



佛 · 教 · 慈 · 濟 · 綜 · 合 · 醫 · 院

Salam Bahagia
Badan Sehat Aman Sejahtera

敬祝您
身體健康 平安吉祥

Rumah Sakit Budha Terpadu Tzu Ch
佛 教 慈 濟 綜 合 醫 院

Saluran Telepon hot pelayanan kesehatan
各院區健康諮詢專線：

Rumah Sakit Pusat Hua Lian花蓮總院 (03) 8562016

Rumah Sakit Cabang Taipei台北分院 (02) 66289779~2236

Rumah Sakit Cabang Tai Zhung台中分院 (04) 25368069

Rumah Sakit Cabang Da Lin大林分院 (05) 2648333

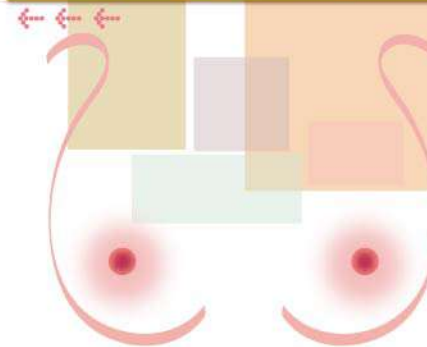
Web site: <http://www.tzuchi.com.tw>

大林慈院97.07.14修訂

E8R2876707-01

Mengenal pencegahan kanker payudara

乳癌防治簡介



中印文

目 錄

Apakah yang disebut kanker-- 什麼是癌？	P 1
Siapa saja yang mudah ----- terkena kanker payudara 那些人容易得到乳癌？	P 3
Indikasi kemungkinan ----- terkena kanker payudara 可能是乳癌的前兆	P 4
Cara pencegahan----- 預防方法	P 6
Pengobatan kanker payudara - 乳癌治療	P 9
Pemeriksaan lanjutan----- 追蹤檢查	P 10

Apakah yang disebut kanker

什麼是癌？

- 1 Kanker bisa terjadi karena tubuh tidak kuasa mengendalikan perkembangan sel abnormal yang membiak secara cepat, sehingga merusak fungsi sel normal, suatu penyakit yang dapat mengakibatkan kematian.

癌症是因身體無法控制的不正常細胞持續的成長，而破壞了正常細胞導致功能喪失，使個體死亡的疾病。

- 2 Penyakit kanker dalam 10 besar penyebab kematian di negeri ini, kini menduduki tempat pertama, pada setiap 5 orang kasus kematian, salah satu adalah akibat kanker.

癌症佔目前我國十大死亡原因的第一位，每五位死亡個案中就有一位死於癌症。

1

- 3 Sekalipun penyakit kanker menakutkan, tetapi beberapa kanker dapat ditemukan secara dini, dideteksi secara dini, dan pengobatan tepat pada waktunya; kanker payudara merupakan 1 jenis kanker yang mampu diketahui dengan dini.

癌症雖可怕，但有一些癌症是可以早期發現、早期診斷，和及時治療。且治癒率機會很大；乳癌就是癌症中可以早期發現治療之其中一種。

- 4 Bila timbul keraguan terkena penyakit kanker, sekali-kali jangan mempercayai sembarang pendapat yang tidak bertanggungjawab atau dokter tidak berkompeten atau mengikuti pengobatan serampangan, harus berobat ke rumah sakit dengan fasilitas peralatan memadai, agar terhindar dari

2

keterlambatan waktu dan kesempatan.

如有可疑癌症，千萬不要隨便聽信偏方、密醫、胡亂治療，應到設備較完善的醫院去就醫，以免延誤時機。

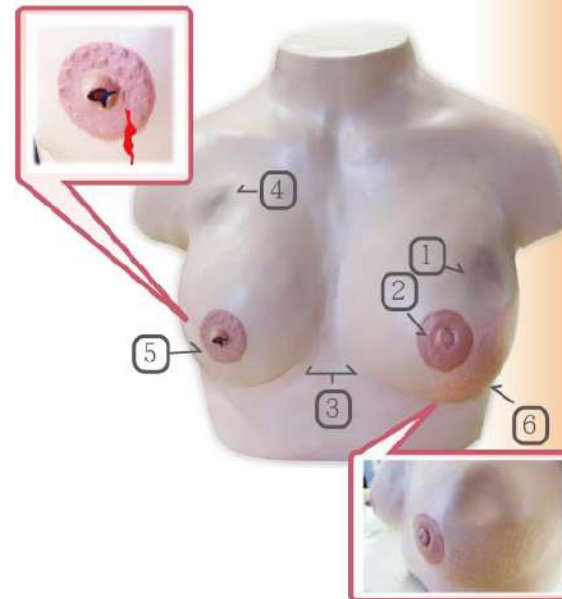
Siapa saja yang mudah terkena kanker payudara 那些人容易得到乳癌？

