



Canadian
Cancer
Society

Société
canadienne
du cancer

乳癌 - 瞭解你的診斷

Breast Cancer

Understanding your diagnosis



1 888 939-3333 | cancer.ca

乳癌

瞭解你的診斷

當你最初知道自己患上癌症時，可能會感到孤單害怕。面對大量需要消化的資訊和有待作出的決定，你也許會感到不知所措。

“ 我耳中只有「癌症」二字。我也聽到醫生好像說：「我們會設法安排你盡快動手術」。接著說些甚麼，我卻一點兒也聽不進去了！

這本小冊子的簡介可讓你和家人對乳癌有初步的認識。加深瞭解後，你便不至於方寸大亂，並能與醫療團隊一同選擇最合適的治療方案。

乳癌多發生在女性身上，但每年也有少數男士確診患上乳癌。本小冊內文乃以女性患者為對象，但其中一些資料對男性乳癌患者亦有用處。

如需更多資訊

本小冊所載資料僅對乳癌作一簡介，如需更詳盡資料，可瀏覽加拿大防癌協會網址 cancer.ca。你也可致電 1-888-939-3333 到我們的癌症諮詢服務，進一步瞭解癌症、診斷、治療、支援，以及我們提供的服務。

甚麼是癌症

癌症是始於細胞的疾病。我們的身體由以萬億計的細胞組成。細胞組合而成各種組織和器官，例如肌肉和骨骼、肺、肝等。每個細胞的基因命令它生長、運作、繁殖和死亡。在正常情況下，細胞會服從這些命令，我們因此得以保持健康。

然而，一些細胞有時會出現指示紊亂的情況，以致表現異常。這些細胞不受控制地生長和分裂，久而久之，一些不正常的細胞會形成硬塊，即腫瘤。

腫瘤有良性（非癌性）與惡性（癌性）之分。良性腫瘤細胞會停留在身體某個部位，通常不會危及性命；惡性腫瘤細胞能夠侵入附近組織，並擴散至身體其他部位。盡早發現和治療惡性腫瘤是很重要的。一般來說，癌症愈早發現，醫療成效愈高。

癌細胞擴散至身體其他部位，稱為癌轉移（metastases）。惡性腫瘤已擴散（轉移）的第一個跡象，通常是附近的淋巴結出現腫脹，但癌細胞幾乎可以擴散至全身任何部位。

癌症乃根據發病部位定名。例如，初起於乳房而擴散至肝臟的，稱為乳癌肝轉移。

甚麼是乳癌

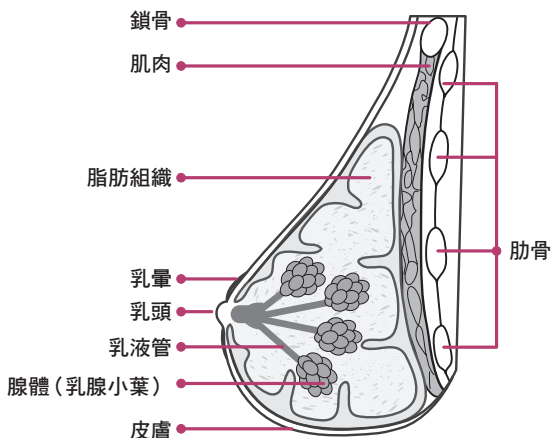
乳癌源於乳房的細胞。乳房組織的覆蓋範圍並不限於乳房本身，而是伸展至鎖骨，並由腋窩橫跨至胸口中央的胸骨。乳房位於覆蓋著肋骨的胸肌之上，每邊乳房由腺體、乳液管（幼細的管子）和脂肪組織組成。乳腺小葉由製造乳液的多組腺體組成。乳液由乳腺小葉經乳液管網絡流至乳頭。乳頭位於乳暈 — 乳房上顏色較深的皮膚 — 的中央。乳腺小葉和乳液管之間充滿脂肪組織，對兩者起保護作用。

婦女的乳房在月經周期不同時段的感覺可能有所不同，有時在即將來經前會出現硬塊。乳房組織亦隨年齡而改變：較年輕婦女的乳房組織主要為腺體和乳液管，而較年長者則主要為脂肪組織。

