

的醫療中心，問問它們有沒有女醫生。如果患乳癌的婦女想見一位女性的乳房外科醫生，全科醫生可能可以轉介她去見一位。

### 男士會患上乳癌嗎？

會的。雖然在男士中較為不普遍，在澳洲，每年有超過五十個男士患上乳癌。發覺自己的乳房部位產生任何變化的男士(例如乳房部位出現腫塊或變厚)，應該去看醫生。

多元文化乳癌資料服務 (Multicultural Breast Cancer Information Service) 有雙語的工作員：廣東話和華語 (逢星期一和星期二 (02) 9334 1855 或 1300 300 935)。欲知更多資料，請電癌症資料服務 (Cancer Information Service)，電話：131 120。

如果你需要別人幫助你用英文打電話，請電翻譯及口譯服務 (Translating and Interpreting Service，簡稱 TIS)，電話 131 450。

你可以在多元文化通信服務 (Multicultural Communication) 的網址上找到更多有關健康方面的中文資料：  
<http://mhcs.health.nsw.gov.au>。

在這篇文章出版時，上述的電話號碼是對的，  
但沒有不斷地更新。你可能需要查看電話簿上的電話號碼。



Chinese  
18 October 1999

## 有關乳癌的資料 —— 電詢便可

Information about breast cancer —  
it's only a phone call away

REVIEWED  
October 2001  
NSW Multicultural Health Communication Service

## 有關乳癌的資料 —— 電詢便可

### Information about breast cancer - it's only a phone call away

乳房疼痛是癌症的徵狀嗎？男士會患上乳癌嗎？每日新南威爾士州防治癌症委員會(NSW Cancer Council)的電話諮詢服務的職員回答婦女和其家人所提出的這類問題。在澳洲，每十二個婦女中，就有一個患乳癌——欲知有關乳癌的中文資料，請打這篇稿末尾所列出的其中一個電話號碼。下面是人們常問的一些問題：

#### 檢查性乳房 X-光與診斷性乳房X-光有什麼分別？

檢查性乳房X-光(screening mammogram)是為那些沒有乳房徵狀的婦女而設的。它的目的是挽救性命，當癌體還是細小和較容易治療時測出。四十歲以上的婦女可以每兩年免費接受 BreastScreen Australia 所提供的檢查性乳房X-光一次，預約電話：13 20 50。診斷性乳房 X-光 (diagnostic mammogram) 是為有徵狀的婦女而設的。如果某婦女因為有徵狀(例如乳房內有一個腫塊)而醫生轉介她接受診斷性乳房X-光，則醫生會寫一個詳細報告，描述那些徵狀。放射學家就會特別注意乳房被發現徵狀的那個部位。

#### 乳房X-光會危害乳房嗎？

沒有証據顯示在接受乳房X-光時，對婦女的乳房所施的壓力會傷害乳房、或導致現有的乳癌擴散。在接受乳房X-光時，婦女所接觸的輻射量是非常少的，而且沒有証據顯示每兩年接受乳房X-光一次會增加患乳癌的可能性。

#### 乳房疼痛是癌症的徵狀嗎？

不要因為乳房感到疼痛或觸痛就恐慌——雖然在有些病案中，疼痛是癌症的徵狀，有其他較為常見的起因，包括月經前荷爾蒙的變化，這會使乳房有腫塊和疼痛的感覺。有些避孕丸可能會產生類似的效果，尤其是如果該婦女剛開始服用避孕丸，或改服另一種避孕丸。非常不合適的胸罩也會導致乳房疼痛 [尤其是有鋼架在下端 (underwiring) 的那一種]。但不要嘗試自己去診斷乳房疼痛的原因——去問問醫生吧。

#### 某些食物是否有助於預防癌症或甚至導致癌症？

直接了當的答案是：沒有人真的知道答案。雖然有些研究顯示：含有太多脂肪和太少纖維的飲食可能會導致癌症，但這並未被証實。(米、意大利麵食、麵包和其他穀類食品、及蔬菜和水果都含有纖維)。也沒有任何証據証實：雞或肉類會導致乳癌。但有証據顯示：每天喝兩杯或兩杯以上的酒的婦女患癌症的可能性比一般人為高。至於預防乳癌方面，有一些証據證明：黃豆類食品和豆莢可能有幫助，但也是沒有証據。然而，由於這些食物對健康有其他的好處，在飲食中包括它們是好的。

#### 乳房內的良性腫塊會變成癌嗎？

不會。患上某類乳房腫塊 [名為纖維腺瘤 (fibroadenomas)] 的婦女患乳癌的可能性較高。然而，這些腫塊本身不會變成癌。

#### 婦女可以去哪裡找一個女醫生？

婦女保健中心 (women's health centres) 和計劃生育指導會的診所(Family Planning Clinics)內有女醫生。你也可以致電你區內