



社團法人中華民國乳癌病友協會（函）

立案證書字號：內政部台內社字第 0910015369 號
函核准立案

承辦人姓名：蘇玫瑾

Email：chin.tbca@gmail.com

電話：02-2557-8050 分機 218

受文者：國立暨南國際大學

速別：速件

發文日期：中華民國一〇三年十二月二十四日

發文字號：乳協字第一〇三〇八八號

主旨：本會為推廣婦癌防治觀念，促進年輕學子健康觀念，擬至貴縣(市)各大專院校辦理「婦癌防治教育 向下紮根校園宣導講座」，懇請 貴校協助辦理，毋任感荷。

說明：

- 一、本會長期推廣婦癌防治宣導與乳癌病友服務，為提升青年學子對婦癌防治觀念與並期許學子成為新世代「婦癌防治小尖兵」，故於 2012-2015 年推動「婦癌防治教育 向下紮根校園宣導講座」計畫，期至全台各大專院校辦理宣導。
- 二、隨函檢附：1.講座推廣文宣一式。
2. 2012-2014 年婦癌防治教育向下紮根講座成果報告一式。
3.剪報兩篇，供 貴校參考。

正本：國立暨南國際大學

副本：本會秘書處

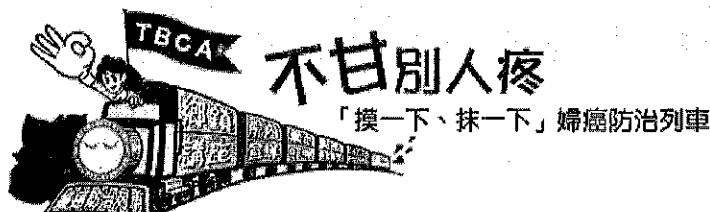
理事長 黃菊秋

103 年 12 月 26 日登收文總字第

1030016555 號



5870-8976



大專院校 婦癌防治校園講座

~敬邀舉辦~

親愛的老師：
您的學生是否知道…

在台灣，平均每 **19** 位女性，終其一生就有 **1** 位罹患乳癌！

30 歲以下的年輕女性，每年約有 **100** 位罹患乳癌!!

有鑒於罹患乳癌的年齡層逐漸下降，自 2012 年起，中華民國乳癌病友協會舉辦「婦癌防治教育~向下紮根講座」，至今共走訪全國近 **80** 所學校，服務 **6,500** 位大學生，改變 **2,600** 位大學生走錯科的觀念，影響上千個家庭，同時也找到 530 多位具有家族史的青年，提升防癌意識。

除了讓大專院校的同學檢視自身飲食和生活習慣對健康造成的影響，也期盼同學隨時關心女性親屬與週遭女性朋友的健康，成為新世代的「婦癌防治尖兵」。

誠摯邀請 貴校
共同參與婦癌防治教育

**危機亦轉機
乳攝是良機!**

持續追蹤檢查的好處：
41歲女性持續三年乳房X光攝影 (左乳房)

2007. 2. 12 → 2008. 1. 28 → 2009. 2. 2

OK OK 有問題! 三聯乳癌防治中心

**免費講座
50分鐘**

時間	主題	執行者
7 分鐘	開場	乳癌病友講師
3 分鐘	乳癌年輕化	
5 分鐘	介紹子宮頸癌	
10 分鐘	介紹乳癌	
5 分鐘	愛護乳房影片	
3 分鐘	愛自己與愛別人	
7 分鐘	馬上行動	衛教小老師
10 分鐘	Q&A	

主辦單位：TBCA 社團法人 中華民國乳癌病友協會
Taiwan Breast Cancer Alliance

補助單位：



婦癌防治教育~向下紮根講座

乳癌為我國女性第一大癌症，每年新增罹癌人數超過 **10,000** 人！
每 **100** 位乳癌病友中，就有 **1** 位發病年齡是在 **30** 歲以下。

