

楊 宜 瑾

民國五十九年生

大學

現職／私立達德商工教師

曾獲／第一屆台南美展鳳凰獎

全國美展入選

第二屆台南美展入選

女性貼身的內衣褲上總有個小飾物在上頭，而將粉、紅絲帶分別綴飾於內衣褲上，在意義與實際上做適當的結合，使女性本身自我提醒：一、預防乳癌的第一個步驟——每月定期自我檢查。二、抵抗愛滋的最後一道防線——要有正確的性觀念並做好安全的防護。

就視覺而言：以略帶泛黃的特殊效果處理做為背景，傳達女人受乳癌的吞蝕與愛滋“侵犯”時的無助和無奈已油然多時，藉這強烈的視覺效果，強調女人面對乳癌和愛滋時，必須積極與勇敢的去預防和抵抗，不要讓乳癌和愛滋有機會殘害女人的身體。

希望藉這系列作品，讓人人（不僅女性）都有正確的觀念，在傷害來臨前及早預防！

### 乳房自我檢查

● 檢查時間與檢查方法  
每次洗澡時應做乳房檢查，每月檢查一次。檢查時間應選在月經來潮後第7-10天。此時乳房最軟，容易檢查。檢查時應採用鏡前、鏡下、俯臥三種體位，仔細檢查乳房的一側。檢查完一側後，再檢查另一側。特別注意乳房下部和腋下的區域，因為乳癌常發生於這些區域。



● 尺度的檢查方法  
將手指指腹壓在乳房上方，以中指和無名指為主要檢查部位。以中指為圓圈，以無名指為直線。手指應垂直於乳房表面，以指腹壓在乳房上。檢查時應採用鏡前、鏡下、俯臥三種體位，仔細檢查乳房的一側。



● 腋下乳房的檢查方法  
將手指指腹壓在乳房上方，以中指和無名指為主要檢查部位。以中指為圓圈，以無名指為直線。手指應垂直於乳房表面，以指腹壓在乳房上。檢查時應採用鏡前、鏡下、俯臥三種體位，仔細檢查乳房的一側。



# 女人 Lady first

## 預防乳癌的第一個步驟



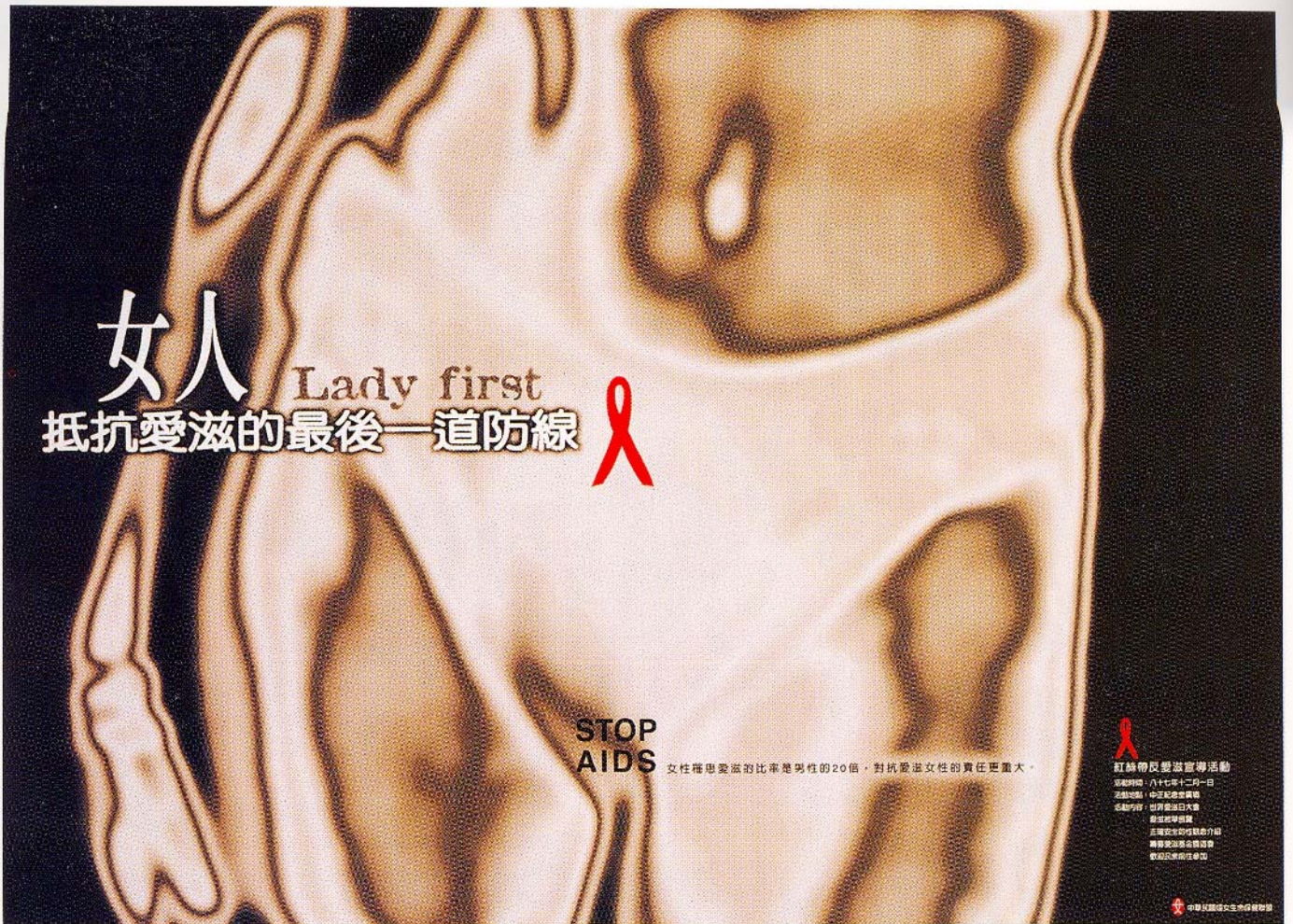
每月做好乳房自我檢查，及早發現，及早治療，早期乳癌治療率高達97%



粉紅絲帶乳癌防治宣導活動  
活動時間：八月廿九日至十月廿日  
活動地點：台北、台中、高雄、台南、新竹、嘉義、屏東、花蓮、台東、澎湖、金門、馬祖  
活動內容：乳房自我檢查指導、乳房攝影檢查諮詢、乳癌防治講座、乳癌防治諮詢、乳癌防治諮詢、乳癌防治諮詢

中國以護理之生命保護協會





女人 Lady first  
抵抗愛滋的最後一道防線

STOP  
AIDS

女性罹患愛滋的比率是男性的20倍，對抗愛滋女性的責任更重大。

 紅絲帶反愛滋宣傳活動  
活動時間：九十七年十二月一日  
活動地點：中正紀念堂廣場  
活動內容：世界愛滋日大會  
現場教學展覽  
專業諮詢及檢驗介紹  
購買愛滋病防治用品  
歡迎各界人士參加

 中華民族婦女衛生保健中心