



BreastScreen
Aotearoa

简体中文 (Simplified Chinese)

乳腺筛查

加入新西兰乳腺筛查
(BreastScreen Aotearoa)

TimeToBreastScreen.nz

乳腺筛查与癌症

乳腺筛查是指每两年进行一次乳腺钼靶检查，以检查是否有乳腺癌的迹象；乳腺癌是新西兰女性最常见的癌症。

筛查可以在出现症状之前发现乳腺癌，从而挽救生命。大多数乳腺癌如果能够及早发现，并在癌细胞生长或扩散之前接受治疗，都是可以治愈的。

什么是乳腺钼靶(乳房X光)检查？

乳腺钼靶检查是一种X光检查。这是一张显示乳房内部状况的数码影像，用于检查是否有乳腺癌的迹象。



在乳腺钼靶检查过程中，每侧乳房会被紧紧地压在两块板之间长达一分钟，以便拍摄到清晰的图像。检查时，您需要脱掉上半身衣物，工作人员会为您提供披肩或检查袍。

乳腺钼靶检查在新西兰各地的诊所和流动筛查车内进行。凡符合资格者均可自动受邀报名参加，且完全免费。

早发现, 早防护。



Scan the QR code to access available translations of BSA brochures into languages other than English and formats including Braille, audio, Large Print, Easy Read and NZSL.

拨打免费电话

0800 270 200

什么是新西兰乳腺筛查 (BreastScreen Aotearoa) ?

新西兰乳腺筛查是一项全国性的免费乳腺筛查计划，旨在及早发现乳腺癌迹象。

该全国性计划为符合条件的未出现乳腺癌症状的女性提供每两年一次的免费乳腺钼靶检查（乳房X光）。

加入新西兰乳腺筛查，预约乳腺钼靶检查

如果您符合条件且临近定期筛查时间，新西兰乳腺筛查将通过电子邮件、短信或信件向您发送邀约通知。您可以通过以下方式报名并预约：

- 在线使用邀约通知中的**安全个性化链接**，或
- 拨打免费电话 **0800 270 200**。

如果您认为自己符合条件但尚未收到邀约，请拨打免费电话或填写 **TimeToBreastScreen.nz** 上的注册表格告知我们

我符合条件吗？

如果您符合以下条件，则有资格参加新西兰乳腺筛查：

- 年龄在45岁至69岁之间的女性，或符合年龄范围扩大至74岁这一条件的女性
- 没有乳腺癌症状
- 过去12个月没有做过乳腺钼靶检查
- 不在孕期
- 有权在新西兰享受公共卫生服务¹
- 过去5年内未患乳腺癌

如果您不符合条件，请与您的医生或医疗保健提供者讨论您个人患乳腺癌的风险。此外，还要对乳腺癌迹象保持警惕，如果发现乳房有任何变化，请尽快与您的医疗保健提供者联系。

如果您正在哺乳，请在预约筛查时告知筛查工作人员。

¹ 如需了解新西兰哪些人可以获得公共资助的个人健康和残疾服务，请访问 tewhatuora.govt.nz/corporate-information/our-health-system/eligibility-for-publicly-funded-health-services

扩大乳腺筛查年龄范围

新西兰乳腺筛查正逐步扩大免费乳腺筛查的年龄范围，首先将免费筛查服务扩展至70岁和74岁的女性。

每年10月，筛查年龄范围将再扩展一岁，直至所有70至74岁年龄段符合条件的女性均被纳入。该计划将于2029年10月全面实施。

新西兰全境

(不包括Nelson和Marlborough)

自2025年10月起, 您将有资格享受以下服务：

- 每两年一次的免费乳腺钼靶检查, 直至您75岁 (如果您在2025年10月1日或之后满70岁)
- 如果您在2025年10月1日前年过70至74岁, 则可在74岁时进行最后一次筛查。

Nelson和Marlborough

自2024年10月起, 如果您居住在Nelson和Marlborough, 您有资格享受：

- 每两年一次的免费乳腺钼靶检查, 直至您75岁 (如果您在2024年10月1日或之后满70岁)
- 如果您在2024年10月1日前年过70至74岁, 则可在74岁时进行最后一次筛查。

