



健康大臺中

5

103.05

<GPN>4810002219

發行人：黃美娜 地址：臺中市豐原區中興路136號 電話：04-25265394 網址：www.health.taichung.gov.tw 設計：鼎益盛數位行銷有限公司

政府提供的4項免費癌症篩檢

篩檢項目	年齡及對象	檢查時程	篩檢服務地點
子宮頸癌	30歲以上婦女	每年1次	健保特約地區婦科診所
乳癌	45-69歲婦女	每2年1次	健保特約地區婦科診所
大腸癌	50-69歲民眾	每2年1次	健保特約地區內科診所
口腔癌	35歲以上民眾	每2年1次	健保特約地區牙科診所

愛護乳房

從定期篩檢做起

每5分40秒就有一位國人罹患癌症 癌症篩檢您做了嗎？

根據衛福部國民健康署調查臺灣乳癌發生率，從84年至95年，14年間成長了1.1倍，預估每19個臺灣婦女中就有一個可能罹患乳癌。

由於國人飲食及生活習慣改變，晚婚、晚孕、高齡未孕的女性等高危險群越來越多，再加上飲食西化，生活作息改變等種種因素，使得乳癌的發生率高居不下。從臺灣與美國乳癌臨床期別之比較，美國在第一期被發現的佔60%，臺灣僅佔35.9%，顯見本國乳癌發現較晚，衛生局、所經年不斷宣導定期乳房攝影，目的是期待潛在個案早期被發現治療。

醫學的進步讓罹患癌者存活率大大提升，但若發現太晚，將錯失黃金治療時期，若能早期發現，早期治療，乳癌5年存活率可高達8成。政府提供凡年滿45-69歲之婦女每二年乙次免費乳房X光攝影檢查，若二等親內家屬曾罹患乳癌，則可提早40歲開始接受檢查，養成定期篩檢習慣，才能防範於未然。



乳癌的高危險群

1. 家族有乳癌病史（媽媽、姊妹、女兒……）
2. 一側乳房得過乳癌
3. 得過卵巢癌或子宮內膜癌
4. 未生過孩子或在30歲後才生第一胎
5. 未餵過母乳
6. 初經早、停經晚
7. 長期使用賀爾蒙補充劑

乳癌早期發現 擁抱健康

痛一下 永保安康

最有效的乳癌篩檢方式是定期乳房攝影檢查，但女性朋友常因害羞、怕痛而不願或拒絕接受檢查，或選擇較不痛之檢查方式而延誤了早期發現時機，以下就檢查之差異性，提供女性朋友們了解。

乳房X光攝影檢查：

在乳癌篩檢及診斷上，具低量輻射線，安全性高，可以偵測到早期無法觸摸到的乳癌，尤其對於50歲以上婦女乳癌篩檢，**乳房攝影是最主要的篩檢工具！**



乳房超音波：

無輻射，適用於35歲以下乳房組織較緻密的婦女。對45歲以上或較豐滿的婦女，乳房之鈣化點或小腫塊則偵測不到。由於超音波是靠瞬間影像診斷，容易受操作者經驗與習慣影響，不容易做品質管制。



乳房X光攝影檢查方式：

乳房攝影篩檢

乳房攝影檢查示意圖

壓迫力充足且均勻：乳房較薄

乳腺排列緊密

腫塊無所遁形

乳房影像 乳癌無所遁形！

緊壓乳房可獲得清晰影像，並能降低輻射量與幫助固定乳房位置。

自我檢查：(不鼓勵)

據研究結果指出，乳房自我檢查並無法提早發現乳癌，進而降低乳癌死亡率，反而會增加發現良性腫瘤及偽陽性機率，進而增加不必要的切片及導致婦女焦慮；另外，初期的癌症腫塊無法從自我檢查發現，容易錯失早期發現的契機。