乳房還有淋巴管和淋巴結，這是淋巴系統的一部分。淋巴系統幫助對抗感染。淋巴管輸送淋巴液至淋巴結，而淋巴結具有圍堵細菌、癌細胞和其他有害物質的功能。在腋下近乳房處、鎖骨附近和胸骨背後的胸口位置，有多組淋巴結。

癌細胞可能會起始於乳液管內（稱為乳管癌，ductal carcinoma）或乳腺小葉內（稱為乳腺小葉癌，lobular carcinoma）。乳管癌是最常見的一種乳癌。其他種類的乳癌，例如炎性乳癌（inflammatory breast cancer）和柏哲德氏病（Paget disease），表現並不一樣，可能需要不同的治療。*

乳房



* 本小冊子內載資料是關於乳管癌和乳腺小葉癌的。如需要其他種類乳癌的資料，請聯絡本會的癌症資訊服務處，電話：1-888-939-3333。

乳癌的診斷

你的醫生可能會在瞭解過你的病歷和為你進行身體檢查後，懷疑你患上乳癌。為了確診，醫生會安排你接受特別的測試，這些測試也可用來判別癌症的「期數(階段)」和「等級」，並用以協助規劃治療。

乳癌的症狀：乳癌最常見的症狀和癥兆包括：

- 乳房出現形狀不規則或觸痛的硬腫塊
- 腋窩出現硬塊
- 乳房的大小和外形產生變化
- 乳房的皮膚出現變化（凹陷、發紅、腫脹或發癢）
- 乳頭出現變化，例如排出分泌物或出現硬皮

其他健康問題也可引致一些與上述一樣的症狀。乳房出現硬塊的情況亦屬平常，尤其是在月經來臨之前。出現硬塊的情況大都不表示患上乳癌，必須進行測試才可確診。

診斷的過程可能很漫長及令人煩惱，但重要的是，醫生必須確定已經排除其他所有可能導致有關健康問題的原因。

你的醫生會安排你接受以下一項或超過一項測試，以協助作出診斷。

影橡檢查 (Imaging studies)：影像檢查可以讓你的醫護團隊較詳細瞭解你的組織、器官和骨骼的情況。透過超聲波、CT掃描、骨骼掃描或核磁共振成像（磁力共振）等技術，他們可以觀察腫瘤的大小和是否有擴散。這些通常屬於無痛測試，無需施行麻醉。

即使你已接受篩查性乳房X光（X射線）造影檢查，醫生也會安排你再接受一次癌症診斷性乳房X光造影檢查。進行診斷性檢查期間，篩查性檢查所顯示看來不正常的乳房部位，將會拍攝較多X光照片。由於在檢查過程中乳房將在兩片玻璃之間受到擠壓，乳房X光造影檢查可能會令你感到不適甚至痛楚。拍照時，你需要在一分鐘內保持不動。

活組織切片檢查 (biopsy)：要確鑿斷定是否患上乳癌，便需進行活組織切片檢查，做法是從身體組織抽出細胞樣本，放到顯微鏡下檢視。如果細胞為癌細胞，便會用來作進一步研究，以瞭解其生長速度。乳房活組織切片檢查法可採用數個方式進行。

- **細針抽吸 (fine needle aspiration)**：利用一根細針刺進硬塊抽取液體或細胞。這個程序很快完成，但由於乳房甚為敏感，過程可能會引致不舒服的感覺。
- **粗針切片檢查 (core needle biopsy)**：醫生會在乳房切開一個小口，把針插入，抽取一個或數個乳房組織樣本。如有需要，會利用超聲波或X光造影協助，把針準確地刺進硬塊。檢查進行時，針刺部位會作局部麻醉。檢查結束後可能會有短暫的觸痛感或瘀傷。

- 手術切片檢查（surgical biopsy）：是對乳房硬塊或可疑組織作部分或整個切除的手術。手術切片檢查分為兩種：切開性（incisional）檢查從硬塊或異常部位抽取樣本；切除性（excisional）檢查則將整個硬塊或所有可疑組織切除。手術切片檢查可以在你醫生的醫務所或醫院的門診部進行。換言之，你無需留院過夜。這項手術需要在手術部位進行局部麻醉。

