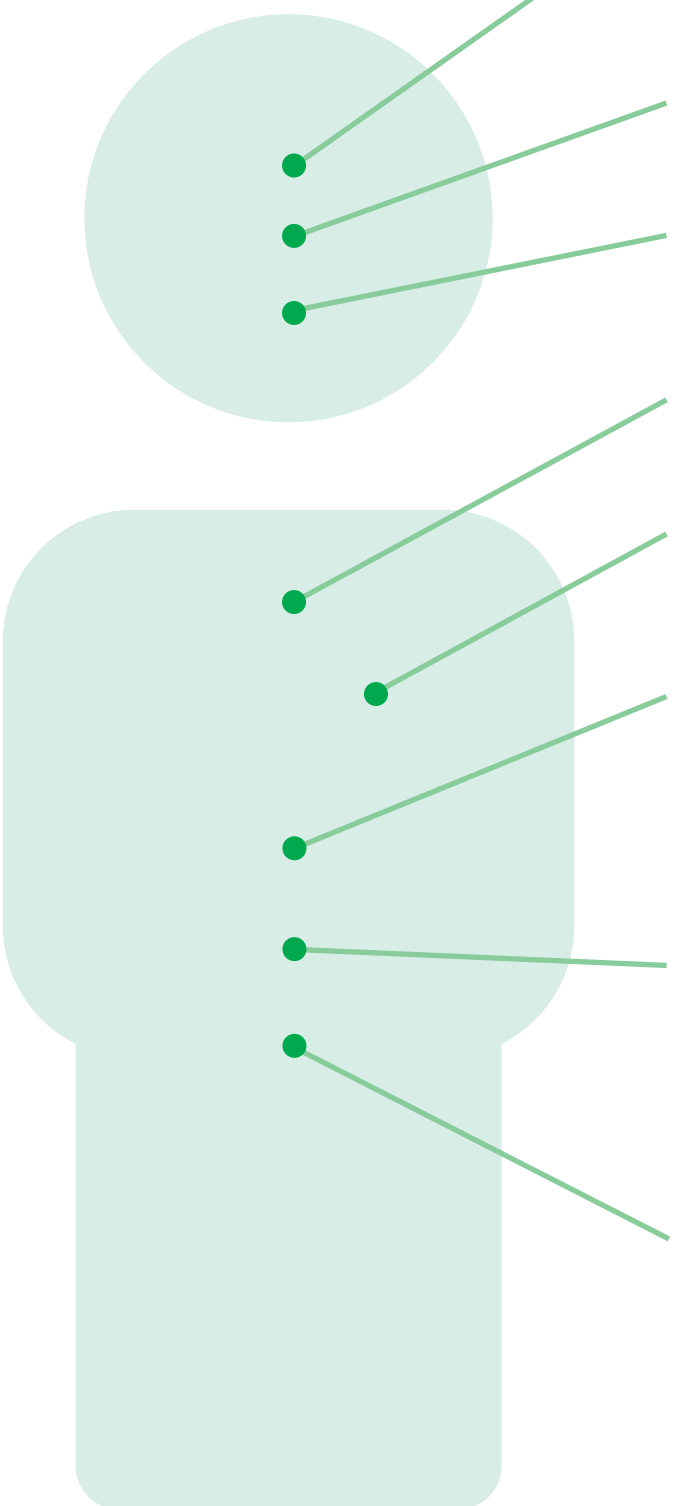
Front cover

# 須注意的症狀

**如果這些症狀持續出現、無法解釋或對您來說不尋常，請聯絡您的全科醫生。**



## 體溫升高

持續 2 週或更長時間超過 38°C (100.4°F) 的發燒，或持續很長時間或不斷復發的出汗或感染。

## 咳嗽或聲音嘶啞

持續 3 週或更長時間出現其中任何一種情況。

## 吞嚥或咀嚼問題

包括持續 3 週或更長時間的消化不良或胃灼熱。

## 呼吸困難

呼吸急促

## 乳房、胸部或乳頭發生變化

腫塊或乳房、胸部、乳頭或腋窩的外觀或感覺發生任何變化。

## 體重變化

包括：

- 無緣無故體重下降或食慾不振
- 經常或長時間腹脹。

## 大便的變化

持續 3 週或更長時間，包括：

- 排便頻率增加或減少
- 大便鬆散（腹瀉）
- 大便帶血。

## 小便問題

包括：

- 需要突然小便
- 小便時疼痛
- 小便帶血

## 腫塊或腫脹

在身體的任何部位。

## 瘡或潰瘍

- 身體上或嘴的任何地方。
- 3 週後仍未癒合。

## 疼痛

持續 3 週或更長時間。

## 出血或瘀傷

包括：

- 小便或大便帶血
- 唾液或嘔吐物中帶血
- 月經比平常多
- 月經之間、
  性交後或經後陰道出血
- 精液帶血。

## 疲倦

長時間感覺疲倦。

## 皮膚變化

包括不明原因的皮疹或痣：

形狀不均勻或不規則

邊緣不平整或凹凸不平

超過一種顏色

寬度超過 6 毫米

大小、形狀或顏色發生變化、感到刺痛、瘙癢或流血，或者是硬皮的。

這些照片來自國家癌症機構的網站（**cancer.gov**）。

**有些症狀是難以啟齒，例如睾丸腫塊或陰道出血。但即使您感到尷尬，仍請務必接受檢查。**

**您可以要求由指定性別的全科醫生或護士診症，但並不總是能夠為您安排。**

Back cover

