

## 復健醫學部

● **學經歷** ● 國立成功大學生物醫學工程研究所博士  
高雄榮總復健醫學部主治醫師  
國立中山大學醫學科技研究所助理教授

● **專長** ● 乳癌及其他癌症術後併發症復健治療  
演奏相關傷害診治  
運動傷害診治  
神經疾患診治及復健



主治醫師 **何正宇**

# 淺談乳癌術後淋巴水腫及追蹤

據統計，乳癌為目前台灣女性發生率最高的癌症，106年新發生個案數達到14,032人。由於醫療進步，乳癌治療後有很高的存活率。但在對抗癌症過程中，可能伴隨併發症產生，例如淋巴水腫。在前瞻性研究的數據統計中，乳癌患者接受治療後上肢淋巴水腫的發生率高達21.4%，隨著患者的存活率提高，上肢淋巴水腫將可能變得更普遍。臨床上發現，乳癌相關淋巴水腫若無及時治療，會導致最終不可逆的肢體腫脹及組織纖維化，對患者的美觀，肢體功能及生活品質造成嚴重負面影響。

因此，如何早期發現淋巴水腫發生並施以適當的治療就成了重要的課題。測量臂圍是目前監測淋巴水腫發生及嚴重程度的常用方法，藉由經常量測肢體周徑數據（臂圍）變化，並比較兩側肢體周徑差異及變化可觀察出淋巴水腫的發生及嚴重度。理論上測量臂圍的方式可對肢體水腫狀況進行有效的監測，但現有以皮尺量測之方式相當耗時且操作不易，使得患者難以經由經常量測來達成長期監測淋巴水腫發生之目標。為此本部癌症復健組目前正積極開發便攜式、可連續測量肢體周徑的測量裝置，能夠自行操作，並在短時間內完成臂圍的紀錄，傳輸到行動裝置或電腦儲存並顯示肢體各部位週徑及其歷史變化，協助臨床醫師判斷淋巴水腫是否發

生及其嚴重度，甚至包括各種淋巴水腫治療的療效評估，並據此擬定治療計畫。

目前初步測試顯示本部研發的裝置測量所需的測量時間遠少於皮尺測量，且能得到更詳細的數據，期待很快能開始臨床研究來確定乳癌相關淋巴水腫發生前後肢體周徑和順應性的變化模式。以協助患者儘早發現和治療淋巴水腫，並減少乳癌相關淋巴水腫對日常生活品質的影響。

若您曾經接受過乳癌治療，請遵循以下原則避免水腫發生：

1. 避免患側上肢快速、反覆及過度出力。
2. 避免衣袖束縛住患側上肢，並盡量避免在該側量血壓或進行侵入性治療。
3. 避免患側上肢受傷及蚊蟲叮咬，若不幸受傷，請適當消毒並觀察有無紅腫發生。

若手臂仍不幸有腫脹現象，且抬高手臂仍未改善，請盡快至本部腫瘤復健特別門診做進一步的評估和處置。

