

依規定
打疫苗

細嚼
慢嚥

少油
少鹽

早睡
早起

多運動

多喝水

維護身體健康

你

少做了什麼？

戒糖

少熬夜

均衡
飲食

心情
愉快

戒菸
檳

癌症
篩檢

乳房攝影檢查	子宮頸抹片檢查	糞便潛血檢查	口腔黏膜檢查
<ul style="list-style-type: none"> ❶ 45~69歲女性 ❷ 40~44歲二等血親內曾患有乳癌之女性 	30歲以上(有性行為)之女性	50~75歲民眾	<ul style="list-style-type: none"> ❶ 30歲以上有嚼檳榔(含已戒檳榔)或吸菸民眾 ❷ 18歲以上有嚼檳榔(含已戒檳榔)原住民
每2年一次	建議每3年一次	每2年一次	每2年一次

政府補助**免費四癌篩檢**，請定期接受檢查，早期發現早期治療！
詳細資訊請洽詢各地衛生局或醫療院所(檢查請攜帶健保卡)。

