



# 重要行动。 重要影响。

## 癌症筛查为什么很重要？

据美国癌症协会预计，2024 年将有约 611,720 人死于癌症。<sup>1</sup> 定期筛查对于发现某些早期癌症并掌控个人健康而言非常重要，而这些癌症最有可能在早期得到成功治疗。<sup>1</sup> 了解美国癌症协会建议进行什么筛查测试、您应当何时进行筛查，并与医务人员讨论您的最佳筛查计划。

### 您知道吗？

通过筛查及早发现癌症，可以**降低**结直肠癌、乳腺癌、宫颈癌、肺癌以及前列腺癌症的**死亡率**。<sup>1,2</sup>

– 美国癌症协会

## 什么是癌症筛查周？

癌症筛查周是由 Genentech、美国癌症协会和 Optum 发起的一项公共健康倡议，旨在提高对早期发现某些癌症的筛查益处的认识。这项在全国范围内开展的协作倡议，旨在提高人们对推荐癌症筛查的认识，于每年 12 月的第一个完整周内举行。

## 我该如何参与？

- 请访问 [www.CancerScreenWeek.org](http://www.CancerScreenWeek.org)，了解更多关于癌症筛查可能拯救生命的好处，并下载实用资源，用于与医疗专业人士交谈。
- 传播关于“癌症筛查周”的信息，并加入我们的集体努力，助力从癌症中拯救生命。

## 谁应该接受癌症筛查？

筛查是指在没有症状的人身上发现癌症的检测和检查。提早检测意味着比等待症状出现更早发现和诊断癌症。筛查增加了提早发现某些癌症的机会，因为此时这些癌症可能更容易治疗。<sup>1,2</sup> 了解美国癌症协会推荐的筛查检测，从而向您的医疗保健提供商咨询适合的筛查计划。<sup>3,4</sup>

## 乳腺癌

早期发现的乳腺癌较小且未扩散，更容易成功治疗。定期进行筛查检测是早期发现乳腺癌的最可靠方法。<sup>2,3</sup>

- ✓ 40 至 44 岁的有患上乳腺癌的平均风险的女性如果愿意的话，应该选择开始每年通过乳房 x 光检查进行乳腺癌筛查。
- ✓ 45 至 54 岁的女性应该每年接受乳房 x 光检查。
- ✓ 55 岁及以上的女性可以变为每两年进行一次乳房 x 光检查，或者可以继续每年进行一次筛查。
- ✓ 只要女性健康状况良好，并且预期后续寿命超过 10 年或更长，筛查就应继续进行。
- ✓ 大多数高危女性应在 40 岁前开始进行核磁共振 (MRI) 和乳房 x 光检查的筛查，并且只要身体健康，就应坚持下去。<sup>1</sup>

## 宫颈癌

HPV 检测能发现最有可能导致宫颈癌的 HPV 感染。它可以作为原发性 HPV 检测（单独）或与巴氏试验（共检）同时进行。巴氏涂片检测能检查子宫颈细胞，用于发现癌症和癌前病变。<sup>4</sup>

- ✓ 处于平均风险的有子宫颈的人应该在 25 岁开始宫颈癌筛查。
- ✓ 25-65 岁的人群应每 5 年进行一次原发性 HPV 检测。
- ✓ 如果原发 HPV 检测不可用，可以每 5 年进行一次共检（HPV 检测结合巴氏试验）筛选，或每 3 年单独进行一次巴氏检测。
- ✓ 年龄超过 65 岁，过去 25 年内没有 CIN2+ 病史、过去 10 年定期筛查且最近一次筛查时间在 5 年内的，不应进行宫颈癌检测。CIN2+ 是指子宫颈表面中度异常的细胞，通常由某些类型的 HPV 引起。<sup>5</sup>
- ✓ 已接种 HPV 疫苗的成年人仍然应当遵循这些指南。
- ✓ 除非是因为癌症或癌前病变而进行了手术，否则那些做过全子宫切除术（切除子宫和子宫颈）的人应该停止筛查。做过子宫切除术而没有切除子宫颈的人应该继续遵循这些指南。<sup>4</sup>

## 结直肠癌

通过定期筛查，结直肠癌通常可以预防或在早期发现，而此时它可能更容易治疗。<sup>2,6</sup>

- ✓ 所有处于平均风险的人都应在 45 岁开始定期进行结直肠癌筛查。
- ✓ 有多种有效的检测，包括目视检查（结肠镜检查、计算机断层扫描结肠成像、乙状结肠镜检查）、在家粪便检测，以检查异常的粪便 DNA 或血液。<sup>3</sup>
- ✓ 有更高风险的人群可能需要在更年轻的时候开始筛查，并更频繁地进行筛查，或进行特定的检测。<sup>3</sup>
- ✓ 如果某人选择采用结肠镜检查之外的检测方法进行筛查，则任何异常的检测结果应及时采用结肠镜检查进行复检。<sup>3</sup>

