

您需要知道的乳 癌資訊

NYC
HEALTH+
HOSPITALS



在女性中，乳癌是第二常見的癌症。好消息是，如果早期發現和治療乳癌，許多女性可以存活下來。



什麼是乳房 X 光攝影？

乳房 X 光攝影是早期發現乳癌的最佳檢測方法。這是一系列乳房 X 光攝影圖片，可以讓醫生查找早期的乳癌跡象。

乳房 X 光攝影是非常安全的。乳房 X 光攝影需要大約 20 分鐘，便可能挽救您的生命。大多數醫療保險計畫都承保了這項檢測。NYC Health + Hospitals 也為您提供極低價或免費的乳房 X 光攝影。

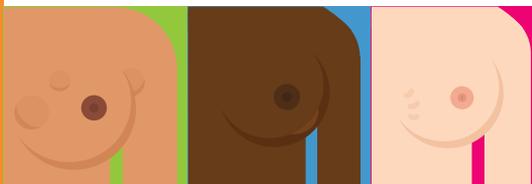
我何時應進行乳房 X 光攝影？

50 歲至 74 歲的女性應每兩年進行一次乳房 X 光攝影。

40 至 49 歲及 74 歲以上的女性應與醫生討論，以決定是否需要進行乳房 X 光攝影。

乳癌有什麼徵兆？

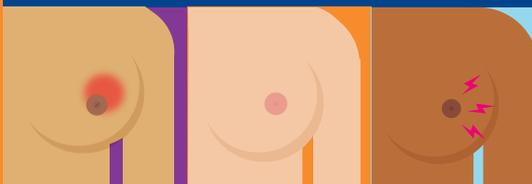
一些婦女有乳癌的症狀和徵兆。而一些婦女卻沒有任何徵兆。乳癌的症狀可能包括：



+ 乳房或腋下有新
的腫塊

+ 乳房局部變硬或
腫脹

+ 乳房皮膚凹陷



+ 乳頭區域或乳房
的皮膚發紅或
剝落

+ 乳頭內彎或凹陷

+ 乳房疼痛

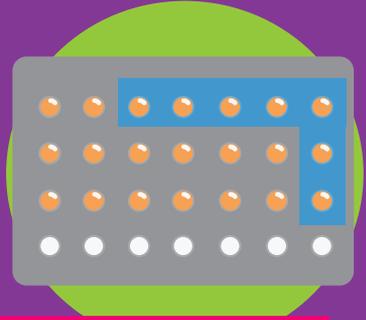
如果您有任何症狀，請與您的醫生討論。

我能採取什麼措施來降低患乳癌的機率？

從小開始健康生活有助於降低患乳癌的機率：



控制體重



向您的醫生諮詢使用荷爾蒙替代療法或避孕藥的風險



規律運動



減少醫療攝影檢查的輻射暴露機會，例如 X 光、電腦斷層掃描和正子斷層掃描



戒菸



母乳餵養您的孩子



限制酒精量，每天不超過一杯

記住 - 早期發現的乳癌是可以治療的。現在就跟您的治療團隊討論您的乳房健康。

活出您最健康精彩的人生。

NYC
HEALTH+
HOSPITALS

請打電話預約
1-844-NYC-4NYC



保持聯繫。追蹤我們。

nychealthandhospitals.org

Chinese (Traditional)