请访问**TimeToBreastScreen.nz**或拨打免费电话**0800 270 200**了解更多相关变更信息。

您有选择

您可以选择是否参加新西兰乳腺筛查。您可以随时选择退出该计划。只要您仍然符合条件, 您可以随时重新加入。

如果您决定不参加该计划, 您仍可以通过医生或自行安排乳腺钼靶检查, 但可能无法享受免费服务, 且检查结果也不会录入新西兰乳腺筛查计划的系统中。

为了帮助您做出决定, 本手册和**TimeToBreastScreen.nz**网站提供了更多信息。您也可以咨询您的医生、护士或医疗保健提供者, 或拨打免费电话**0800 270 200**。

如果您需要预约或前往检查方面的支持, 我们可以提供帮助, 部分地区还提供毛利语或太平洋语服务提供者的选项。了解更多**筛查支持服务**, 请访问 **info.health.nz/keeping-healthy/cancer-screening/screening-support-services-in-aotearoa-new-zealand**

您需要知道

筛查可以挽救生命

乳腺钼靶检查能够显示乳房内部的变化，因而在任何异常可被触摸到之前就能提早发现癌症。乳腺癌发现得早且肿瘤较小，患者的生存几率会更高，治疗也可能更容易。

在新西兰，通过筛查发现患有乳腺癌的女性，其死于乳腺癌的可能性低于那些发现患有乳腺癌但未参加筛查计划的女性。筛查乳腺癌死亡率降低了三分之一²。

大多数患乳腺癌的病人家族中没有乳腺癌史。因此，论家族病史如何，对乳房变化保持警惕并定期进行乳腺钼靶检查都非常重要。如果您有家族病史，那么您的风险可能会略高一些。

患乳腺癌的几率也会随着年龄的增长而增加。

减少治疗

早期发现乳腺癌意味着可以使用患者更能承受的疗从而使治疗更容易。这一点对年长的女性尤其重要，因为她们可能还需要应对其他严重的健康问题。

经证实有效的乳腺癌筛查方法

对于参与筛查的女性而言，每10例癌症中约有8至9例可通过乳腺钼靶检查发现。

在两次检查之间，您仍需留意自己乳房的任何变化。如发现新的异常，请立即咨询医生。

有些肿瘤可能不会对您造成伤害

乳腺钼靶检查能发现一些小的肿瘤，如果不做筛查，这些肿瘤可能不会被发现。有些肿瘤可能永远不会发展到危及生命的程度。对于少数患有其他严重健康问题的年长女性来说，通过筛查发现的一些乳房肿瘤在她们余生中不会造成危害。

由于无法判断哪些肿瘤会造成危害，因此对发现的每一个肿瘤都会进行治疗。您可以与您的专科医生讨论治疗方案。

2 tewhaturora.govt.nz/publications/cohort-and-case-control-analyses-of-breast-cancer-mortality-breastscreen-aotearoa-1999-2011/

乳腺钼靶检查并不能发现所有肿瘤

乳腺钼靶检查可能会漏掉一些肿瘤，而且肿瘤也可能在两次筛查之间出现。即使乳房中已经长了肿瘤，乳腺钼靶检查结果也可能显示正常。一般来说，年长女性的乳腺癌更容易被发现，因为乳腺组织存在差异。

致密的乳腺组织会使乳腺癌更难被发现。新西兰卫生局 | Te Whatu Ora正在考虑未来使用人工智能来测量乳房密度。

认真了解自己乳房的正常外观和触感非常重要。

乳腺癌的一些迹象可能包括：

- 乳房或腋下出现肿块
- 乳房形状或大小出现变化
- 乳房皮肤出现变化，例如凹陷、起皱或变厚
- 乳头出现变化，例如内陷、溃疡或瘙痒
- 乳头有分泌物或出血
- 持续发红
- 乳房长期感到疼痛。

如果您发现上述任何迹象，不要等到下次乳腺钼靶检查，请尽快就医。

辐射

像所有X光一样，乳腺钼靶（乳房X光）检查会让您接触到极少量的辐射，但这种辐射通常不会对健康造成伤害。

疼痛与担忧

对于一些女性来说，乳房筛查可能会带来不适、疼痛以及担忧。如果您希望在乳腺钼靶检查前后有人陪同，可以带上陪同者或家人。

请向您的医生、护士或医疗保健人员咨询乳腺癌筛查事宜，并访问 **TimeToBreastScreen.nz** 获取更多信息。



BreastScreen
Aotearoa

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government