

癌症篩查智慧 | 2025-26

宣傳 指南



Maimonides
Health

Maimonides
Cancer Center

	宮頸癌 & 子宮內膜/卵巢癌.....	4
	乳癌.....	6
	肺癌.....	8
	大腸癌.....	10
	攝護腺癌.....	12
	皮膚癌.....	14
	糖尿病和癌症風險.....	16
	肥胖和癌症風險.....	17
	酒精和癌症風險.....	18
	吸煙/電子煙和癌症風險.....	19
	Maimonides 初級保健.....	20
	讓我們一起掌握放映的動態.....	22

為什麼選擇 Maimonides 進行癌症篩檢

您的健康很重要，早期發現可以挽救生命。在 Maimonides Health，我們的醫生會傾聽、清晰解釋，並使用最新工具及早發現癌症。無論是您的第一次篩檢還是定期檢查，我們都會在每一步為您提供富有同情心的關懷。

Maimonides Cancer Center 是布魯克林第一家獲得完全認可的癌症中心，以卓越的護理而聞名。我們的專家團隊通過我們認可的 Breast Center、Breast Imaging Center of Excellence 和 Prostate Center 提供先進的微創治療。

為什麼篩查很重要

癌症可以默默生長。篩查可以幫助您在感覺到任何症狀之前發現疾病。以下是一些有助於及早發現問題的常見測試：

結腸鏡檢查（結腸癌）

低劑量電腦斷層掃描 (Computed Tomography, CT) 掃描（肺癌）

乳房 X 光檢查（乳癌）

巴氏試驗（宮頸癌）

並非每個人都需要相同的測試。年齡、性別、家族健康史及日常習慣，是決定個人適合測試項目的重要依據。

您應該接受什麼篩查以及何時進行？

知道何時開始篩查可能會令人困惑。以下是按年齡組劃分的簡單指南，可幫助您確定要考慮哪些測試：

年齡 25+

宮頸癌

皮膚檢查

年齡 40+

乳癌

大腸癌

攝護腺癌

年齡 50+

肺癌

與您的醫生討論哪些篩查適合您以及多久安排一次篩查。



快速評估服務

Maimonides Cancer Center 提供快速評估服務 (Rapid Assessment Service, RAS)，為疑似癌症診斷的患者提供緊急諮詢和檢測。

- RAS 在提出要求後的兩個工作日內提供預約。有些患者甚至可能在當天或第二天就診。
- Maimonides Cancer Center 的專家團隊將協調加急檢查。診斷後，團隊會安排與適當的癌症專家預約諮詢。

宮頸癌

常規檢查使我們能夠及早發現宮頸癌。如果您年滿 25 歲並且有子宮頸，您應該開始篩查。

您有幾個測試選項，具體取決於可用的選項和您的歷史記錄：

共同檢測（每 5 年進行一次人類乳突病毒 (Human Papillomavirus, HPV) 和巴氏試驗

HPV 檢測（建議每 5 年進行一次）

單獨進行子宮頸抹片檢查（每 3 年一次）

誰還應該接受篩查？

如果您因癌症以外的原因接受了切除子宮頸的手術，您可能不需要進行篩查。

即使您接種了 HPV 疫苗，您仍然需要定期篩查。

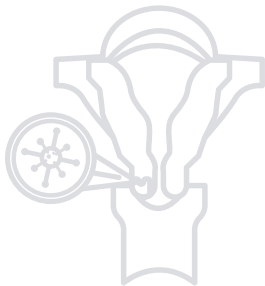
宮頸癌危險因素

如果您出現以下情況，您可能更有可能患宮頸癌：

- 未定期進行巴氏試驗或 HPV 檢測
- 曾患過 HPV 或尖銳濕疣
- 患有艾滋病毒 (Human Immunodeficiency Virus, HIV) 或免疫系統較弱
- 抽香煙
- 初次發生性行為年齡較小，或有很多伴侶

更年期和癌症風險

Maimonides 更年期中心在更年期及以後為您提供支持。生命中的這段時間會給您的身體和荷爾蒙帶來變化，這可能會增加您患癌症的風險。我們的團隊透過根據您的需求量身定制的定期篩檢和護理，幫助您了解這些變化、管理症狀並掌握您的健康狀況。