化驗測試：如在切片檢查樣本中發現癌細胞，醫生或會指示對切除的乳房組織作更多化驗測試。這些測試有助醫生更深入瞭解你所患癌症，以及為你規劃最合適的治療方案。

- 荷爾蒙受體狀況測試（hormone receptor status test）可顯示細胞是否含有某些荷爾蒙受體。含有這些受體的乳癌細胞需要有雌激素和孕酮才能生長。如切片樣本含有這些受體，該腫瘤便稱為荷爾蒙受體陽性。瞭解腫瘤的荷爾蒙受體狀況，會有助預測腫瘤的表現，以及該癌症是否可能對荷爾蒙療法有反應。荷爾蒙受體陽性腫瘤較多見於停經後的婦女。
- HER2測試的作用，在尋找控制HER2蛋白質的癌基因。HER2是英文human epidermal growth factor receptor 2的縮寫，即指人類表皮生長因子受體2。HER2是一種在乳房細胞表面促進生長的蛋白質。有些乳癌細胞含有的HER2較其他的多。如果測試的組織含有太多HER2蛋白質或太多能控制它的基因的拷貝，該腫瘤便稱為HER2陽性。HER2陽性的乳癌與其他乳癌的表現有所不同，需要特定療法醫治。

驗血：有時，醫生或會安排你驗血，從抽取的血液查看不同類型血細胞的數目是否正常，以及觀察它們的形狀。驗血結果顯示你的器官功能如何，也許亦能顯示你有沒有患上癌症，或癌症是否已擴散。

其他測試：醫生或會指示進行更多化驗測試，以確定癌症是否已擴散和協助進行治療規劃。

我可否保平安？

很多癌症患者都想知道自己將會發生甚麼事，能否痊癒？

預後(prognosis)是醫生就癌症會如何影響你以及對治療會有甚麼反應所作的最貼切估計。醫生作出預後時，會考慮很多因素，包括：

- 癌症的種類、期數(階段)和等級
- 腫瘤的位置和是否已擴散
- 你的年齡、性別和整體健康狀況

即使掌握了所有這些資料，醫生也很難分毫不差地預測你日後的情況，因為每個人的情況都不一樣。

你的醫生是唯一能夠為你作出預後的人。你可以向他/她諮詢影響你的預後的因素，以及對你來說，這些因素意味甚麼？

分期和分級

癌症一經確診，便會被界定屬於哪一期和哪一級。這些資料可以幫助你和醫生選擇最適合你的治療方案。

癌症的期數（階段）說明腫瘤的大小和是否已擴散。

在乳癌的最早期，癌細胞只出現在乳液管或乳腺小葉內。這稱為原位癌（carcinoma in situ）。如原位癌在癌細胞擴散至周圍的組織之前確診，只要把癌細胞切除，便沒有擴散的風險。

當乳癌擴散至乳液管或乳腺小葉以外的組織，便稱為侵略性癌症（invasive cancer）。如及早確診，這種癌症仍可有效治療。

乳癌共分五期。*

期數 (階段)	簡述
0	0期乳癌分兩種： 乳管原位癌 (DCIS)：異常細胞處於乳液管內膜，並未擴散至乳液管外。 乳腺小葉原位癌 (LCIS)：異常細胞處於乳腺小葉內膜，並未擴散至乳腺小葉外。
1	腫瘤在2公分或以下，癌細胞可能已經或尚未擴散至附近淋巴結。
2	腫瘤在2公分或以下，癌細胞已擴散至附近淋巴結。 或 腫瘤在2-5公分之間，癌細胞可能已經或尚未擴散至附近淋巴結。 或 腫瘤超過5公分，但癌細胞並未擴散至附近淋巴結。
3	腫瘤超過5公分，且癌細胞已擴散至淋巴結。 或 癌細胞已擴散至很多淋巴結。 或 癌細胞已擴散至附近組織，例如皮膚和肌肉。
4	癌細胞已擴散至身體較遠的部位。

