乳腺癌

及早發現能挽救生命

什麼是乳腺癌?

當乳房組織中形成異常細胞時，就會發生乳腺癌，如果不被發現和治療，這些細胞就會擴散。

統計數據

在洛杉磯縣，乳癌是2023年女性過早死亡的第三大原因。

只有 5-10% 的乳腺癌病例是由父母遺傳的基因變化引起的。

在美國，**每8名女性中就有1名**會在一生中患乳腺癌。

乳腺癌與健康公平

- 黑人女性死於乳腺癌的可能性比白人女性高40%。
- 阿什肯納茲猶太女性由於BRCA突變率較高，患乳腺癌的風險更高。
- 在美國，拉丁裔女性比白人女性更可能在乳腺癌較晚的階段被診斷出來。
- 黑人女性被診斷出患有更難治療的乳腺癌類型的可能性要高2倍。
- 在加州，夏威夷原住民和其他太平洋島民 (NHPI) 的乳腺癌死亡率比非西班牙裔白人女性高33%。
- 2023 年洛杉磯縣健康調查顯示，在50-74 歲女性當中
  - 受過高等教育的人更有可能接受乳房 X 光檢查，相比之下，受教育程度較低的人接受檢查的可能性較低（沒有上過高中73%，有高中學位76%，上過一些大學或職業學校79%，有大學學位83%）。
  - 同性戀女性接受過乳房 X 光檢查的可能性相對較低（59%），相比之下，異性戀女性（79%）或雙性戀女性（70%）的可能性較高。

環境因素

已發表的研究報告證明乳腺癌與環境毒素之間存在關係，例如在生產**塑膠**、**化妝品**和**殺蟲劑**的過程中涉及的毒素。

取決於人們的居住地點、職業和使用或消費的產品，他們接觸環境毒素的程度有所不同。能夠獲得富有營養的食品和身體鍛煉的空間對於減少乳腺癌風險也很重要。 環境風險因素受到系統性種族主義的影響。

篩查建議

篩查性的乳房X光檢查可以幫助減少40-74歲女性中由乳腺癌導致的死亡。 無論移民身份如何，在洛杉磯縣符合資格的無保險、保險不足和低收入女性可以獲得低收費或免費的乳房X光檢查服務。 要尋找您附近的社區診所，請訪問 bit.ly/BreastCancerScreeningClinics。

一些跨性別男性和女性、雙性人以及非二元性別者或性別酷兒也需要乳腺癌篩查。 乳房X光檢查的需求因年齡、出生性別、激素使用、胸部手術史和家族史而異。

40-49歲

新的指南建議所有女性在40歲時開始篩查，並繼續每2年篩查一次。從40歲開始進行乳房X光檢查可以挽救生命。

50-74歲

建議每2年進行一次乳房X光檢查

75歲及以上

可以繼續每2年進行一次乳房X光檢查

*建議來自美國預防醫學工作組 (USPSTF)

我能做些什麼來降低風險?

避免或限制飲酒

吃有營養的食物並保持健康的體重

定期鍛煉身體

母乳餵養（如適用）

洛杉磯縣的資源

洛杉磯縣的所有居民，無論移民身份如何，都可透過**衛生服務局 (Department of Health Services)** 獲得**免費或低收費的乳腺癌篩查和宮頸癌篩查**。 請訪問 bit.ly/BreastCancerScreeningClinics。

Every Woman Counts（每位女性都重要）為加州得不到充分服務的人群提供**免費的乳腺癌和宮頸癌篩查和診斷服務**。 請訪問 bit.ly/EveryWomanCounts。

所有透過**乳腺癌和宮頸癌治療計劃 (Breast and Cervical Cancer Treatment Program)** 符合資格的加州人均可獲得**免費治療**。 請訪問 bit.ly/BreastandCervicalCancerTreatmentProgram。

請訪問 211LA.org 獲取**乳腺癌篩查和治療的資源**。