子宮內膜/卵巢癌

子宮內膜癌始於子宮內膜（子宮）。卵巢癌始於卵巢。兩者都是生殖系統的一部分，很難及早發現。由於沒有常規篩查測試，因此了解要尋找什麼並傾聽身體的聲音非常重要。

子宮內膜癌症狀

子宮內膜癌可能會引發一些變化，而這些變化您可能及早察覺。這些是常見的跡象：

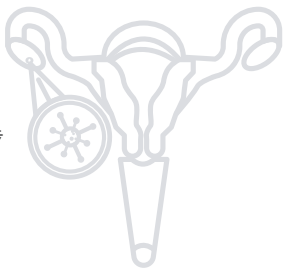
- 非正常的出血或點滴出血
- 性交時出現疼痛
- 下腹部疼痛或有壓迫感

卵巢癌症狀

卵巢癌一開始可能不會引起症狀，或者這些症狀可能看起來像常見的胃病。症狀包括：

- 腹部腹脹或腫脹
- 很快就有飽腹感
- 需要更頻繁地小便或感到膀胱受壓
- 腹部或下背部疼痛

如果您有任何這些症狀或您的家族患有癌症，請諮詢您的醫生。他們可以幫助您決定下一步要採取的步驟。



婦產科專科女性 & 健康 (OB/GYN Specialties & Women's Health)

要安排預約，請掃描二維碼，
致電 (718) 283-7979，或訪問 maimo.org/obgyn

更年期中心 (Menopause Center)

要安排預約，請掃描二維碼，
致電 (718) 283-9044，或訪問 maimo.org/menopause

婦產科專科
女性 & 健康



更年期中心



乳癌

乳癌可以影響任何人。即使您的家人沒有人患有這種疾病，您仍然可能面臨風險。這就是為什麼定期篩查如此重要的原因——它有助於在問題尚處於更容易治療的階段及早發現。

誰應該接受篩查？

根據您的年齡和風險水平，您可能需要進行不同的篩查。我們一般建議：

從 25 歲開始 – 每年從醫生那裡進行一次乳房檢查。

從 40 歲開始 – 每年進行一次乳房 X 光檢查。

如果您有較高的風險（例如乳癌或卵巢癌家族史），請諮詢您的醫生，儘早開始或更頻繁地進行檢查。

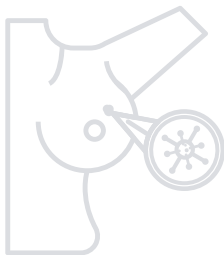
您的醫生可以幫助制定適合您的需求和病史的計劃。即使您感覺良好，這些篩查也會發現您可能沒有注意到的變化。

測試選項

乳房 X 光檢查是一種特殊的 X 光檢查，可以讓醫生觀察乳房內部。它可以在您感覺到任何症狀之前發現癌症的跡象。如果您有症狀，您的醫生可能會要求進行診斷性乳房 X 光檢查，以便更仔細地觀察。如果您發現以下情況，請告訴您的醫生：

- 乳房或腋下出現新腫塊
- 乳頭溢液不正常
- 乳房某一區域疼痛
- 皮膚變化，如酒窩狀凹陷或發紅

如果感覺不同，請不要等待。
告訴您的醫生並要求進行檢查。



什麼是緻密乳房？

大約一半的女性乳房緻密，這意味著組織更厚，脂肪更少。

緻密的乳房會使在乳房 X 光檢查中更難看到變化，並且可能會略微增加患癌症的風險。如果您的乳房 X 光檢查顯示緻密組織，您的醫生可能會建議其他方法來檢查您的乳房。

定期檢查乳房

定期透過自我檢查來關注乳房狀況非常重要，這有助於了解乳房平時的外觀和觸感，從而及時發現乳房的變化。您不需要遵循嚴格的時間表，但盡量每月進行一次自我檢查。找：

- 大小或形狀的變化
- 腫塊或堅硬區域
- 腋下下腫塊
- 皮膚變化或乳頭異常分泌物

如果您發現出現上述症狀，請不要驚慌，而是與您的醫生預約。

乳癌與遺傳學

由於遺傳基因變化，有些人患乳癌的風險更高，例如 BRCA1 或 BRCA2。如果您的母親、姐妹或其他近親患有乳癌或卵巢癌，請諮詢您的醫生。您也許可以進行基因檢測以更好地了解您的風險。