* 本分期表乃按照國際抗癌聯盟 (UICC) 的準則，扼要介紹各期乳癌。欲知更詳盡資料，請瀏覽cancer.ca網址。

腫瘤等級的劃分，以癌細胞在與正常細胞對比下所呈現的形狀和表現為依據。癌症的等級，有助於你的醫護團隊知道癌細胞的生長速度。在評定腫瘤等級的過程中，活組織樣本會放在顯微鏡下檢視。

乳癌共分三級。^{*}

等級	簡述
1	低級 — 生長緩慢，擴散機會不大
2	中級
3	高級 — 生長迅速，擴散機會較大

^{*} 本分級表乃按照經諾丁漢修改的布魯姆-查理森系統 (Bloom-Richardson system with Nottingham modification) 的準則，扼要介紹各等級的乳癌。欲知更詳盡資料，請瀏覽cancer.ca網址。

乳癌的治療

你的醫護團隊會考慮你的整體健康狀況，以及你是否已停經。此外，他們也會考慮癌症的種類、期數（階段）、等級、荷爾蒙受體狀況和HER2狀況，從而建議最適合你的治療方案。你會在醫護團隊的協助下，作出最終的治療選擇。如有任何問題或顧慮，請與他們探討。

開始接受治療之前，請與醫生商討避孕問題

如果你正處於生育年齡，即使沒有月經來潮，仍應在治療期間採取避孕措施。有些婦女在治療期間仍有生育能力，仍可懷孕，但有些癌症治療會傷害腹中胎兒。

患了乳癌，可能需要接受下列一種或超過一種治療。

外科手術 (surgery)：決定是否以動手術方式進行治療，視乎腫瘤的大小和位置而定。手術期間，整個或部分腫瘤及其四周的一些健康組織會被切除。你會在全身麻醉（沒有知覺）下接受手術。術後，你也許要留院數天或較長時間。

手術是乳癌的最常見療法。乳房手術分為兩種：

- 乳房保存手術 (breast-conserving surgery，亦即乳房腫瘤切除手術(lumpectomy))：只切除硬塊和一些組織，不會切除整個乳房
- 乳房切除手術 (mastectomy)：切除整個乳房

手術進行時，醫生通常會同時切除腋窩一些淋巴結，以檢查癌細胞有否擴散，這稱為腋窩淋巴結清掃術 (axillary lymph node dissection)。你也許亦可選擇另一項名為前哨淋巴結活組織切片檢查 (sentinel lymph node biopsy) 的醫療程序，這程序會切除較少淋巴結。

手術後，你可能會感到有點痛楚或噁心，食慾不振。這些副作用都是短暫及可以被控制的。乳房的外形在術後會有甚麼改變，視乎乳房組織有多少被切除，以及腫瘤的位置而定。你可選擇在手術時一併進行乳房重建，或日後另行接受這個手術亦可。

你可能會帶著手術期間置入的導液管回家。醫護人員會指示你在家中如何護理手術切口和導液管。待傷口已沒有甚麼液體流出後，導液管便會除下。

如果從腋下切除淋巴結，手臂和手部便可能會積聚淋巴液，引致腫脹。這情況稱為淋巴水腫 (lymphedema)。淋巴水腫可以在手術後很快出現，也可以在數月、甚至數年後才出現。

放射療法 (radiation therapy, 又稱電療)：體外放射治療 (external beam radiation therapy) 涉及使用一台大型的儀器，小心對準腫瘤發射一束放射線。被射線穿過的細胞，不論是正常細胞或癌細胞，均會遭到破壞。

接受乳房保存手術的婦女，其後幾乎一定會進行體外放射治療，以消滅乳房範圍內任何可能殘留的癌細胞。在某些情況下，淋巴結範圍也需要治療。在乳房切除手術後，有時也會進行電療。

電療的副作用一般較為輕微；至於會出現甚麼副作用，視乎身體哪個部位接受電療而定。你可能會感到較平常疲倦，或察覺電療部位的皮膚起了變化（可能發紅或一觸即痛）。乳房的大小和外形也許亦會有所改變，或你會感到疼痛。這些副作用是正常細胞受損造成的。待治療期結束和正常細胞自我修復後，副作用通常會消失。電療腋窩或會增加淋巴水腫的危險。