## 肺癌

对于符合特定标准的肺癌高危人群，年度低剂量计算机断层扫描（LDCT）的肺癌筛查是一种选项。年度 LDCT 筛查的主要好处是降低死于肺癌的风险。<sup>2,3</sup>

- ✓ 推荐 50-80 岁吸烟或过去吸烟且烟龄 20 年的人接受肺癌筛查。<sup>7</sup>

## 皮肤癌

任何人都可能得皮肤癌。虽然美国癌症协会没有皮肤癌的筛查指南，但每个人都应该了解自己的皮肤。定期检查皮肤有助于在早期发现许多皮肤癌，因为此时它们更容易治疗。<sup>2</sup>

- ✓ 许多健康专家建议每个人都应检查自己的皮肤，最好每月一次。这有助于人们知道自己皮肤上的痣、斑点、雀斑和其他印记的模式，从而他们可以发现和报告变化或新的关切领域。<sup>8,9</sup>
- ✓ 一些医疗保健提供商将皮肤检查作为日常健康检查的一部分。<sup>8,9</sup>
- ✓ 由医务人员定期进行的皮肤检查对皮肤癌风险患病较高的人来说尤其重要，比如免疫力较低的人、有皮肤癌个人病史或较强家族病史的人、以及长有许多不寻常痣的人。<sup>8,9</sup>

## 前列腺癌

目前还不清楚所有男性筛查前列腺癌的益处是否大于风险。男性应该有机会与他们的医疗保健提供商是否接受筛查做出明智决定。<sup>2,3</sup>

- ✓ 从 50 岁开始，处于前列腺癌患病风险平均水平且预计还能活至少 10 年的男性应该与健康专家讨论筛查的利弊。
- ✓ 所有黑人男性或其父亲或兄弟在 65 岁之前患有前列腺癌的男性应该从 45 岁开始与医疗保健提供商讨论筛查的利弊。
- ✓ 有多位家庭成员在 65 岁之前患有前列腺癌的男性应该从 40 岁开始与医疗保健提供商讨论筛查的利弊。<sup>3</sup>

### 参考

1. 美国癌症协会。2024 年癌症事实和数据。参见：<https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/research/cancer-facts-and-statistics/annual-cancer-facts-and-figures/2024/2024-cancer-facts-and-figures-acsc.pdf>。于 2024 年 6 月 21 日访问。
2. 美国癌症协会。癌症预防和早期发现事实与数据 2021-2022；参见：<https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/research/cancer-facts-and-statistics/cancer-prevention-and-early-detection-facts-and-figures/cancer-prevention-and-early-detection-ff-2021-2022.pdf>。于 2024 年 6 月 21 日访问。
3. Smith RA, Andrews KS, Brooks D 等人。2019 年美国癌症筛查：当前美国癌症协会指南和当前癌症筛查问题的回顾。CA Cancer J Clin. 2019。参见：<https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.3322/caac.21557>。于 2024 年 6 月 21 日访问。
4. Fontham ETH, Wolf AMD, Church TR 等人。为平均风险的人进行子宫颈癌筛查：美国癌症协会 2020 年指南更新。CA Cancer J Clin. 2020。参见：<https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.3322/caac.21628>。于 2024 年 6 月 21 日访问。
5. 美国国家癌症研究所 (NCI)。NCI 癌症术语词典。CIN 2。参见：<https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/cin-2>。于 2024 年 6 月 21 日访问。
6. 美国癌症协会。结直肠癌事实与数字 2020 - 2022；2020。参见：<https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/research/cancer-facts-and-statistics/colorectal-cancer-facts-and-figures/colorectal-cancer-facts-and-figures-2020-2022.pdf>。于 2024 年 6 月 21 日访问。
7. 美国癌症协会。基底细胞和鳞状细胞皮肤癌是否能被提早发现？参见：<https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/recommendation/lung-cancer-screening>。于 2024 年 6 月 21 日访问。
8. 美国癌症协会。黑色素瘤皮肤癌是否能被提早发现？参见：<https://www.cancer.org/cancer/basal-and-squamous-cell-skin-cancer/detection-diagnosis-staging/detection.html>。于 2024 年 6 月 21 日访问。
9. 美国癌症协会。是否可以在早期发现黑色素瘤皮肤癌？参见：<https://www.cancer.org/cancer/melanoma-skin-cancer/detection-diagnosis-staging/detection.html>。于 2024 年 6 月 21 日访问。