瑪摩利乳房中心 (Maimonides Breast Center)

要安排預約，請掃描二維碼，致電
(718) 765-2550，或訪問 maimo.org/breastcenter
要了解有關進行乳房自我檢查的更多信息，
請掃描二維碼

瑪摩利乳房中心



乳房自檢卡



肺癌

肺癌是最常見的癌症之一，它可能發生在任何人身上——即使您從未吸煙。但如果您過去吸煙過，您的風險可能會更高。篩查有助於及早發現肺癌，此時肺癌更容易治療。

肺癌一開始通常不會出現症狀。這就是為什麼儘早進行特殊測試很重要。

肺癌危險因素

肺癌的最大危險因素是吸煙，但其他因素包括：

- 肺部疾病的個人或家族史
- 年滿 50 歲
- 經常吸入二手煙
- 暴露於氫氣、石棉或空氣污染

誰應該接受篩查？

如果您出現以下情況，您可能需要進行肺癌篩查：

- 年齡在 50 至 80 歲之間
- 現在吸煙或在過去 15 年內戒菸
- 每天吸一包煙 20 年或更長時間（20 包年歷史）

如何計算包年

將您每天吸煙的包數乘以您吸煙的年數。

例如，

每天一包，持續 20 年 = 20 包年。

您每天
抽的
包數



X

您吸煙
的年數

=

包年

包年計算器



即使您感覺良好，如果您符合這些準則，諮詢您的醫生也很重要。

什麼是 Low-Dose CT 掃描？

低劑量計算機斷層掃描 (low-dose computed tomography scan, LDCT) 是用於篩查肺癌的測試。它快速、無痛，不需要針頭或特殊飲料。

以下是您可以期待的：

- 掃描會拍攝您肺部的 3D 照片。
- 它使用的輻射比常規 CT 掃描少得多。
- 您靜靜地躺在檢查床上幾分鐘，機器掃描您的胸部。

您的醫生將審查結果並讓您知道接下來會發生什麼。如果掃描顯示異常情況，您可能需要進行更多檢查，但這並不總是意味著癌症。

如何獲得測試

首先與您的醫生交談。需要轉診才能安排低劑量 CT 掃描。獲得推薦後，您可以將其發送給我們：

傳真：(718) 635-6122

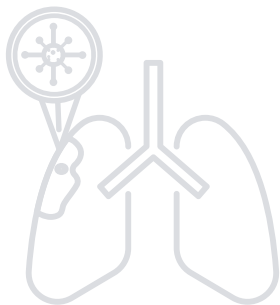
電子郵件：lungscreening@maimo.org

然後致電我們安排您的掃描：(718) 283-2059

去看肺部專科醫生（肺科醫師）

或前往我們的肺結節門診 (Lung Nodule Clinic)，

請致電 (718) 283-8413。



肺癌篩查計劃 (Lung Cancer Screening Program)

要安排預約，請掃描二維碼，致電

(718) 283-2059，或訪問：maimo.org/lungcancer

肺癌篩查計劃



肺癌篩查傳單



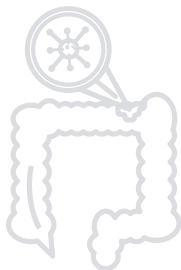
大腸癌

結直腸癌始於結腸或直腸，可以在沒有任何症狀的情況下發展。這就是為什麼篩查如此重要。它可以在小生長物（稱為息肉）發展成癌症之前檢測到它們，有時還會立即將其切除。

結直腸癌的危險因素

如果您出現以下情況，結直腸癌風險可能會上升：

- 年滿 45 歲
- 超重或肥胖
- 缺乏體力活動
- 吃過多的紅肉或加工肉類
- 有大腸癌家族史
- 經常吸煙或飲酒



誰應該接受篩查？

大多數患有結直腸癌的人沒有家族史。篩查通過檢查結腸中的異常生長（稱為息肉）來幫助及早發現問題。如果您有息肉，醫生可以在它們變成癌症之前將其切除。

一般篩查

大多數人應該在 45 歲時開始結直腸癌篩查。但如果您有以下情況，您可能需要更早開始：

- 結直腸癌家族史
- 遺傳性疾病，例如林奇綜合徵或家族性腺瘤性息肉病 (familial adenomatous polyposis, FAP)
- 結直腸癌或某些息肉的個人病史
- 因另一種癌症對腹部或骨盆區域進行了放射治療
- 炎症性腸病（如潰瘍性結腸炎或克羅恩病）