多年來乳癌病友行動團隊以「不甘別人疼」的信念，以乳癌病友的角度出發，思考如何提升民眾對乳癌防治的認知，進而提升篩檢意願，促進民眾的篩檢行動。

「預防與教育」是癌症防治的重要課題，也是每個人終生的學習。根據行政院衛生署國民健康局 100 年度癌症登記報告指出，在台灣 **0-34** 歲的乳癌患者中，**55.5%** 是二期以上(含二期)。因此，本會認為婦癌防治教育須推廣至青年，將此議題透過家庭的力量上下傳遞，使青年有意識關注婦癌議題，甚至成為提醒家人進行癌症篩檢的尖兵，增加他們對乳癌防治工作的參與。因此，期望至 **2015** 前完成全國 **160** 所大學的宣導。

本會針對大專院校學生，舉辦「婦癌防治教育~向下紮根」宣導講座，從預防的角度向下紮根，認識自己的乳房，關懷自身的健康與周遭親友開始做起。心動不如馬上行動，邀請 貴校一同共襄盛舉，請馬上預約「婦癌防治教育~向下紮根」講座吧！

竭誠邀請 貴校成為下一個向下紮根講座愛的承辦團體

請填妥下列資料回傳至：(02) 2557-8049 我們會盡快與您聯繫，謝謝您！

2015 年向下紮根宣導講座 場次登記表			
學校名稱		聯絡單位	
宣導日期	月 日	聯絡人姓名	
宣導班級		宣導人數	
連絡電話			
E-mail			
宣導地址			

TBCA 免費提供資源：文宣、教材、講師、衛教小老師、課程模具準備。

承辦學校協助事項：

⌘ 場地提供-2 張桌子作為報到、波霸模具及教材擺放。

⌘ 硬體設備-單槍、投影螢幕、麥克風 2 支、電腦、電腦擴音喇叭，以利課程進行。

⌘ 學生志工-請安排 2 位學生擔任電腦手或協助簽到。

⌘ 學員人數-每場至少 **30** 人，超過 50 人請在報名表註明，以便將增加工作人力。

講座預約聯絡人：TBCA 蘇小姐 聯絡電話：02-2557-8050#218 傳真：02-2557-8049

E-mail：chin.tbca@gmail.com <http://www.tbca-npo.org.tw>



2012-2014 年婦癌防治教育向下紮根講座 成果分享

一、 服務緣起

乳癌是我國婦女第一大癌症，每年新增個案數超過 10,000 人。根據行政院衛生署國民健康局 100 年度癌症登記報告指出，在台灣 0-34 歲的乳癌患者中，55.5%是二期以上(含二期)。「預防與教育」是癌症防治的重要課題，也是每個人終生的學習。乳癌對年輕女性在生理、心理、社會層面的威脅相較於中年女性更多。因此，本會認為婦癌防治教育須推廣至青年，將此議題透過家庭的力量上下傳遞，使青年有意識關注婦癌議題，甚至成為提醒家人進行癌症篩檢的尖兵。本會針對大專院校學生，舉辦「婦癌防治教育~向下紮根」宣導講座，從預防的角度向下紮根，認識自己的乳房，關懷自身的健康與周遭親友開始做起。

二、 服務時間

2012 年 1 月至 2014 年 11 月

三、 服務對象

區域	2012 年-2014 年					
北區	文化大學	台北大學	陽明大學	致理技術學院	黎明技術學院	萬能科技大學
	國立台北科技大學	台灣科技大學	輔仁大學	中華科技大學	明新科技大學	崇右技術學院
	中原大學	臺北城市科技大學	馬偕醫學院	臺北醫學大學	元培科技大學	龍華科技大學
	醒吾科技大學	臺北市立大學	東南科技大學	中國科技大學	經國管理暨健康學院	亞東技術學院
	聖約翰科技大學	黎明技術學院	臺北基督學院	桃園創新技術學院	耕莘健康管理專科學校	玄奘大學
中區	彰化師範大學	建國科技大學	中國醫藥大學	虎尾科大	嶺東科大	台中教育大學
	國立中興大學	嘉義大學	大同技術學院	國立聯合大學	南開科技大學	修平科技大學
	中州科技大學	育達科大	勤益科技大學	中興大學	環球科技大學	稻江科技暨管理學院
南區	高雄醫學大學	高雄第一科技大學	高雄應用科技大學	高美醫護管理專科學校	國立臺南護理專科學校	敏惠醫護管理專科
	南台科技大學	美和科技大學	嘉南藥理科技大學	樹人醫護管理專科	陸軍軍官學校	輔英科技大學
	育英醫護管理專科學校	屏東教育大學	屏東大仁科大	南華大學	吳鳳技術學院	國立高雄大學
	高雄海洋科技大學	高雄高苑科大	實踐大學高雄校區	屏東大學	嘉義體育大學	
東區	國立台東專科學校	樹德科技大學	慈濟大學	東華大學	大漢技術學院	宜蘭大學
離島	澎湖科技大學	金門大學				

