

大多數乳腺癌都是患者本人首先發現的，早期發現和及時治療是治愈的先決條件，學會正確地進行自我檢查，可以大大減輕它對你生命的威脅。

什麼時間檢查：

每月一次，一般在月經開始後大約一周，乳房不敏感或腫大的時候。絕經後，每月的第一天。子宮切除的患者，你的醫生和診所會每月為你進行檢查，可以免除你對這種疾病的恐懼。當你在20—40歲時，每三年需要由專業人員進行一次檢查，40歲以後，每年進行一次檢查。

發病對象：

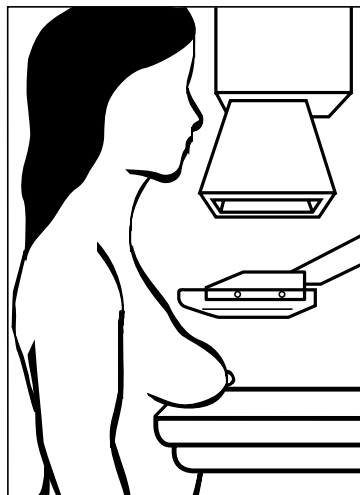
- 年齡：百分之七十五的乳腺癌發生在五十歲以上的婦女
- 家庭遺傳史：你的母親或姊妹如患此病，你發病的可能性會高于常人，本人乳腺癌病史：曾經有過乳腺癌病史，如果你一側乳房曾經發病，另一側發病的機率較高
- 絕經：絕經的時間晚於正常年齡限定的人，發病可能性高于常人
- 初潮：在十二歲以前月經來潮的人，發病可能性高于常人
- 生育史：30歲以後得到第一胎或從未生育的人，發病可能性高于常人
- 體重：超過正常限定的百分之40的人，發病可能性高于常人

塊或硬化部分，怎麼辦？

最重要的是儘快和你的醫生聯繫，不必惊慌，因為大多數乳房有腫塊或異常並不是癌變，但只有你的醫生才能作出診斷。

為什麼你應該進行早期胸部腫瘤x-射線的檢查：

這種檢查方發，是用微量的x-光對胸部進行照射，發現用手觸摸感覺不到的癌變，是幫助你儘早發現乳腺癌的最好方法。從40—49歲，跟據醫生的建議和自身的情況，每一至二年進行一次，50歲後每年進行一次。



早期乳腺癌診斷的三種方法：

- 按時進行早期乳腺癌胸部x-射線的檢查
- 按時由專業人員進行胸部檢查
- 按時進行每月自我檢查

免费提供所有资料，资料是用您提供的贊助來設計和制作的。謝謝您的支持！



早期乳腺癌 自己診斷方法

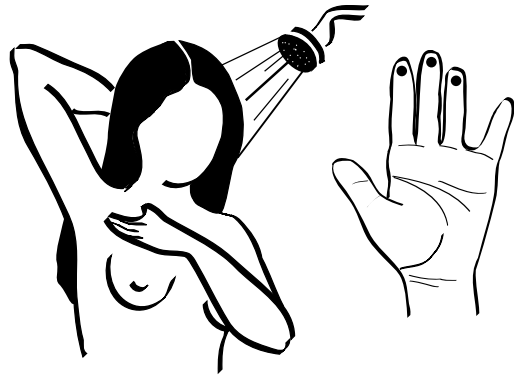


早期乳腺癌多數是可以治的，所以儘早發現它對你很重要。這裡，我們向你介紹種簡便易行的早期乳腺癌診斷方法。

This booklet was created
in partnership with the
American Cancer Society.
1-800-ACS-2345
www.cancer.org



早期乳腺癌自己診斷方法



1 在淋浴時

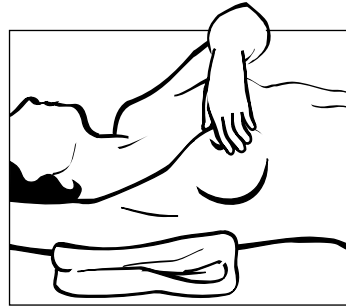
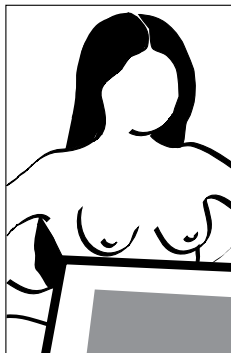
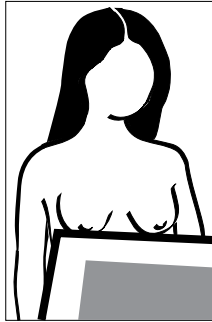
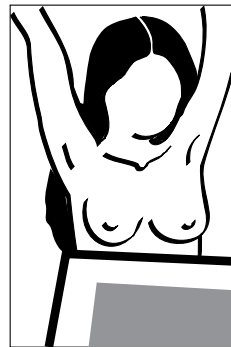
當皮膚溼潤時，用手在其上運行觸摸檢查，可獲得更好的觸覺感，用左手檢查右胸，右手檢查左胸，手指按壓乳房，在每一部位滑動，感覺是否有腫塊或硬化部分。

照鏡子時

將雙臂垂在身體兩側，觀察乳房，再高舉雙臂，仔細比較你的乳房形狀和剛才有什麼變化

2

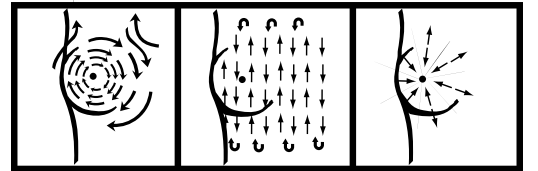
，是否變大，有無凹陷，乳頭有無分泌物，然後雙手叉腰，用力繃緊胸部肌肉，正常情況下，左右乳房應基本相同。



3 躺下時

檢查右胸用這一方法時，在右肩下放一個枕頭或折起的毛巾，將右手枕於頭下，這樣可將乳腺組織平坦地分散在胸部，將左手的三個手指并攏，按壓在乳房上作圓周運動，在檢查完成前，不要抬起手指，感覺是否有腫塊或硬化部分或是和平時有什麼不同。這種檢查包括整個胸部，肋骨，胸骨和腋下。

下圖所示的三種檢查方法，包括順時針做螺旋運動，垂直運動，由乳房邊沿向乳頭做直線運動，選擇一種你認為最容易的方法。



時針

垂直

直線

最後，用拇指和食指輕柔地按壓乳頭，如果有分泌物溢出，無論是透明的或是血性的，都應該立即告訴你的醫生。做完右側檢查後，用同一方法檢查左胸，並比較兩側有什麼不同。