與您的醫生討論您的風險以及何時應該開始篩查。

有哪些不同的測試？

幾種類型的測試可以檢查結直腸癌。您的醫生將幫助您選擇適合您的一種。

基於糞便的測試

這些測試尋找糞便（大便）中是否存在隱血或癌症去氧核糖核酸（Deoxyribonucleic Acid, DNA）。您需要更頻繁地進行這些測試——通常是每年或每隔幾年一次，具體取決於類型。

範例包括：

糞便免疫化學測試（fecal immunochemical test, FIT）

基於愈創木脂的糞便潛血測試（guaiac-based fecal occult blood test, gFOBT）

多靶點糞便 DNA 檢測（multi-target stool DNA test, MT-sDNA）

目視檢查

這些測試允許醫生使用小型相機觀察您的結腸和直腸內部。

結腸鏡檢查 – 檢查整個結腸並可立即切除息肉

乙狀結腸鏡檢查 – 檢查結腸下部

血液測試

這些測試檢查您的血液是否有癌症跡象。如果您無法進行大便或目視測試，它們可能是一種選擇。

如果測試發現異常該怎麼辦？

如果您的測試顯示異常情況，您的醫生可能會建議進行結腸鏡檢查以仔細檢查。這有助於確認發生了什麼以及您是否需要任何治療。

胃腸病科 (Gastroenterology)

要安排預約，請掃描二維碼，

致電 (718) 283-5900，或訪問 maimo.org/coloncancer



攝護腺癌

攝護腺是男性體內的一個小腺體，有助於製造精液。攝護腺癌很常見，通常生長緩慢。如果我們及早發現，治療通常會很有效，而且在許多情況下，您可能不需要立即治療。

誰有患攝護腺癌的風險？

隨著年齡的增長，您患攝護腺癌的機率會增加。如果您出現以下情況，您可能需要提前開始篩查：

- 年齡在 50 歲或以上（大多數男性從 45 歲開始）
- 是非裔美國人或加勒比裔美國人（從 40 歲開始）
- 有父親、兄弟或兒子患有攝護腺癌
- 母親、姐妹或女兒患有乳癌、卵巢癌或其他婦科癌症
- 有遺傳基因變化家族史（如 BRCA1/BRCA2 或林奇綜合徵）

如果其中任何一項適用於您，請與您的醫生討論何時以及如何開始篩查。

如何檢測攝護腺癌？

有幾種方法可以檢查攝護腺癌。您和您的醫生將決定哪些測試適合您。

PSA 驗血 – 該測試會檢查您的血液中是否存在一種稱為攝護腺特異性抗原 (prostate-specific antigen, PSA) 的蛋白質。較高的水平可能是癌症或其他攝護腺問題的徵兆。

直腸指檢 (Digital rectal exam, DRE) – 醫生會用戴手套的手指觸摸直腸，輕輕檢查您的前列腺是否有腫塊或硬點。

影像學 (攝護腺磁振造影 (Magnetic Resonance Imaging, MRI)) – 有時，如果其他測試顯示異常情況，您的醫生可能會要求進行掃描以更好地觀察您的攝護腺。

您需要多久進行一次篩查測試取決於您的 PSA 水平、年齡和總體風險。有些人每隔一到四年進行一次測試。

攝護腺癌有哪些症狀？

大多數患有早期攝護腺癌的男性沒有症狀。這就是為什麼篩查如此重要。其他疾病，例如攝護腺增大或感染，可能會導致攝護腺癌的一些症狀。

如果您有症狀，它們可能包括：

- 感覺您的膀胱未排空
- 白天或晚上尿頻
- 開始或停止排尿困難
- 尿流微弱

如果攝護腺癌擴散到身體的其他部位，您可能會出現以下症狀：

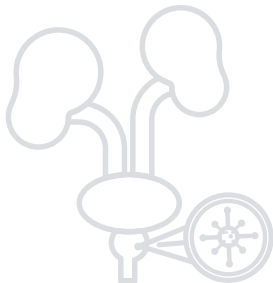
- 尿液中帶血
- 下背部、臀部或胸部疼痛（如果癌症擴散）
- 腿或腳無力
- 體重減輕或疲勞