開始接受化療前，請與醫生商討你的生育計劃
有些化療藥物可能會影響你治療後的生育能力。如果你打算日後生兒育女，請與醫生談談你的選擇。有意保留生育能力的婦女，可能會獲提供其他種類或為期較短的治療方案。

化學療法(chemotherapy，簡稱化療)：化療是使用藥物醫治癌症，可以用注射或口服藥丸方式施行。化療藥物會干擾癌細胞的生長和擴散能力，但同時也會令健康細胞受損。雖然健康細胞會隨著時間慢慢復原，但你可能會出現治療所產生的副作用，例如骨髓抑制、噁心和嘔吐、食慾不振、體重上升或脫髮。

欲知更多與治療有關的資料，可閱讀我們的小冊子《化療與其他藥物療法》(Chemotherapy and Other Drug Therapies)及《放射療法》(Radiation Therapy)。

荷爾蒙療法 (hormonal therapy)：荷爾蒙是由身體內的腺體或在實驗室製造出來的化學物質。荷爾蒙療法的作用，在去除體內的荷爾蒙或阻截其活動，以及阻止癌細胞生長。要改變荷爾蒙水平，可以使用藥物或動手術。

如果你的腫瘤屬荷爾蒙受體陽性，醫生可能會讓你接受荷爾蒙療法。

荷爾蒙藥物可用藥丸或注射方式提供，或兩者並用。不同的藥物會引起不同的副作用。你或會感到噁心或有嘔吐，又或可能出現近似更年期的症狀，如熱潮、夜間冒汗、陰道流出分泌物或受刺激。這些影響一般可以緩解或受控制，且通常在療程結束後便會消失，但有時停經會變成永久性。

對未停經的婦女來說，動手術切除卵巢，也是乳癌的另一種荷爾蒙療法。卵巢一旦被切除，便會立即停經。切除卵巢所產生的副作用，很可能較自然停經來得嚴重。

生物療法 (biological therapy) : 生物療法 (又稱免疫療法) 利用你的免疫系統對抗癌症或協助控制癌症治療的副作用。人體的天然物質或以人體天然物質製造的藥物，能夠增強身體本身對抗疾病的能力。

醫治乳癌的生物療法，使用藥物干擾乳癌細胞的生長，並利用身體的免疫系統消滅癌細胞。生物療法可用於所患乳癌含太多HER2蛋白質的婦女。藥物會以注射方式供給，並可與化療一併進行。副作用可能包括似流感症狀，諸如頭疼、腹瀉、噁心和嘔吐，皮疹或疲倦。

臨床治療試驗 : 臨床治療試驗探索治療癌症的新方法，例如新藥物、新療法，或各現有療法的組合。這些試驗在嚴密監察下進行，以確保它們對參加者是安全有效的。

請向你的醫生查詢，有沒有任何臨床治療試驗對你來說是一個可取的治療方案。參加試驗，既利己，亦可造福日後的癌症患者，正是一舉兩得。

我們的小冊子《臨床試驗》 (Clinical Trials) 載有更多有關資訊，包括教你如何物色適合的臨床試驗。

輔助療法 (complementary therapies)：輔助療法，例如按摩或針灸等，配合常規癌症療法進行，通常用以協助舒緩緊張和壓力，以及治療引起的其他副作用。這些療法本身不具治癌功效，目前仍需進行更多研究，才能了解它們是否有效，以及如何起作用。

另類療法 (alternative therapies) 是另闢蹊徑，用以替代常規方法治癌的另一類方法。另類療法的安全性和效用仍未經過足夠的測試。單單使用另類療法治療癌症，可能會對健康產生嚴重的影響。