# 何時及如何檢查症狀

**如果您出現持續、無法解釋或異常的症狀，請務必向您的醫生、護士或全科醫生尋求建議：**

**持續** – 持續超過 3 週的症狀。

**無法解釋** – 沒有明顯原因的症狀。

**異常** – 您身體出現不正常的變化。

## 與您的醫生、護士或全科醫生交談的提示

**1** **想想您想說甚麼。**
詳細寫下有關症狀或變化可能會有幫助：

- 甚麼症狀
- 何時開始
- 它是否有某種模式
- 是否有任何東西會令症狀得到改善或惡化
- 它如何影響您的日常生活。

**2** **有時是很難預約看診，您可能需要致電多次。**但請嘗試直到您成功預約。 您也可以預約較後日期的看診。

**3** **找一個人為您提供支援。** 您可以請求他們代您聆聽或寫下筆記。

**4** **說話及聆聽。嘗試：**

- 自己說明您的症狀
- 盡可能誠實地回答問題
- 如果需要更多資訊或有甚麼地方不明白，請提問
- 寫筆記，或使用您的手機記下重點。

**5** **請確保您清楚下一步要採取的行動。**這可能包括：

- 您何時應該預約另一次看診
- 在哪個地方及何時與專科醫生預約看診或進行檢測
- 如果您需要資訊或更多支援，應聯絡誰。

**6** **覆述您理解的內容。** 這可讓他們解釋有關您感到困惑的任何事情。

**7** **請記住，通常都無需擔心症狀。**但是，如果無法解釋的症狀再次出現或沒有好轉，請再次尋求建議。致電您的全科醫生就您不確定的任何事情尋求建議。

© 麥克米倫癌症援助機構（Macmillan Cancer Support），2020 年 2 月。第 3 版本。**MAC15200_E03_R_Tr_Chin**. 預定的下次審閱日期：2023 年© 麥克米倫癌症援助機構（Macmillan Cancer Support）是於英格蘭和威爾斯（261017）、蘇格蘭（SC039907）和馬恩島（604）註冊的慈善機構。同時也在北愛爾蘭經營。

**如果您出現本傳單的任何徵兆或症狀，請諮詢您的醫生、護士或全科醫生。 您並非在浪費任何人的時間。他們都樂意為您提供幫助。**

**如果您對檢查症狀感到擔心，請致電我們 0808 808 00 00。**

MACMILLAN CANCER SUPPORT