

## 乳房疾病相關問答參考

鑒於乳癌已竄升至婦女癌症發病率中的第二位，零期乳癌的十年存活率將近百分之一百，第四期則不到十%。一般民眾可以觸摸得到乳房腫瘤多大於二公分，如果是乳癌可能已是第二期，藉由乳房攝影儀器，可以發現小於零點五公分的早期乳癌，及早治療，因此本院重資引進高解析高畫質 500 萬畫素，數位式乳房攝影儀，期盼在屏東為婦女朋友健康盡一份心力。

在沒發現乳癌之成因，無法採取有效治療之前，定期自我檢查，發現異樣即立刻接受乳房攝影檢查，早期治療是防治乳癌的最好辦法。

常見的乳房疾病有那些？

乳房的疾病，在門診常見到的有以下數種：

- (1) 纖維腺瘤—這些腫塊常見於較年輕的女性，觸摸時腫塊會滑動，可能一側或二側發生，可以一個或多個，屬於良性腫塊，不至於轉變成癌症。
- (2) 管內乳頭狀瘤—屬於良性腫瘤，大部分發生在乳暈下乳管，是由於乳管表皮細胞增生所致，不易觸摸得到，常有血水樣的液體由乳頭滲出。但有時血水樣的滲液有百分之五可能是乳癌，要特別小心。
- (3) 乳房發炎—有時在乳頭有膿汁樣的分泌物，可能在乳房有局部性或全面性的紅、腫、熱、痛，這種就是乳房發炎的現象。
- (4) 纖維囊腫—又叫纖維囊性疾病，與周期性疼痛很像，且月經來前較疼痛，可能摸得到境界不明的腫塊，月經過後就消失或變小，這是良性的囊腫，並無大礙。
- (5) 乳癌—這種惡性腫瘤，多半會摸到硬塊，而硬塊不會滑動，腫塊的邊緣很不明顯，當然，早期乳癌的硬塊就不見得觸摸得到。

雖然大部分硬塊都不是惡性的，但只要疑慮或感覺不對時就應儘速求醫，無論良性或惡性都是要經專科醫師診斷後，才可以確定。

哪些人是乳癌的高危險群？

年齡：早月經(12 歲以前)、晚停經(55 歲以後)。

遺傳：一等親 (如母親、姐妹) 中若有人得過乳癌，則其罹患率會比一般婦出二至四倍。

飲食：中年後肥胖及攝取高脂肪食物者，罹患乳癌的機率往往是一般婦女的兩倍。

生育：三十歲以後生第一胎或未曾生育的婦女，得乳癌的機率可能性會增加。

未曾哺乳者：以母乳哺乳嬰兒超過兩年以上的，有可能大大的減低乳癌的發生率。

其他：口服避孕藥及停經後補充荷爾蒙者

如何乳房自我檢查

1. 最好選在月經過後 3-5 天檢查。

2. 面對鏡子雙手下垂，仔細看兩邊乳房是否對稱或大小不一，有無不正常突起，皮膚或乳頭是否有凹陷或濕疹。
3. 左手上提至頭部後側，用右手檢查左乳，由乳頭開始做環狀順時鐘方向按壓螺旋運動，逐漸向外(約 3-4 圈)至全部乳房檢查完整為止，用同樣方法檢查右邊乳房。
4. 平躺下來，右肩下放一個枕頭，將右手彎曲置於頭下，重覆第 3 步驟檢查兩側乳房。
5. 檢查兩側有無腋下淋巴腫大，擠壓乳頭有無異常分泌物。