攝護腺癌的類型

攝護腺癌主要有兩種類型：

侵襲性（快速生長） – 需要快速治療以防止其擴散

惰性（生長緩慢） – 可能不需要立即治療，但醫生可能會密切關注



瑪摩利攝護腺中心 (Maimonides Prostate Center)

要安排預約，請掃描二維碼，

致電 (718) 635-7767，或訪問 maimo.org/prostatecancer



皮膚癌

皮膚癌是美國最常見的癌症類型。它可以影響任何人——無論您的膚色、年齡或背景如何。當我們及早發現皮膚癌時，它通常很容易治療。

皮膚癌的主要類型有哪些？

主要分為三種類型：

基底細胞癌 – 這種類型通常生長緩慢，通常表現為閃亮的腫塊或無法癒合的瘡。

黑色素瘤 – 最嚴重的類型，如果不及早發現，它會迅速傳播。它通常從隨著時間的推移而變化的痣開始。

鱗狀細胞癌 – 它可能看起來像鱗狀紅色斑塊、開放性潰瘍或增厚的皮膚區域。

如何檢查您的皮膚

定期檢查皮膚可以幫助您及早發現變化。使用鏡子或請某人幫助您檢查背部或頭皮等難以看到的區域。通過定期進行皮膚檢查，您將知道什麼對您來說是正常的。若您發現任何令你擔心的狀況，請諮詢您的醫生或皮膚科醫師（皮膚專科醫生）。

以下是需要注意的事項：

- 看起來與其他痣不同的新痣或斑點
- 正在生長、變色或邊緣不均勻的痣
- 無法癒合的瘡
- 發癢、流血或結痂的斑點
- 感覺堅硬或凸起的腫塊或生長物

什麼時候應該去看醫生？

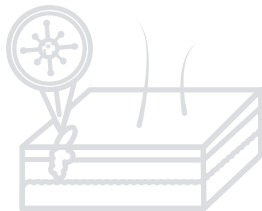
美國癌症協會 (American Cancer Society) 建議：

- 20 至 40 歲的人每三年進行一次全面皮膚檢查
- 對 40 歲以上的人或任何有皮膚癌個人或家族史的人進行年度皮膚檢查

誰患皮膚癌的風險較高？

如果您出現以下情況，您可能面臨更高的風險：

- 以前患過皮膚癌
- 有皮膚癌家族史
- 有某些遺傳基因變化
- 有紅色或金色的頭髮
- 皮膚白皙，容易灼傷或雀斑
- 有很多痣或看起來不尋常的痣
- 長時間曬太陽或曬傷過很多次
- 在戶外工作或生活在陽光明媚的氣候中



如何保護您的皮膚

全年都需重視防曬，而非僅限夏季。您可以通過簡單的習慣來降低風險：

避免曬黑床並限制陽光照射 – 曬黑床是已知的癌症危險因素。限制上午 10:00 至下午 4:00 的陽光照射，此時太陽光線最強烈。

每天使用防曬霜 – 使用防曬係數 (Sun Protection Factor, SPF) 為 30 或更高的防曬霜，可阻擋長波紫外線 (Ultraviolet A, UVA) 和中波紫外線 (Ultraviolet B, UVB) 射線。出門前 30 分鐘塗抹防曬霜，即使在陰天也是如此。使用防水防曬霜，每兩小時重新塗抹一次，如果您正在游泳或出汗，則更頻繁地塗抹。

穿防護服 – 您可以戴寬邊帽、太陽鏡和遮蓋皮膚的衣服。

皮膚科 (Dermatology)

要安排預約，請掃描二維碼，

致電 (718) 283-5700，或訪問 maimo.org/dermatology



糖尿病和癌症風險

什麼是糖尿病？

當您進食時，您的身體會將食物分解成糖（葡萄糖），從而為您提供能量。一種叫做胰島素的激素有助於將糖轉移到您的細胞中。如果您患有糖尿病，您的身體要么無法產生足夠的胰島素，要么無法正確使用胰島素。這會導致糖分在血液中積聚。

