

乳房篩檢新選擇

- + 國泰健康管理 乳房超音波技術員 / 顏文娟
- + 國泰綜合醫院 家庭醫學科主任 / 林幸慧

依據最新年度癌症登記及死因統計資料，101年度計10,525名女性罹患乳癌，標準化發生率為每十萬人口65.9，為婦女癌症發生首位，近十年間發生率上升56.9%；另，103年度計2,071名婦女死於乳癌，標準化死亡率為每十萬人口11.9，為女性癌症死亡第四位，近十年間死亡率上升8.2%，顯示乳癌對我國婦女健康影響甚鉅。

癌症防治最重要的是「預防勝於治療」，目前已知的乳癌危險因子包括初經早、停經晚、未曾生育或30歲後才生第1胎，以及未曾哺乳、有乳癌家族史者、有乳癌變異型致病基因、得過乳癌、卵巢癌或子宮內膜癌等。因此，女性們除了多加注意自己是否有上述所提及的乳癌風險外，更應該從年輕時遠離菸、酒等致癌因子，飲食均衡，養成規律的運動習慣，並適時釋放身心壓力。

國民健康署從93年起即推動【防範乳癌三部曲】
自摸、專科醫師檢查、接受乳癌篩檢

乳房觸診

醫師進行觸診外也會幫妳注意腋下淋巴節是否有腫大及乳房皮膚問題、乳頭是否有異樣顏色或分泌物、乳頭皮膚是否有濕疹、脫屑，因為乳頭有異樣分泌物或是皮膚變化也是乳癌的症狀之一。

乳房超音波(專業人員親手操作或全乳房3D超音波)

不具輻射線，對於東方年輕女性的緻密型乳房來說，它較乳房攝影容易偵測到腫瘤，並對於纖維囊腫及纖維瘤有較高的敏感度。但是對於較小的腫塊或以微小鈣化點呈現的早期乳癌來說，乳房超音波比較不易偵測



出來，必要時仍需藉由專業醫師親手操作超音波採樣化驗。40歲以下的女性因為乳腺發達且緻密，乳房攝影難免會產生死角，建議先做乳房超音波或接受醫師問診、觸診，若有需要再以乳房攝影來追蹤；而40歲以上的婦女若乳腺較為緻密可先照乳房攝影並加做乳房超音波為輔助，以增加檢查的完整性及準確度。

乳房攝影(一般是2D攝影現有的3D攝影)

2D是平面的影像，對於緻密型乳房來說容易因乳腺重疊而看不見細微的病灶，所以適用於乳腺組織開始退化的乳房，而3D攝影似電腦斷層影像呈現，40歲以上的年齡層女性，尤其是停經後的婦女，目前歐美國家把乳房攝影廣泛應用於乳癌篩檢及診斷上，它對於鈣化點有高度敏感性可以偵測到部分由觸診無法摸到的早期乳癌病變。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。

特別值得一提的是：有的乳癌是超音波無法偵測出來，也有部分乳癌是乳房攝影無法顯像的，但乳房觸診可提高乳房超音波的準確率；所以乳房觸診、乳房超音波、乳房攝影需要相輔相成地應用在乳房的檢查。

痣周圍變白勿輕忽 就醫診療為上策

+ 國泰綜合醫院 皮膚科主治醫師 / 姚俊安

小偉是一名愛打籃球的國中生，常常在烈日下揮灑汗水享受運動的快感。最近臉部黑痣周圍的皮膚竟然逐漸變白，而且往外擴散，範圍漸漸變大影響外觀。很擔心是臉部長出了白斑。至皮膚科門診就醫，將痣切除檢查後發現是光暈痣，而原本脫色區域之色素在手術後也已逐漸恢復。

痣的周圍變白引發的因素，一般認為是身體對於痣細胞產生免疫反應，而連帶影響了周遭皮膚的黑色素細胞，產生色素脫失的表現。許多不同類型的痣都可能引發這一個現象，其中最引人不安的情況是黑色素瘤所引發的退化效應，而引起皮膚變白。

而在小孩或青少年發現此類症狀最常見為光暈痣，檢查結果大多為良性，若在成年人及老年人出現類似的狀況，則須提高警覺，注意是否有出現潛在為惡性變化的表徵，須盡早就醫檢查，必要時須進一步以病理切片來確定診斷。

而經統計研究發現，出現光暈痣的病患中，約有18-26%的人也會發生白斑，因此仍然需要定期檢視皮膚是否有產生不明脫色斑塊。除此之外，脫色區域的黑色素減少，較容易產生曬傷，而且長期的紫外線傷害甚至有產生病變癌化的可能性。因此關於日常保養方面，宜建立正確防曬觀念，包括使用衣物或洋傘遮蔽日光，以及使用防曬乳液，並且避免於正午烈日下曝曬。



而另外一種兒童及青少年常見的色素問題則是白色糠疹，是一種好發於頭頸部的一片片色素較淡的斑塊，和正常膚色的皮膚分界不明顯。起初可能略偏紅，之後伴隨輕微脫屑及色素變淡，之後脫屑消失僅留下一塊塊較白的斑塊，通常沒有特別症狀或僅輕微發癢。大多和經常在日光下曝曬有關，造成皮膚內黑色素細胞及黑色素均減少，尤其經常在烈日下運動打球的小朋友或青少年較易發生。所幸這種狀況所造成的色素脫失為暫時性，並不會出現像白斑一樣永久性色素破壞的情形。只要做好適當的防曬，避免在紫外線過強時曝曬太陽，這種情形會隨年齡增長會逐漸改善，一般而言並不需要特別的藥物治療。

醫療諮詢電話02-27082121轉8842