四、 服務成果

2012-2014 年度在 79 所大學共辦理 83 場講座，服務超過 6,497 位大學生，回收有效問卷共 5,173 份，其中 10% 的同學家族中有親屬罹患婦癌。透過問卷前後測比對同學們在講座服務後的改變：

認知層面

- (1) 講座結束後，4,549 位學生知道乳房問題要看一般外科或乳房外科。
- (2) 講座結束後，5,010 位的同學記得降低罹癌風險的健康飲食策略(多吃十字花科蔬菜與 Omega-3 脂肪酸)。
- (3) 講座結束後，3,942 位的同學記得現行的婦癌篩檢政策(兩年一次乳房攝影、每年一次子宮頸抹片檢查)。

意願層面

- (1) 講座結束後，4,970 位的同學願意鼓勵女性親友定期篩檢。
- (2) 講座結束後，1,336 位同學有意願收到後續的健康訊息。
- (3) 講座結束後，有 214 位大學生有意願擔任志工。

行動層面

2012 年 10 月，來自 9 所大學的 22 位大專志工參與國際乳癌防治月(Pink October)，協助推廣乳癌防治活動。2013 年 6 月，來自 16 所大學的 22 位青年參與第一屆青年使命營隊，同年 10 月，來自 8 所大學的 9 位同學，擔任乳癌防治攤位志工，以及街頭募款志工。2014 年 7 月，來自 20 所大學的 27 位青年參與第二屆青年使命營，其中 4 位青年曾參與第一屆青年使命營，擔任小隊輔角色。

五、 總結

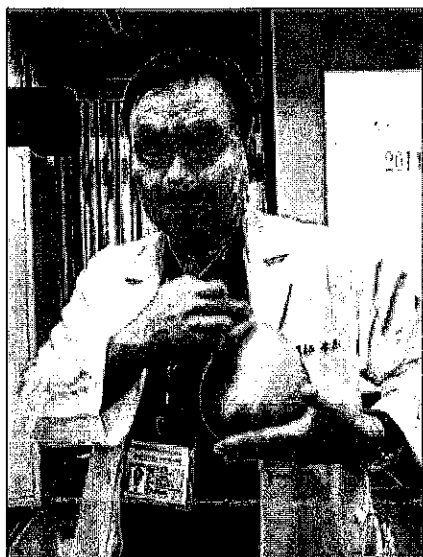
婦癌防治教育向下紮根是改善台灣女性健康基礎必要的工程，幫助將近 2,800 位青年改善他們對乳癌就醫科別的錯誤認知，同時也透過進入校園幫助 10% 具有家族史的高危險群青年。2,800 位青年代表 2,800 個家庭，不論性別，在同學人生往後的二十、三十、四十年，他們都會是家庭、家族中的婦癌防治種子。

婦癌防治教育向下紮根講座是 4 年期計畫，如同大學 4 年畢業一般，期望 2015 年底前走訪全台 160 所大學。感謝 貴校重視青年健康，誠摯邀請您一同舉辦！

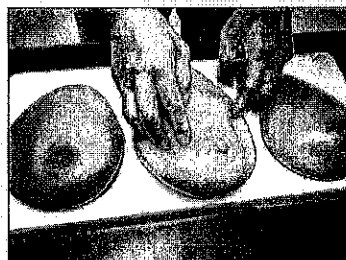
2014-10-17

記者湯世名／彰化報導

28 歲的小芳（化名）5 年前意外摸到左側乳房有一個 2 公分的硬塊，切片證實是惡性腫瘤，術前檢查時又發現右乳也有腫瘤，所幸她求生意志堅強，切除腫瘤後定期追蹤；不料日前又發現左側腋下淋巴癌細胞復發，再次接受手術切除病灶，目前正接受化學藥物治療及標靶藥物治療。



