

## 乳部健康

女性的乳房隨著人生各個不同的時期而有所改變。例如月經期，懷孕期，哺乳期以及更年期等都會使乳房產生生理上的變化。在這些變化過程中，會發生一些乳部疾病。乳部疾病在大多數的情形下，都是良性的，但也有可能是惡性的。其中之一就是乳癌。如是乳癌能得到早期發現，是完全可以治癒的。所以說早期發現是治癒乳癌的關鍵。

Susan G. Komen 乳癌基金會對早期發現乳癌的綱領是：

- 1) 自我檢查乳房\*：  
凡 20 歲以上的婦女，應每月自我檢查乳房。
- 2) 專業性乳部檢查\*\*：  
20 歲至 40 歲的婦女，應每三年接受專業性乳部檢查。年齡 40 歲以上的婦女，應每年接受專業性乳部檢查。
- 3) 乳部 X 光檢查\*\*\*  
年齡 40 歲以上的婦女應每年接受乳部 X 光檢查。

\* 年屆更年期，懷孕，哺乳期內，又或曾做矽植隆胸術的婦女應每月檢查乳房。

\*\* 有時您的醫生會根據您過往的健康情況或檢驗報告而要求您多做幾次專業性乳部檢查。

\*\*\* 有時您的醫生會根據您患癌的風險指數來決定你是否需要提早做乳部 X 光檢查。