

关爱自己，从“两癌”筛查开始！

2023-06-09原文



“两癌筛查”作为一项关爱女性健康的公益活动，近年来，其影响力在我国政府部门集中宣传下逐渐扩大，而社会对女性健康的关注度也随之慢慢提高。那么，被誉为“双丝带运动”的“两癌筛查”到底代表了什么，您知道吗？



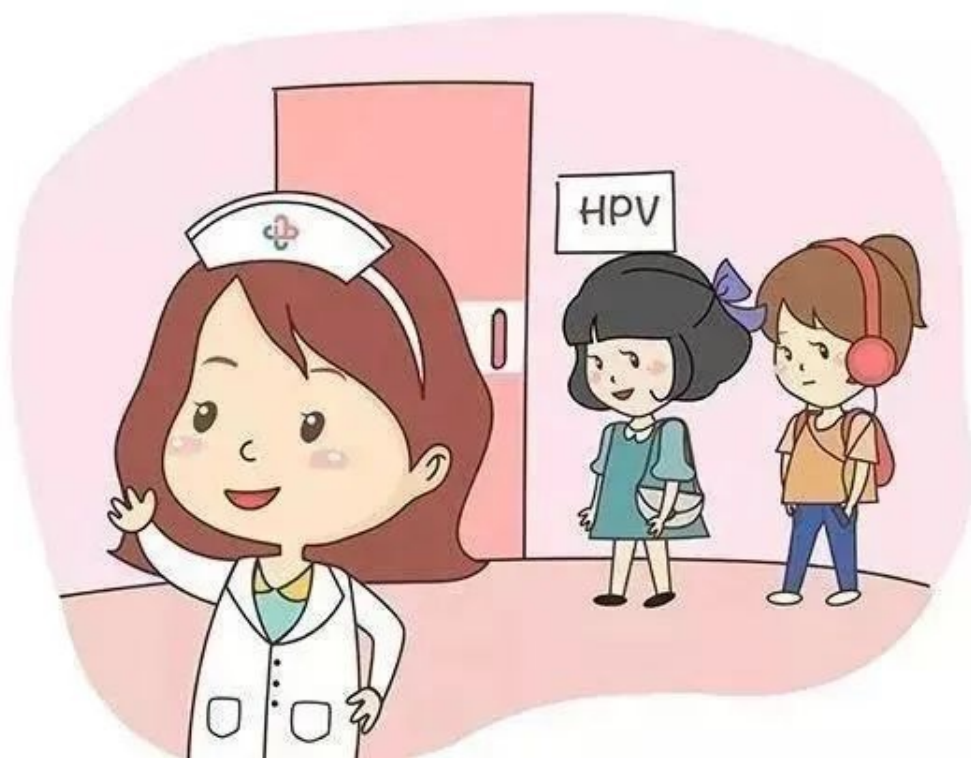


“两癌”，即宫颈癌和乳腺癌，是妇女常见的恶性肿瘤。近年来，这两种关乎女性健康的癌症疾病患病率不断增高，且出现年轻化的趋势，已成为危害女性健康的两大“杀手”，而早期发现的宫颈癌和乳腺癌，治愈率可以明显提高。