如果你正考慮使用輔助療法或另類療法，便應先行盡量對那種療法瞭解清楚，並與醫護團隊磋商。這些療法可能會干擾測試結果或常規的治療。

我們的小冊子《輔助療法》(Complementary Therapies) 為你提供更詳盡資料。

治療的副作用：有些癌症治療會引致副作用，例如疲倦、脫髮或噁心。由於治療對每個人的影響均不相同，因此很難預測你會不會出現副作用，或會出現甚麼副作用。

副作用通常能夠予以妥善處理，甚至預防。如果副作用問題令你擔憂，請將疑慮告訴你的醫護團隊，並提出有關問題。他們會告訴你，甚麼副作用一出現便須馬上告訴他們，以及甚麼副作用可留待下次覆診才通知。

可能產生的長期副作用

治療乳癌產生的一些副作用，可以持續一段長時間。長期副作用可能包括淋巴水腫、過早停經及不育。

淋巴水腫 (lymphedema)：淋巴水腫是由於淋巴液積聚而引致的手臂或手部腫脹。如果淋巴結經手術切除，或受電療或癌症本身所破壞，便可能出現淋巴液積聚的情況。如果被切除的淋巴結很多，或腋窩部位曾接受電療，出現淋巴水腫的機會便較高。

淋巴水腫可以在治療後迅即形成，也可以經過數月甚至數年後才出現。它可以屬短暫性，亦可以是長期的狀況。很多患淋巴水腫的婦女，只出現溫和的症狀，並能夠好好加以控制。如果你察覺接受手術那邊的手臂出現紅腫或受感染的跡象，便應馬上通知醫生。

停經和不育：停經的意思是月經終止。婦女到了生命中這個時候，卵巢會減少製造雌激素和孕酮，再也沒有受孕的機會。

有些藥物治療（例如化療和荷爾蒙治療）會損害卵巢和導致停經症狀。一般來說，治療一旦結束，這些症狀便會消失。

有時，視乎年齡、藥物的種類或劑量，月經可能不再來，造成永久性的停經。卵巢一經切除，月經便即時停止，而出現的副作用往往較自然停經的副作用來得嚴重。醫護團隊可向你建議一些方法應對這些副作用。

治療過後

跟進護理幫助你和你的醫護團隊監察你治療的進展和康復情況。最初，跟進護理可能由你醫護團隊其中一名專科醫生負責；其後或會交由家庭醫生處理。

覆診時間表因人而異。療程結束後的一年，覆診次數或會較為頻密；其後，覆診的相隔時間將會較長。治療完結後，如出現新的症狀或已有症狀持久不去，應馬上告訴醫生，勿留待早已約定的下次覆診時才通知。

保持健康飲食：要知道飲食會如何影響乳癌復發的機會，仍有待作更多的研究。但你不妨考慮保持飲食健康：少吃脂肪，多吃蔬果穀麥，並藉此達到和保持健康體重。

運動：運動可減少化療和荷爾蒙療法引起的副作用，並有助保持健康的體重。接受乳癌治療後運動的其他好處包括：增強活力，減少疲勞、焦慮和抑鬱，改善心血管功能和提升自我形象。

自我形象和性慾：關注乳癌及其治療對自己的性生活有何影響，是最自然不過的事。停經帶來的影響，或會令性行為變得不舒服。你可能也會擔心治療後身段外觀的變化，憂慮與伴侶的性生活，或擔心自己不被接受。

對一些婦女來說，作為一名女性、伴侶或母親，胸部是其自我形象的一個非常重要部分。無論是曾經接受乳房腫瘤切除術還是乳房切除術，都可能令你改變對自己的身體和性慾的看法。你大可與醫生商討裝設義乳（可置於乳罩內的乳房狀物體，大小和形狀與你的乳房配合）或進行乳房再造（動手術重建乳房）。

向你所信賴的人傾訴這些感受，也許會有幫助。你的醫生也可轉介你見專家和輔導人員，以幫助你處理乳癌治療所引起情緒上的副作用。

我們的小冊子《性慾與癌症》(Sexuality and Cancer) 為你提供更詳盡資料。

癌症治療結束，也許會令你百感交集：你可能慶幸治療終於過去，並期待回復正常的活動；但你也可能會感到焦慮不安。如果你正為治療即將完結而憂心，可跟你的醫護團隊談談。他們會助你渡過這段過渡期。

