

## 什么是乳房密度？

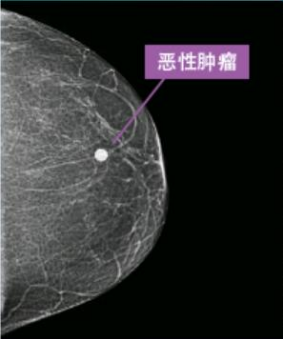
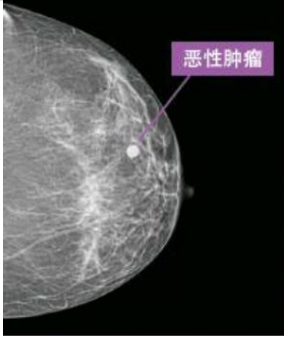
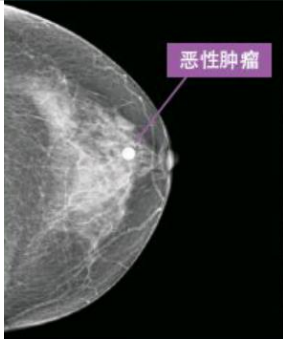
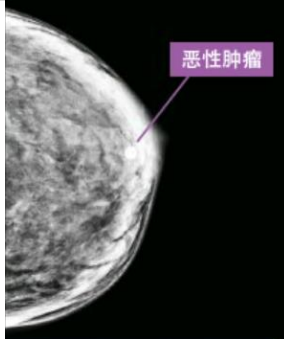
回答有关您的检查结果以及乳房密度为何重要的问题

### 什么是乳房密度？

乳房由两大类组织组成：纤维腺体组织和脂肪组织。在乳房X光检查中纤维腺体组织看起来是密集的，而脂肪组织则不是。大部分妇女的乳房包含了密集和非密集（脂肪）这两种组织。乳房的密集组织数量与非密集组织数量之比，通常被称为“乳房密度”。不论有多少密集的乳房组织，都是正常和十分常见的。

### 我怎么知道我有多少密集的乳房组织？

乳房有多少密集组织，是由放射科医生使用“乳腺影像报告和数据系统”（BI-RADS）测出来的。您的BI-RADS评估结果可以在您的乳房X光检查结果通知信里找到。密集的乳房组织的数量依字母次序递增：

类别	BI-RADS A	BI-RADS B	BI-RADS C	BI-RADS D
				
说明	您的乳房几乎全部由非密集（脂肪）组织组成。	您的乳房主要由非密集（脂肪）组织组成，但也有一些密集组织分散各处。	您的乳房由包含非密集（脂肪）组织和密集组织的混合体所组成。	您的乳房几乎全部由密集组织组成。
	10% 的女性有 BI-RADS A	40% 的女性有 BI-RADS B	40% 的女性有 BI-RADS C	10% 的女性有 BI-RADS D
随着乳房密度的增加，在乳房 X 光检查中就愈难发现恶性肿瘤				

乳房密度只能用乳房X光检查才可见到，并且和乳房的大小或手感无关。它因人而异，并可能随时间改变，尤其是随着女性年龄的增长。

### 为什么我应该知道自己的乳房密度？

您应该知道自己的乳房密度，是基于两个重要原因：

- 1) 研究表明，罹患乳癌的风险会随着乳房中密集组织的增加而增加。不过，乳房密度对整体风险只有很小的影响。即使乳房密度高，您也不应该惊慌，但您应该找医护人员谈谈您罹患乳癌的整体风险。
- 2) 密集的乳房组织也会使在乳房X光检查中发现恶性肿瘤的难度加大。正常的密集乳房组织呈白色，乳房肿块或肿瘤也呈白色，因此一些肿瘤可能会被密集的乳房组织隐藏。正因如此，即使您最近所做的乳房X光检查结果正常，但若察觉乳房有任何变化，仍应向医护人员咨询，这一点非常重要。

了解更多信息：请访问 [www.screeningbc.ca/breast](http://www.screeningbc.ca/breast) 以了解更多信息，并观看有关乳房密度的教育性视频。

## 乳房密度：您可以做什么

### 如果乳房密度较高，是否提供额外的检查？

目前，并无足够的科学证据，单单基于乳房密度就建议做其他检查：

- 确有证据显示，对于乳房组织密度较高的个人来说，其他检查（例如乳房超声波）可能会发现其他的恶性肿瘤。
- 不过，乳房超声波检查可能产生假阳性结果的比率很高。假阳性结果是指结果属异常，但经进一步检查（可能包括活组织切片检查或手术）后发现原来是正常的。请与您的医护人员谈谈，看看乳房超声波检查是否值得考虑。

### 如果我的乳房密度高，我还需要做乳房 X 光检查吗？

是的。乳房 X 光检查是唯一经证明可降低乳癌死亡率的检查。即使您的乳房组织是密集的，许多恶性肿瘤也可在乳房 X 光检查中被发现。

### 除了定期做乳房 X 光检查之外，我还应该做什么？



#### 熟悉自己的乳房

不论年龄或乳房密度，每个人都应该熟悉自己乳房的外貌和手感。即使您最近所做的乳房 X 光检查结果正常，但若察觉乳房有任何变化，仍应该向医护人员咨询。



#### 了解自己罹患乳癌的整体风险

尽管乳房组织密集是罹患乳癌的一个风险因素，但有密集的乳房组织本身并不表示您在一生中罹患这种病的风险“很高”。乳房密度通常会随着年龄的增长而降低。



#### 采取措施降低风险

尽管没有万无一失的方法可防止乳癌，但您可采取某些措施，减低自己罹患乳癌的风险：

- 1) 保持健康的体重和活跃的生活方式。
- 2) 少喝酒。
- 3) 尽可能母乳喂养。
- 4) 权衡一下针对更年期症状的荷尔蒙疗法的利弊。

有关降低乳癌风险的更多信息，可访问 [www.fiveplus.ca](http://www.fiveplus.ca)

## 还有什么其他因素决定我罹患乳癌的风险？

除了乳房密度之外，还有其他风险因素需要考虑：

- 年龄—风险会随着年龄的增长而增加。
- 有曾患乳癌的个人病史（即，如果您曾患乳癌）。
- 一级家庭成员（母亲、女儿或姐妹）曾患乳癌。
- 某些遗传基因突变，包括 BRCA1 和 BRCA2。

有关您患乳癌的风险，请向医护人员咨询。有这方面的认识，可帮助您决定接下来要怎样做。

我们将根据《个人信息保护法》及《信息自由和隐私权保护法》（若适用）收集您的个人信息，并予以保护，以防未经授权的使用和披露。这些信息仅可根据以上法律的规定来使用和披露、用于质量保证管理、向有关医护人员披露或当法律要求时披露。对于 BC 省癌症中心的信息收集，如果您有任何问题，可向癌症筛查部营运总监提出。（地址：801-686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1，网站：[www.screeningbc.ca](http://www.screeningbc.ca)，或电邮：[screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca)）

## 联系我们

BC Cancer Breast Screening  
801-686 West Broadway  
Vancouver, BC V5Z 1G1

电话: 1-800-663-9203

电邮: [screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca)

网站: [www.screeningbc.ca/breast](http://www.screeningbc.ca/breast)