那么，有没有办法可以提前发现并排除呢？当然有！

通过“两癌”筛查，可以尽早发现和排除这两种危害女性健康的癌症，做到早发现、早诊断、早治疗、早预防，能够有效提高

治愈率，降低死亡率，切实维护妇女健康权益，有效提高妇女健康水平，保障广大妇女的身心健康。



01

两癌筛查的好处

1.有益日常保健。女性定期做好检查，能够很好了解自己的身体状况；能够针对自己的身体健康情况进行护理和保健，从而避免各种疾病的来袭。

2.及早发现潜在疾病。由于女性生殖器官比较隐秘，妇科检查能够借助先进的医疗设备及时检查出女性身体内的隐藏疾病。

3.通过“两癌”筛查，将这两种危害女性健康的癌症尽早地发现和排除，做到早预防、早发现、早诊断、早治疗，降低宫颈癌、乳

腺癌的发病率和死亡率。为了您和家人的身心健康，请及早积极参与“两癌”筛查。

02

哪些人群需要进行“两癌筛查”？

“两癌筛查”的重点人群，指的是35周岁至64周岁的女性朋友，适龄范围之外的女性，也可以根据自身的具体情况，自行安排筛查。

03

多久需要进行一次“两癌筛查”？

一般建议一年一次。

如果本身没有“两癌”高危因素，且连续两次筛查结果均为阴性，亦可考虑延长至二年一次。但如果存在“两癌”高危因素，或检查中出现癌前病变，则应该将筛查周期更改为半年一次。

“两癌”高危人群，需要更早开始进行筛查吗？

专家推荐，免疫力低下的人群，如果在21岁后有了性生活，就开始有规律地进行宫颈癌筛查，有乳腺癌、乳腺癌易感基因突变，家族史的患者，建议20岁就开始做筛查。

04

“两癌”中乳腺癌的高危因素是什么？

- 1.有乳腺癌家族史，特别是BRCA1\BRCA2携带者；
- 2.既往有乳腺良性肿瘤史，如乳腺导管和小叶的不典型增生；
- 3.未婚或婚后不孕，初次生产年龄大，产后不哺乳或哺乳时间过长的女性；
- 4.月经初潮 < 12岁、绝经在55岁以后或行经大于45年；
- 5.进食过量的动物脂肪，营养过剩、肥胖、绝经后体重超重；有不良膳食结构，如过度食用高糖、高脂、低纤维食物；
- 6.常使用激素类药物或化妆品；
- 7.有放射史以及不良生活方式，如吸烟等；
- 8、反复发生乳头溢液或乳头糜烂的女性。

05

“两癌”中宫颈癌的高危因素是什么？

- 1.患有性传染病者；
- 2.多个性伴侣、初次性生活 < 16岁者；
- 3.初潮过早、早婚多孕多产、初产年龄小、多次人流者；
- 4.宫颈不典型增生者；
- 5.口服避孕药、吸烟、营养不良、卫生条件差也可影响疾病的发生；
- 6.高龄产妇。

06

无症状的健康女性需要参加“两癌筛查”吗？

需要。所谓筛查，其实是针对无自觉症状、自认为是健康人群的检查，无论有否自觉症状，都建议定期进行相关检查。

那么，接种了HPV疫苗还需要宫颈癌筛查吗？

答案是：需要



与人类生殖系统并列相关的HPV

有四十几种类型

目前，没有一种疫苗可以预防所有感染

所以，即使接种了HPV疫苗

也要进行HPV+TCT联合筛查

“两癌筛查”的项目有哪些？

“两癌筛查”的检查项目主要分为两个部分：

①宫颈癌筛查：妇科常规检查、白带常规、液基细胞学检查（TCT）、人乳头瘤病毒(HPV)定量+分型（HPV16或18型阳性直接做阴道镜）；如发现异常人群进一步行阴道镜检查、组织病理学检查。

②乳腺癌筛查：乳腺视、触诊和彩超检查。乳腺彩超检查异常人群，进行乳腺钼靶检查以及乳腺磁共振检查。

“两癌筛查”的注意事项？

- 1.进行宫颈癌筛查前3天内避免阴道冲洗、性生活及阴道内给药。
- 2.避开月经期，应于月经完全干净至少3天后方能参加检查。
- 3.取样前48小时内不同房。
- 4.取样前请勿憋尿。
- 5.检查前阴道不进行醋酸或碘液涂抹。

预防措施

- 1、保持良好的生活习惯，注意卫生，洁身自爱
- 2、勤运动，增强自身免疫力
- 3、注意饮食，多摄取丰富纤维素的食物，注重营养均衡

敲重点

癌症不可怕，筛查是关键!!!

希望全社会都来关心妇女“两癌”筛查

关爱女性健康

为了自身健康和家庭幸福

广大适龄妇女更应增强自我保健意识

主动参加“两癌”筛查

让自己远离病痛!



文章作者：健康管理中心 陈薪宇

精选留言

暂无...