與癌共存

我們的小冊子《與癌共存》(Living with Cancer) 為你提供更詳盡資料和更多資源。

癌症患者及其照顧者都可從多處獲取支援。

你的醫護團隊：如果你需要實際的幫助或情緒支援，團隊成員可向你介紹你社區內的合適服務，轉介你見癌症中心職員或精神健康專科人員。

家人和親友：你身邊的家人和親友可以給你很大的支持。請接受別人的幫忙。當有人對你說：“有甚麼是我幫得上忙的，隨便告知”時，你大可告訴他們能為你做些甚麼。也許他們可以當你的跑腿、為你做飯，或開車送你到醫務所。

曾有類似經歷的人：與過來人傾談，向他們討教，對你會有幫助。你可考慮造訪支援小組，或者面對面、透過電話或上網，與曾經患癌的存活人士傾談。多試不同方法，看看哪種最適合自己。

你自己：要好好地應付癌症，並不表示你每一刻都要表現開心和笑臉迎人，而是表示你要好好照顧自己：從事一些既輕鬆又有樂趣的活動，將你的思想、心靈和肉體洗刷一新。花點時間尋找一些應對策略，以協助自己渡過這段經歷；你也可考慮找輔導人員談談，尋求更多幫助。

與曾有類似經歷的人交流

如果你想與曾有類似癌症經歷的人交流，我們可以幫助你與一位有這樣經歷的義工聯絡，讓他從一個「過來人」的角度來聆聽你、帶給你希望和鼓勵，並與你分享一些有關的應對方法。

欲知在你區內有什麼資源提供，你可以：

- 由周一至周五，撥打我們的免費電話1-888-939-3333 (TTY 1-866-786-3934)
- 發電郵至 info@cis.cancer.ca
- 瀏覽我們的網址 cancer.ca

希望通過網絡與人聯絡嗎？

如果你希望通過網絡與人聯絡，請參加我們的網絡社群——CancerConnection.ca.ca。那裏有討論和小組是你可能會感興趣的，通過我們的網絡社群你也可以找到一些樂於助人、給你支持的同道人。

乳癌的成因

乳癌沒有一個單一成因，但有些因素卻會增加患乳癌的風險。有些人雖沒有任何風險因素，卻患上乳癌；另一些具備這些因素的人，卻得以倖免。

乳癌的風險因素包括：

- 年齡（任何年齡的婦女都有可能患上乳癌，但年齡愈長，風險愈高）
- 過去曾患乳癌（一邊乳房曾患乳癌的婦女會有較大風險再次患上乳癌）
- 家族成員曾患乳癌或卵巢癌（尤其是母親、姐妹或女兒在停經前被確診，或有BRCA1或BRCA2基因出現突變的情況）
- 乳房組織密度高（如乳房X光照片所示）
- 德系猶太血統
- 從未生育，或在30歲後才第一次生育
- 初經來得較早
- 停經比一般人晚
- 胸部曾接受電療（例如醫治霍奇金氏淋巴瘤Hodgkin lymphoma），尤其在30歲之前
- 接受荷爾蒙補充療法（雌激素加黃體激素）超過5年

