



BreastScreen
Aotearoa

简体中文 (Simplified Chinese)

乳腺筛查

面向70岁及以上女性的信息

TimeToBreastScreen.nz

新西兰乳腺筛查(BreastScreen Aotearoa)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。该计划为45岁至69岁未出现乳腺癌症状的女性提供每两年一次的免费钼靶检查(乳房X光)。该计划的服务对象年龄范围目前正在逐步扩大。

年龄上限扩大至74岁

新西兰乳腺筛查(BreastScreen Aotearoa)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岁的女性开始。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。

如需了解更多关于筛查资格的信息，从而判断乳腺筛查是否适合您，请访问**TimeToBreastScreen.nz** 或拨打免费电话**0800 270 200**。

通过新西兰乳腺筛查 (BreastScreen Aotearoa)

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且接近预定检查时间但尚未收到邀约，请拨打免费电话或填写**TimeToBreastScreen.nz**上的注册表格告知我们

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。

您需要知道

乳腺钼靶检查能够显示乳房内部的变化，因能够在触摸到任何异常之前早发现癌症，从而使治疗效果好。这意味着治疗可能不那么痛苦，容易控制，特别是对患其他疾病可能性高的年长女性言。

由乳腺组织不同，年长女性乳腺钼靶检查的癌症检出率较之年轻女性更高。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。

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。

乳腺钼靶检查可能会漏掉一些肿瘤，且肿瘤也可能在两次钼靶检查之间出现。

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。

对一些女性来说，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，可以带上支持者。

如需了解请访问**TimeToBreastScreen.nz** 网站，
拨打免费电话 **0800 270 200**，咨询您的医疗保健提供者，或
访问 healthed.govt.nz 阅读《**乳腺癌筛查：加入新西兰乳腺筛查计划**》及《**进行乳腺钼靶检查**》一节。

不符合新西兰乳腺筛查计划条件的女性的乳腺钼靶检查

乳腺钼靶检查是检查所有年龄女性乳房病征（如新出现的乳房肿块或变化）的重要手。如果您不符合筛查计划的条件，但您属高危人群或有相症状，您可以凭医疗保健提供者的转诊单在公立医院免费进行乳腺钼靶检查。

即使没有症状，患乳腺癌风险高平水平的人士也可以由医疗保健提供者转诊进行免费乳腺钼靶检查。如果您有以下一项（或多项）情况，则适用此建议：

- 曾患乳腺癌
- 之前的活检显示乳腺细胞异常
- 近亲（例如母亲、姐妹、女儿、姑姑、阿姨或祖母、外祖母）患乳腺癌（尤其是双乳）或卵巢癌。

关于75岁及以上女性

请与您的医疗保健提供者讨论是否继续进行乳腺钼靶检查，这需要根据您的个人风险因素、整体健康状况和您的意向来综合考量。

无论您年龄多大，如果发现乳房有任何新的变化，都应该尽快看医生。

罹患乳腺癌的风险

罹患乳腺癌的风险会随年龄而增长。如果您身体状况良好，请与您的医疗保健提供者讨论进行钼靶检查是否仍然对您有益。

有乳腺癌家族史可能会增加患病风险，但即使是有家族史的女性，大多数也不会患上乳腺癌。

有家族史的女性通常在70岁之前罹患乳腺癌。对于70岁以上且有家族史的女性而言，风险仅略高于同龄且无家族史的女性。

与您的医疗保健提供者就患病风险、相关费用以及如何转诊进行乳腺钼靶检查。

我该如何检查是否患有乳腺癌？

所有女性都需要了解自己乳房的正常状态(无论是否进行乳腺钼靶检查)。

如果您发现以下任何变化(即使您已经做过乳腺钼靶检查)，请尽快就医：

- 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

出现乳腺癌症状的任何年龄段的女性都可以通过其医疗保健提供者转诊，进行免费的乳腺钼靶检查。

更多关于乳腺筛查的信息，请阅读宣传册《进行乳腺钼靶检查》。您可以从当地的新西兰乳腺筛查计划中心获取，或拨打免费电话 **0800 270 200**，或访问 **healthed.govt.nz** 下载，或者咨询您当地的授权提供服务的机构。



请记住

任何年龄段的女性，一旦发现乳房有任何异常，都应及时就医。



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.

免费电话

0800 270 200



**BreastScreen
Aotearoa**

**Health New Zealand
Te Whatu Ora**

**Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government**

This resource is available from **healthed.govt.nz** or your local Authorised Provider. Revised September 2026. **HE10120-HANS**