▲女性朋友自我檢查乳房不可少，更要定期到醫院作超音波等儀器檢查保健康。（記者湯世名攝）



▲乳房皮膚凹陷，不排除有病變的可能，不能輕忽。（記者湯世名攝）

彰濱秀傳醫院醫療副院長李岳聰指出，從民國 92 年起，乳癌成為台灣女性第一好發的癌症，目前台灣乳癌的發生率在亞洲僅次於新加坡，好發年齡層在 40 至 55 歲，但近年來年輕患者有增加的現象，尤其是未婚、兩側性乳癌的發生率，值得注意。小芳的姑媽和姊姊均因乳癌過世，因此小芳特別謹慎小心，洗澡時都會自我檢查，5 年前自我檢查發現雙乳罹患乳癌一期，因此接受兩側乳房保留式手術及化療、放療和抗荷爾蒙等治療。

小芳的男友陪著她走抗癌路，不僅抗癌成功後結婚，也喜獲一女，不料日前左側腋下淋巴癌細胞復發，她再次接受手術，切除病灶，目前正接受化療及標靶藥物治療。李岳聰提醒，乳癌患者中，有家族史的比率約佔 5%至 10%，年輕女性患者中，也有一小部份是同時或先後兩側乳房都罹患，提醒年輕女性，若家族中有人罹患乳癌，最好從 20 歲起，就接受乳房超音波及請乳房外科醫師協助確定診斷檢查。

乳房 X 光攝影及乳房超音波，可偵測出觸診無法發現的零期或第一期乳癌，方可進一步降低死亡率，經由適當治療，早期乳癌的 10 年存活率可高達 80%，零期乳癌甚至接近 100%。

防治乳癌除了定期篩檢，養成規律的運動習慣、減少動物性脂肪攝取、戒菸戒酒、控制體重也很重要。

乳癌患者 今年恐破1

乳癌防治調查：7成大學生不知定期檢查該找那一科 1成認乳癌不會

別，中華民國乳癌病友協會理事長黃菊秋

認為，大學生對乳癌防治的正確認知明顯不足。

黃菊秋引用衛生署統計資料指出，30歲以下乳癌患者人數逐年增加，民國100年達到97人的歷史新高，今年很可能突破100人，讓人憂心。

吸菸+壓力=危險因子

振興醫院腫瘤外科主任常傳訓表示，5%乳癌患者有家族遺傳史，她們往往會在較年輕時罹患乳癌。但他強調，乳癌並非單一危險因子的疾病，雖有一半患者和內分泌有關，另有一半則可能來自於其他因素。

常傳訓認為，吸菸及壓力是導致乳癌年輕化的幾個主要原因。歐美的乳癌好發年齡一般是55~65歲，台灣提前10年，有些患者甚至30歲上下就罹癌，多少和這些危險因

子有關。

男性也可能罹患乳癌

為了提醒年輕人及早防範乳癌的威脅，黃菊秋表示，未來幾年裡，中華民國乳癌病友協會不但將走遍校園，且不分男女，都納為宣導對項。她強調，男性也有千分之一罹患乳癌的機率，若能把他們訓練為種子部隊，將有助於全家的乳癌防治，成效也會更好。

衛生署國民健康局長邱淑婕指出，去年國建局篩檢發現，45~69歲婦女中，每篩檢170位，就會找到1位乳癌患者，效益相當高。至於兩年篩檢率，也從民國99年的21.6%上升至100年的29.5%，預期今年將可達到31%。

她強調，台灣醫療與篩檢技術相當進步，若能藉由早期篩檢、早期治療，台灣的早期乳癌治療率高達97.3%、一期乳癌的5年存活率也可達95.5%。