主要有兩種類型：

1 型糖尿病 – 身體不產生胰島素。這通常從很小的時候開始。

2 型糖尿病 – 身體不能有效使用胰島素。這更為常見，通常與體重、家族史和生活方式有關。

糖尿病如何增加癌症風險？

當血糖水平長時間保持高位時，可能會對細胞造成損害。這可能增加您患以下癌症的風險：

- 膀胱癌
- 子宮內膜癌
- 乳癌
- 肝癌
- 大腸癌
- 胰臟癌

保持健康的血糖水平有助於降低這種風險。

從何處取得協助

我們經過認證的糖尿病教育和護理專家可以幫助糖尿病患者學習如何有效管理自己的病情。我們提供有關食物和健康飲食的特別建議。請致電 (718) 283-7129 獲取更多資訊。

內分泌暨代謝科 (Endocrinology and Metabolism)

要安排預約，請掃描二維碼，

致電 (718) 283-8505，或訪問 maimo.org/endocrine



肥胖和癌症風險

肥胖如何影響癌症風險？

多餘的體內脂肪會導致荷爾蒙水平、發炎和胰島素水平的變化。這些變化可能有助於癌症在體內生長。肥胖與以下疾病的風險較高有關：

- 乳癌（絕經後）
- 腎癌
- 大腸癌
- 肝癌
- 子宮內膜癌
- 胰臟癌
- 食道癌

沒有一種減肥方法適合所有人。這就是為什麼 Maimonides 提供許多服務來幫助人們找到最適合他們需求的計劃。我們的目標是幫助您取得成功並長期保持健康。

我們如何為您提供協助

您不需要減掉很多體重就能有所作為。即使體重略有下降，從當前體重的 5% 到 10% 不等，也可以改善您的健康並降低患癌症的風險。

完整的專家團隊

我們的團隊共同努力，為您提供最好的護理。這包括以下領域的醫生和專家：

- 減肥（減重）手術
- 消化系統健康（胃腸病學）
- 荷爾蒙（內分泌科）
- 營養指導和膳食建議
- 肥胖藥物和個人減肥計劃
- 心理學（心理健康）

體重管理 (Weight Management)

要安排預約，請掃描二維碼，

致電 (718) 283-6962，或訪問 maimo.org/weightmanagement



酒精和癌症風險

飲酒過多或吸煙會增加患多種癌症的風險。減少或戒菸可以保護您現在和未來的健康。

酒精如何影響癌症風險

酒精會損害身體許多部位的細胞。它與以下癌症有關：

- 乳房（女性）
- 肝
- 結腸和直腸
- 口
- 食道
- 喉

就癌症而言，沒有“安全”的酒精量，但少喝酒有助於降低風險。

多少才算太多？

在美國，一種“標準”飲料含有約 14 克（0.6 盎司）純酒精。美國農業部 (USDA) 膳食指南建議：

- 男性每天喝的酒不應超過兩杯
- 女性每天不應超過一杯



需要解決飲酒問題的幫助嗎？

請諮詢您的醫生或聯繫戒酒互誠協會 (Alcoholics Anonymous)。

戒酒互誠協會 (Alcoholics Anonymous)

Brooklyn Intergroup：(718) 851-3039 <https://brooklynintergroup.org/brooklyn/>
曼哈頓：(212) 870-3400 <https://www.aa.org>

吸煙/電子煙和癌症風險

吸煙/電子煙如何影響癌症風險

吸煙/電子煙是肺癌的主要原因。即使是電子煙也會讓您接觸有害化學物質。煙草與至少 12 種癌症有關，包括：

- 膀胱
- 白血病（某些形式）
- 子宮頸
- 口腔和喉嚨
- 食道
- 胰
- 腎
- 胃

從何處取得協助

戒菸/電子煙並不容易，但可以獲得幫助。

Maimonides Health 關心您和您的家人。通常，戒菸需要多次嘗試。有了正確的支持，您戒菸的可能性就會增加 3 倍。加入我們為期 6 週的綜合計劃，讓我們成為您健康之旅的合作夥伴。

- 每週 6 次向 Maimonides 患者開放的面對面會議
- 訓練有素的煙草治療專家的指導和支持。
- 參與者將接受煙草教育、戒菸輔助工具以及壓力管理和應對工具。



**成人和青少年的
吸煙和電子煙資源**

戒菸熱線

(多種語言)

(866) 697-8487

nysmokefree.com

傳送簡訊「Quit

(退出)」至 47848

亞洲吸煙者戒菸熱線

中文：

(800) 838-8917

韓語：

(800) 556-5564

越南語：

(800) 778-8440

EX計劃 (EX Program)

exprogram.com

文字：DITCHVAPE

至 88709

您比您的癮更強大

煙草治療計劃 (Tobacco Treatment Program)