- 1 Anggota keluarga yang berkelamin wanita pernah terkena kanker payudara.
家族中曾有女性直系血親得過。
- 2 Dahulu pernah menderita tumor payudara jinak atau kanker payudara.
以前乳部曾患良性瘤或乳癌者。
- 3 Belum pernah hamil atau setelah usia 35 tahun lebih baru melahirkan anak pertama.
未曾生育或大於35歲以上才生第1胎者。

3

- 4 Terlambat menopause atau terlampau gemuk.
太晚停經或肥胖者。
- 5 Perempuan di atas 35 tahun.
35歲以上婦女。

Indikasi kemungkinan terkena kanker payudara 可能是乳癌的前兆



- 1 Payudara berubah bentuk.
乳房變形。

4

- 2 Pada bagian puting payudara timbul benjolan.
乳頭有凹陷。
- 3 Besar kedua payudara tidak sama.
兩邊乳房大小高低不一樣。
- 4 Terdapat pembesaran pada bagian payudara atau di bawah ketiak.
乳房或腋下有腫塊。
- 5 Puting payudara mengeluarkan darah, meradang atau mengeluarkan cairan tidak semestinya.
乳頭有出血、發炎或有不正常分泌物。
- 6 Kulit payudara seperti kulit jeruk.
乳房的皮膚有如橘樣皮膚。

Cara pencegahan 預防方法

- 1 Setiap bulan rajin memeriksa diri membuat pemeriksaan payudara diri.
每月做乳部自我檢查

Waktu: Bagi wanita belum menopause, pemeriksaan dilakukan pada hari ke 7, dihitung setelah saat menstruasi; bagi wanita sesudah menopause, pemeriksaan dilakukan setiap tanggal satu.

時間：停經前婦女，月經開始後第七天；停經後婦女，每月初一檢查。



Caranya 方法:

Mulai dari bawah ketiak, gunakan ujung jari membuat gerakan melingkar meraba ke bawah, sampai menyentuh sisi rusuk, lalu menyusur ke dalam satu jari, meraba ke atas hingga tulang rusuk, selanjutnya beralih melintang satu jari, mengulang gerakan meraba turun sampai mencapai rusuk, demikian seterusnya meraba naik ke atas turun lagi ke bawah sekitar 10 - 16 gerakan lurus, sehingga seluruh dada bagian depan teraba semua. Terakhir

7

pencet puting susu, lihat apakah ada cairan sekresi abnormal yang keluar.

從腋下開始，用指尖做小圓圈的動作向下觸摸，直到摸到肋旁，跟著向內移動一手指位，向上觸摸到肋骨，再向橫移一手指位，向下觸摸到肋骨如此一行上一行下的觸摸用十至十六直行方式，將前胸完全觸摸過。最後擠壓乳頭，看有無異常分泌物。

- 2 Bila terdapat kelainan, harus secepatnya memeriksakan diri pada dokter bedah atau dokter spesialis Thorax.

如發現有不正常的改變，應儘早去一般外科門診或乳房外科就診。

- 3 Bersama dokter membahas cara pencegahan kanker payudara, dan mau menerima usul dari mereka.

與醫師討論乳癌預防方法，並接受專家之建議。

8

- 4 Secara teratur memeriksakan payudara pada dokter bedah, kalau perlu melalui pemeriksaan mamography atau USG.

定期到一般外科門診做乳部檢查，必要時並接受乳房攝影或超音波檢查。

Pengobatan kanker payudara 乳癌治療

- Dengan cara operasi.
開刀。
- Melalui penyinaran atau radiasi.
放射線治療。
- Kemoterapi.
化學藥物治療。
- Pengobatan hormon.
荷爾蒙治療。

Pemeriksaan lanjutan 追蹤檢查

Pada umumnya kanker payudara setelah 5 tahun operasi akan kambuh kembali, maka sebaiknya dalam jangka waktu tersebut setiap bulan melakukan pemeriksaan lanjutan secara teratur.

乳癌經常在開刀治療後五年內再發，在這一段期間內應每個月定期接受追蹤檢查。