



癌症預防、及早察覺和普查指引 關於乳癌的建議

方法	建議
第一級預防措施	婦女應： <ul style="list-style-type: none">● 多吃蔬果● 經常做運動● 避免喝酒

經審慎考慮後，有以下建議：

1. 目前為止，由於還未能肯定普查的益處多過壞處，故仍未有足夠證據支持為健康婦女進行全民乳房造影 X 光普查。
2. 婦女若考慮按照國際認可方案(50 歲或以上婦女每 1-2 年接受乳房造影 X 光普查)進行普查，事前應知悉所有的益處、風險和不足之處以作出明智的決擇。
3. 患乳癌的風險較一般人高的婦女(如有家族乳癌病史者)應徵詢醫生意見，了解清楚應否接受普查、應何時開始及每次普查相隔的時間。由於她們患乳癌的風險較高，所以她們受惠於乳房造影 X 光普查的益處會更大。
4. 目前仍未能確定什麼年紀的婦女可無須再接受乳房造影 X 光普查。但大多數國家不會主動要求 69 歲以上的婦女進行普查。