如需更多資訊或註冊下一個群組電子郵件 quitsmoking@maimo.org

Maimonides 初級保健

Maimonides 為成人和兒童提供全面的護理。無論您是在處理健康問題還是及時了解篩檢結果，您的初級保健醫生都會在每一步為您提供支援。我們幫助您照顧您的家人和您自己，讓您在今天和未來都能感覺最好。

您的醫生是您癌症篩查和整體健康的合作夥伴。他們將幫助您及時了解最新的檢查情況，回答您的問題，並指導您做出明智、健康的選擇。

初級保健醫生可以提供什麼幫助？

我們的初級保健醫生是專家，會將你視為一個完整的個體來治療，而非僅針對症狀。我們協助：

- 健康生活的建議，例如健康飲食、活躍和戒菸
- 情緒和心理健康支持
- 日常健康問題，如感冒、過敏或胃痛
- 新的或持續的疾病，例如哮喘或高血壓
- 如有需要，轉介給專家
- 健康和預防，包括檢查、癌症篩查、免疫接種和處方

簡單、友善的預約

獲得護理應該很簡單。我們歡迎新患者和預約。我們提供：

- 照顧各個年齡段的人，從嬰兒到老年人
- 靠近家的便利位置
- 會說您語言的提供者
- 當日、晚上和週末參觀

成人初級保健

兒科初級保健

瑪摩利初級保健 (Maimonides Primary Care)

要安排預約，請掃描二維碼或

致電：成人 (718) 283-9055，

兒童醫院：(718) 283-7500



MaimoCare 應用程序：您的健康，您的方式

MaimoCare 應用程序可幫助您隨時隨地管理您的健康。

只需輕點幾下，您就可以：

- 預約或變更約會
- 選擇您喜歡的語言 - 阿拉伯語、孟加拉語、中文、克里奧爾語、海地語、希伯來語、波蘭語、俄語、西班牙語、烏爾都語、烏茲別克語或英語
- 使用抵達前表格與我們的 Bay Ridge 應急部門聯繫，提醒團隊您正在路上
- 預約前填寫表格
- 向照護團隊發送訊息
- 搜尋提供者目錄
- 查看您的測試結果
- 在線查看和支付賬單



下載並註冊 MaimoCare 應用程序

1. 掃描二維碼或訪問 maimocare.org 將應用程序下載到您的移動設備或從任何台式計算機註冊。
2. 點擊“立即註冊 (Register Now)”並使用您的電子郵件地址和電話號碼註冊。



使用 MaimoCare 的按需虛擬護理

只需 49 美元，您就可以足不出戶為成人和兒童提供視頻訪問和 24/7 按需虛擬護理。使用您現有的 MaimoCare 帳戶或註冊。

帳戶支援

致電我們的數字健康支持團隊：電話：(718) 283-2244

讓我們一起掌握放映的動態

您不必獨自管理自己的健康。篩查是及早發現問題的最佳工具之一，甚至在您開始感到不適之前。在 Maimonides Health，我們通過定期測試、輕鬆獲得護理以及明確回答您的問題來幫助您保持領先地位。

篩選清單

通過跟踪您推薦的篩查來掌握您的健康狀況。使用此清單保持井井有條並與您的醫生討論下一步行動。



乳癌

從 40 歲開始每年進行乳房 X 光檢查



宮頸癌

從 25 歲開始進行 HPV 或巴氏試驗



大腸癌

從 45 歲開始進行糞便檢查或結腸鏡檢查



肺癌

如果您年齡在 50-80 歲之間並且有吸煙史，請進行低劑量 CT 掃描



攝護腺癌

與您的醫生討論從 45 歲開始進行檢測（或根據風險更早）



皮膚癌

每 1-3 年進行一次全面皮膚檢查，具體取決於您的年齡和病史

您的健康之旅是個人的，我們隨時為您提供從檢查到後續檢查的每一步。當您在篩查中保持領先地位時，您就朝著保持健康邁出了強有力的一步。

[illegible]

[illegible]

[illegible]

每一步都
與您同在。



Maimonides
Health

Maimonides
Cancer Center

maimo.org/cancer