- 非典型增生（乳房細胞的良性增生）
- 個子高
- 肥胖或過重
- 喝酒
- 服用結合雌激素和孕酮的口服避孕藥（避孕丸）

其他可能的風險因素，例如吸煙、缺乏運動和輪班工作等，目前仍在研究當中。

加拿大防癌協會

我們就在你身邊

我們會為你解答有關治療、診斷、看護或服務的問題。

請致電我們的免費電話 **1 888 939-3333**。



向經過培訓的癌症資訊專家諮詢有關癌症的問題。致電我們或發電郵至 info@cis.cancer.ca。



參與網上討論，獲取幫助或幫助他人。

訪問 cancerconnection.ca。



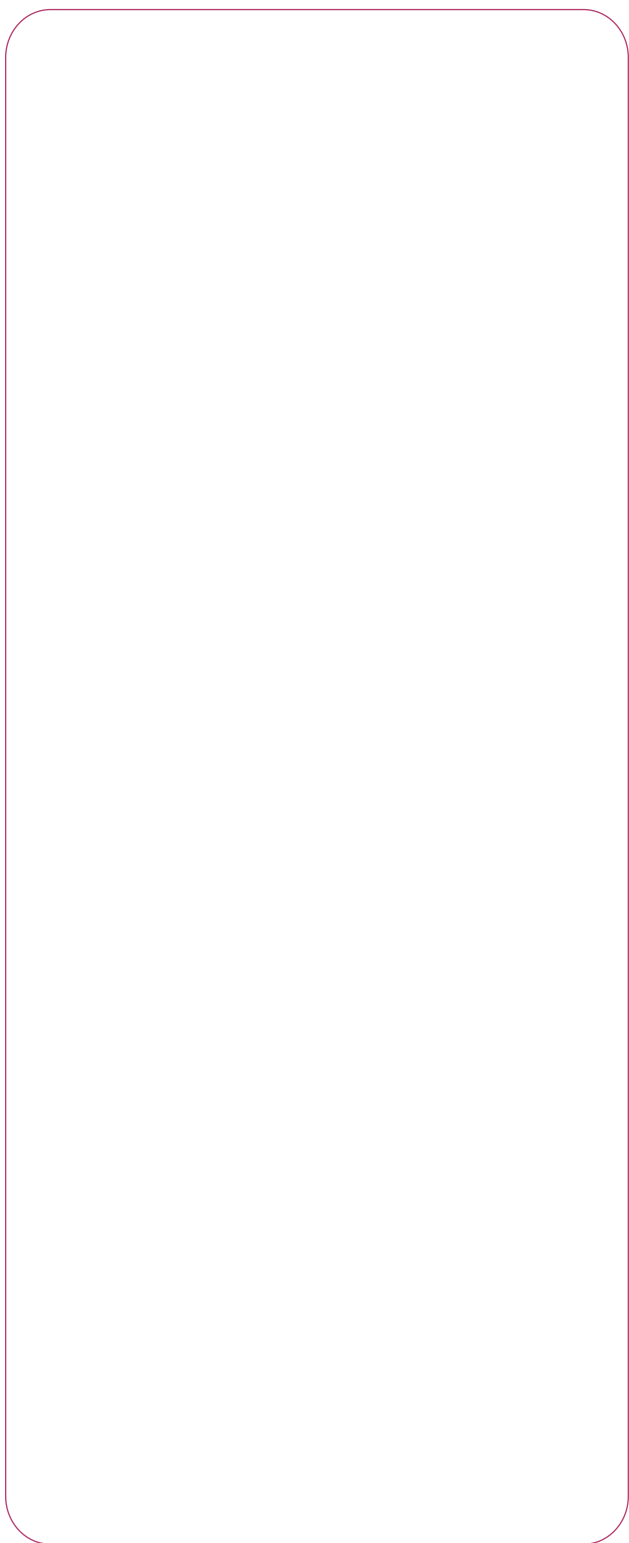
瀏覽包含所有類型癌症信息的加拿大最可信賴網站。

訪問 cancer.ca。

本會的服務是免費和保密的。許多服務可通過傳譯員以其他語言提供。

提出你的建議

發電郵至 cancerinfo@cancer.ca，建議我們如何改進本宣傳冊。



本會的工作

加拿大防癌協會致力於下列工作以對抗癌症：

- 竭盡全力預防癌症
- 資助研究以戰勝癌症
- 加強本國癌症病人應對癌症的能力並為其提供資訊和支持
- 倡導制定公共政策以改善國民健康
- 團結國民積極對抗癌症

如欲索取有關癌症和本會服務最新資料，或捐款，請聯絡本會。



Canadian Cancer Society Société canadienne du cancer

1 888 939-3333 | cancer.ca
TTY 1 866 786-3934

這是加拿大防癌協會印製的一般性資訊。

並非用以取代專業醫療人員的意見。

此刊物的資料內容可隨意複印，毋須本會批准，但必須註明為加拿大防癌協會2015:《乳癌 - 瞭解你的診斷》。