年滿45歲婦女，一定要定期接受乳房攝影檢查；因許多0期和1期的乳癌都是靠乳房攝影才能檢查出來，小於2公分的腫瘤，是很難靠手指摸到的！

定期乳房檢查 降低乳癌風險

各醫院乳房X光攝影時間表

社區乳攝巡迴車服務時間請與各區衛生所聯繫

醫院名稱	檢查時間及方式				預約電話
	週一~週五	週六	隨到隨照	需預約	
中國附醫	左列醫院門診時間皆提供乳房X光攝影服務，詳細時間請洽各醫療院所	8:15-11:15		✓	22052121轉2162
臺中榮總		無	✓		23592525轉3284
中山附醫		8:30-10:30		✓	24739595轉32137
澄清平等醫院		9:00-12:00		✓	24632000轉66813
澄清中港醫院		無		✓	24632000轉55123
衛福部臺中醫院		8:30-11:30		✓	22294411轉2159
林新醫院		9:00-12:00	✓		22586688轉1213
衛福部豐原醫院		8:00-12:00	✓		25271180轉1122
國軍臺中總醫院		無	✓		23934191轉52609
大里仁愛醫院		8:30-12:00	✓		24819900轉11121
光田沙鹿醫院		8:30-12:00		✓	26625111轉2457
光田大甲醫院		8:30-12:00		✓	26885599轉5260
童綜合醫院		8:00-12:00	✓		26581919轉4575
臺中慈濟醫院		8:40-11:40(單週)		✓	36060666轉4090
清泉醫院		9:00-12:00		✓	25605600轉2903
台新醫院		8:00-21:30中午不休息	✓		22139966轉138或121
長春診所		8:00-12:00	✓		23286916轉213

施打疫苗就能預防子宮頸癌嗎？

根據統計，臺灣婦女每天約有1.8人是因子宮頸癌而死亡，表示子宮頸癌仍威脅著女性同胞的健康。幾乎九成九以上的子宮頸癌都與感染「人類乳突病毒(HPV)」有關，是造成子宮頸癌的元凶；而HPV主要是藉由性行為傳染，若同時有多位性伴侶，則較容易受感染，目前疫苗是降低感染的主要方法。故人類乳突病毒疫苗的研發與上市，是子宮頸癌防治的一項新進展。

