（或家族史）確認帶有某些基因突變（例如 *BRCA1* 或 *BRCA2*）
- 家族乳癌或卵巢癌病史，例如有直系親屬（母親、姊妹或女兒）在 50 歲之前確診患上乳癌
- 在 30 歲前胸部曾接受放射治療

其他風險因素包括：

- 缺乏體能活動
- 飲酒
- 更年期後肥胖
- 年齡增長
- 從未生育，第一次生育較遲（30 歲之後），或從未餵哺母乳
- 較早出現月經（12 歲之前）或較遲收經（55 歲之後）
- 曾患乳癌或卵巢癌
- 曾患良性乳房疾病或乳小葉原位癌
- 正接受荷爾蒙補充治療
- 正服用混合性避孕丸

乳癌有哪些常見症狀？

早期乳癌的症狀並不容易察覺。

常見症狀包括：

- 乳房出現硬塊
- 乳房的大小或形狀有所改變
- 乳房或乳頭皮膚出現異樣（例如：變紅、呈鱗片狀、變厚或猶如「橙皮」）
- 乳頭附近出疹、內陷或有分泌物
- 乳房或腋下新出現持續的不適或疼痛
- 腋下有新增硬塊或皮膚變厚

如果你出現任何以上症狀，應該盡早求醫。

為什麼要關注乳房健康？

婦女應該時刻關注乳房健康，並熟悉自己乳房平常的外表和觸感。多留意乳房有沒有出現不尋常的變化。如察覺乳房出現不尋常情況，應盡快求診。

什麼是乳癌篩查？

乳癌篩查的目的就是在未出現任何乳癌症狀前，及早發現患上乳癌的婦女，以便適時治療。乳房 X 光造影是一種常用的篩查方法，利用 X 光拍攝乳房影像。

怎樣才可減低患上乳癌的機會？

- 恆常進行體能活動
- 避免飲酒
- 均衡飲食
- 保持健康體重和腰圍
- 較年青時生育，並延長母乳餵哺期



衛生署

[乳 癌 預 防 及 篩 查]



我應該接受乳癌篩查嗎？

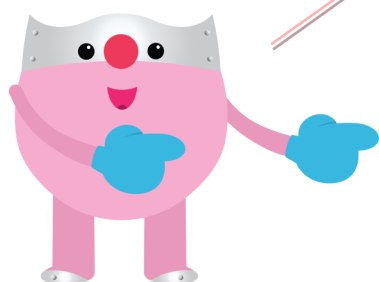
根據現有的國際和本地科學證據，政府轄下的「癌症預防及普查專家工作小組」提出了針對不同風險狀況的婦女進行乳癌篩查的建議，具體如下：

(a) 高風險婦女（例如確認帶有 *BRCA1/2* 基因突變、有強烈的家族乳癌或卵巢癌病史、在 30 歲前胸部曾接受放射治療等），應諮詢醫生意見每年接受一次乳房 X 光造影篩查和開始篩查的年齡。

(b) 乳癌風險屬中等的婦女（即只有一名直系女性親屬在 50 歲或之前確診患上乳癌，或有兩名直系女性親屬在 50 歲之後確診患上乳癌），則應每兩年接受一次乳房 X 光造影篩查。

(c) 其他一般婦女，如年齡介乎 44 至 69 歲而有某些組合的個人化乳癌風險因素，令她們罹患乳癌的風險增加，建議她們考慮每兩年接受一次乳房 X 光造影篩查。專家工作小組亦建議採用為本港婦女而設的風險評估工具（例如由香港大學所開發的工具），按照個人化乳癌風險因素，包括初經年齡、第一次生產年齡、直系親屬（母親、姊妹或女兒）乳癌病史、良性乳腺疾病歷史、體重指標及體能活動量，評估她們罹患乳癌的風險。

請注意，所有篩查測試都有局限，亦並非百分百準確，或會出現假陽性和假陰性結果。任何婦女若考慮接受乳癌篩查，應在進行之前與醫生商討有關篩查可能帶來的好處和潛在風險。



相關資料

市民可從以下途徑獲取更多資訊：

- 癌症網上資源中心：www.cancer.gov.hk
- 活出健康新方向網站：www.change4health.gov.hk
- 衛生署健康教育熱線：2833 0111



衛生署