

【醫學報導】

乳癌防治

乳癌中心主任/杜世興



衛生署在90年公佈的資料，當時台灣地區每年乳癌新生個案約5000例，目前每年新發生個案已高達7000例以上，而且乳癌發生率逐年在上升。根據衛生署97年最新公佈資料顯示，乳癌已位居女性癌症發生率第一位，與子宮頸癌同樣大大威脅女性健康，況且乳癌的死亡率比子宮頸癌還高。此外台灣在零-1期早期乳癌發現率遠低於美國，顯示台灣婦女應重視乳癌的篩檢，更需要定期作乳房檢查才能有效早期發現、早期治療。

在許多女性的觀念中，常會覺得自己平常生活作息正常、家族中無乳癌病史、平時自己也有在做運動、應該不會得乳癌，所以沒有做乳房檢查的必要。但是事實上，女性在乳房完全發育之後，就常見乳房問題；年輕女性比較常見的是良性纖維瘤，惡性腫瘤較少，25歲以上的女性產生惡性腫瘤的可能性就慢慢增加。

一般來說，20歲以上的女性，如果沒有特殊的症狀，每1~2年找專科醫師作一次乳房檢查即可，40~50歲是乳癌的好發年齡，所以這個年紀的女性最好每年作一次乳房篩檢，平時也要多注意，在每月的月經結束後1至2天，此時乳房較軟，檢查時比較不會痛，這個時候檢查會比較準確；停經後的女性，則是每個月固定一天作自我檢查，如果有發現任何不對勁，或是察覺到以前所沒有的乳房變化，就需要找專科醫師作檢查，看是否有任何異樣。雖然乳癌常常以乳房硬塊為表現，但有時也不一定摸的到，所以平時也需注意是否有乳房皮膚問

題、留意乳頭是否有異樣顏色或出血分泌物、乳頭皮膚是否有濕疹、落屑，因為乳頭有異常分泌物或是皮膚變化也是乳癌的症狀之一。

當女性到醫院進行乳房檢查時，醫師除了進行觸診外，也會幫您留意乳頭是否有異樣表現，同時也會檢查腋下淋巴腺是否有腫大；但有部分的乳癌是理學檢查無法觸診察覺出來的，所以需要安排乳房超音波或是乳房攝影檢查。一般乳房攝影檢查對象為40歲以上的年齡層女性；太年輕的女性，由於乳腺比較密緻，比較不適合利用乳房攝影來偵測早期乳癌；但是對有乳癌家族遺傳史的女性，則建議在35歲至40歲間就進行一次乳房攝影篩檢檢查。乳房超音波檢查則是40歲以前年輕女性檢查乳癌的有效方法；因為年輕的女性乳腺比較密緻，非常適合利用乳房超音波來檢查乳房疾病。特別值得一提的是「有的乳癌是超音波無法偵測出來，也有部份乳癌是乳房攝影無法顯像的；因而乳房超音波與乳房攝影兩者間需要相輔相成

的應用在乳癌的檢查」。至於是單單利用乳房超音波或乳房攝影；或者是同時施行乳房超音波及乳房攝影檢查，則有賴醫師參考病人的乳癌家族史，年齡層及乳腺密緻度或臨床症狀表現而選擇。

乳癌的好發年齡是40-50歲，其實乳癌的產生絕不是短期形成的，當乳癌長到1公分以上，可以經由觸診或是其他症狀發現時，通常是已經存在體內好幾年了，只是之前不知道而已。因而乳癌的治療，除了手術治療外也常在術後輔以化學治療，來殺死全身中可能的微小轉移病灶。雖然乳癌好發於40至50歲的年紀，但也不是說50歲以上就不會罹患，只要是女性朋友，就應該有危機意識，注意自己的身體，定期作檢查。

飲食、作息方面建議多攝取含纖維綠色蔬菜、水果、穀糧、避免偏食高脂肪食物，而且鼓勵餵母乳、多運動、少酗酒、減少體重肥胖；太年輕的乳腺宜避免不必要的放射線照射，切記除非必要，否則勿長期使用女性荷爾蒙！臨床上使用太莫西芬（Tamoxifen）藥物能有效的預防乳癌，用於高危險發生乳癌族群身上。

乳癌的治療方式通常都先採用外科手術，（但是有部分乳癌就醫時已呈現局部嚴重晚期乳癌，不適合及時手術切除，則應先接受化學治療，待腫瘤縮小再施行手術）。

手術治療方式主要有：

- (1) 改良型乳房根除術
- (2) 乳房保留手術

改良型乳房根除術：是侵犯性乳癌目前常使用之手術方式，手術範圍包括切除乳頭、全

部乳房、並且施行腋下淋巴腺清除術；此種術式對身體外型上及身心上有較大影響，改善方法可於手術同時或術後擇期施行乳房整形重建手術。與乳房保留手術比較時，改良型乳房根除術其局部復發率比較低而且術後需接受放射線治療機會比保留手術來得低。但是施行改良型乳房根除術或乳房保留手術，若術時接受傳統腋淋巴腺清除術則術後患側有時會產生上肢淋巴水腫，肩關節活動受限等情形。前哨淋巴腺切片術（Sentinel lymph node biopsy）的應用則可以避免不必要的腋淋巴腺清除而導致患側上肢淋巴水腫的後遺症。

乳房保留手術：施行乳房保留手術時只切除部分乳房組織並且施行腋下淋巴腺清除術，因此對病患形象及心理衝擊較改良型乳房根除術來得小。近三十年來，歐美先進國家對於早期乳癌的外科治療方式漸漸由傳統犧牲乳房的改良型根除術而傾向為『乳房保留手術』，此術式適用於第 I、II 期乳癌患者。

手術之後，醫師再依病人的病理檢查結果，來決定是否需要化學治療、放射線治療、甚至新研發藥物的標靶治療（Target therapy）或者術後只要服用抗女性荷爾蒙治療就可以；臨床上不少早期發現的乳癌，只要手術就可以痊癒，並不是所有的乳癌患者都需要作化學治療。

隨著醫藥科技的進步，大大提高了乳癌患者長期存活率，早期發現、早期治療，預後才會良好。萬一得了乳癌，千萬不要尋求偏方、諱疾忌醫、延誤治療；否則可能從可以施行保有美麗乳房外形的「乳房保留手術」延宕至須「全乳房切除」的結局，從有痊癒機會演變成喪失寶貴生命。🌱