疫苗對子宮頸癌的保護力是百分百嗎？由於目前疫苗並沒有涵蓋所有類型的人類乳突病毒，且每個人的體質不同，疫苗所能達到的保護效率也不盡相同。

因此要提醒大家即使您已接種子宮頸疫苗，仍應定期接受子宮頸抹片檢查，如此才能免於子宮頸癌的威脅。

子宮頸癌(人類乳突病毒)疫苗 問與答

問：目前市面上有哪幾種疫苗廠牌共要接種幾劑？

答：疫苗通常在6個月內接種3劑，2種廠牌接種時程如表：

廠牌	針劑	
嘉喜(4價)	保倍(2價)	
第1劑	—	—
第2劑	第1劑後2個月	第1劑後1個月
第3劑	第2劑後4個月	第2劑後5個月

問：不同廠牌疫苗可以交替接種嗎？

答：不同廠牌的子宮頸疫苗不宜交替接種。

問：疫苗效力能夠延續多久？

答：目前相關研究證實市面上核准接種之二家疫苗廠牌，至少都有5年以上的保護力，但效力是否能維持更久或需要再追加疫苗，尚在觀察中。

問：哪些人不可以接種子宮頸疫苗？

答：接種疫苗後出現過敏症狀者、懷孕或準備懷孕的婦女不建議接種。另外本身有特殊疾病的人在接種前應事先告知醫師進行評估。

輕鬆刷一下

腸保健康

您是50到74歲嗎？記得每2年要檢查1次哦！

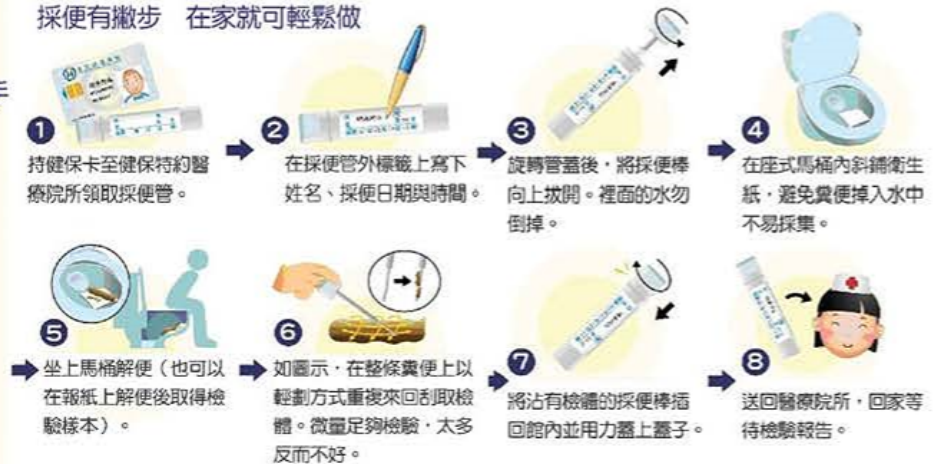
- * 早期大腸癌無症狀，勿等到血便或大便習慣改變才就醫
- * 糞便潛血檢查是及早發現大腸癌的好幫手



採便管

大腸如有腫瘤或息肉造成的出血，糞便潛血檢查即是一種透過檢測糞便表面上，肉眼看不見的血液方式。目前糞便潛血檢查準確率約達6-8成，可簡易有效地幫助我們早期發現大腸癌。

採便有撇步 在家就可輕鬆做



糞便潛血檢查結果及處理方法建議

正常（陰性）

- 建議2年定期接受糞便潛血檢查，確保健康。任何檢查都會有偽陰性個案發生，所以即使檢查結果正常，有任何異狀，均應儘速就醫。

異常（陽性，糞便檢測人血）

- 請即至醫院接受「大腸鏡檢查」。
據統計，糞便潛血檢查結果為陽性者，每2人就有1人有大腸息肉，每22人就有1人為大腸癌。
- 一旦發現導致大腸癌的息肉，通常藉由大腸鏡切除，若有特殊情形，請遵行醫師建議。

圖文由衛福部國民健康署提供

婦女腰圍

每天量一下 窈窕又美麗

拒作小腹婆，定期量腰圍

肥胖已是公認的健康殺手，101年國人十大死因中有惡性腫瘤、心臟疾病、腦血管疾病、糖尿病、慢性下呼吸道疾病、高血壓性心臟病及腎炎腎病症候群等8項與肥胖有關，世界癌症研究基金會研究顯示腰圍每增加1吋，罹患癌症的風險就增加8倍，可見腰圍越粗身體越肥胖，對健康產生負面影響也越大。

關心自己也要關心家人

關心健康可以從定期量腰圍開始，維持健康腰圍女性不超過80公分（31吋）、男性不超過90公分（35吋）。

建議您可以在家中更衣室或辦公室準備腰圍量尺，隨時隨地自我量測腰圍，正確量腰圍位置是在肋骨下緣及髭骨上緣之腹部中線，讓量腰圍變成生活中的一環，並將腰圍量測結果記錄下來，當察覺腰圍開始變粗的時候，就應加強運動及飲食控制，保持健康體態。

如何正確量腰圍



正確量腰圍示意圖



友善樂齡・幸福臺中

長期照護・溫暖守護

1 服務對象

日常生活需要協助的長輩經長照中心評估為失能者，且具備有以下條件之一者，即可提出申請：

- ▶ 65歲以上老人
- ▶ 55歲以上山地原住民
- ▶ 50歲以上之身心障礙者
- ▶ 獨居老人

3 申請方式



2 補助原則

- ▶ 以提供實際照顧服務為原則。
- ▶ 依民眾之失能程度及家庭經濟狀況，提供不同補助額度。
- ▶ 超過政府補助額度部分，由使用者全額自費負擔。

4 補助項目

- ▶ 居家護理
- ▶ 喘息服務
- ▶ 居家復健
- ▶ 照顧服務（含居家服務、日間照顧、家庭托顧）
- ▶ 輔具購買、租借及居家無障礙環境改善服務
- ▶ 老人營養餐飲服務
- ▶ 長期照顧機構服務
- ▶ 交通接送服務

受理單位：

- 地址：臺中市豐原區中興路136號（豐原站）
臺中市西區民權路105號2F（中西區站）
- 電話：4128080 手機請撥打02-4128080
- <http://ltcc1.health.taichung.gov.tw>



臺中市政府衛生局
臺中市政府長期照顧管理中心

關心您