

衛教文件

科別	一般外科	編號：3010005
主題	乳房纖維腺瘤	92.07.01 訂定
製作單位	一般外科	105.05.27 修

一、一般說明

(一) 觸摸到硬塊

評估乳房硬塊時，詳細的詢問病史是很重要的。譬如硬塊大小是否隨月經週期而改變、過去有無多發性囊腫病史、乳房有無外傷病史或有無乳癌家族史，這些都是判斷乳房疾病的重要依據。對於單獨可觸摸的硬塊，「細針抽吸細胞學檢查」是一種簡便有效的的診斷工具。若是單純囊腫，上述方法可將囊液抽光，這不但提供檢查更是最有效治療工具。若此硬塊抽出帶血液體、或抽出液體後硬塊仍未完全消失、或無法抽出液體且細胞學檢查得不到確定診斷，那麼影像檢查或進一步切片手術是需要考慮的。

(二) 乳頭分泌物

大多數乳頭分泌物肇因於乳房良性變化。常次發於乳管擴張症或良性多發性乳突瘤。生育年紀的婦女，以手擠出小量乳頭分泌物不足為奇，良性乳頭分泌物多為清徹的、白色乳汁狀的、無潛血反應並且多見於兩側。有些精神科或胃腸科用藥會導致乳汁分泌，所以若停止藥物使用就能鑑別診斷。非生育期而自發性兩側大量分泌乳汁，需檢測血中泌乳素以排除腦下垂體瘤的存在。出現乳頭分泌物但未摸到硬塊，出現乳癌的機遇是罕見的，但除非肯定是不需手術的良性乳頭分泌物，否則應進行仔細的理學檢查。首先由乳暈周遭各方向朝乳頭擠壓、查看那一方向乳管產生此分泌物。乳管內乳突瘤會出現血樣分泌物，需切除這條乳管才能治癒此瘤。當然進行較麻煩的乳管攝影也是另一找出乳管內腫瘤的方法。

(三) 乳房疼痛

乳房疼痛時首先必需排除腫瘤或發炎性乳癌的可能。多數有月經週期的正常婦女曾抱怨乳房壓痛感，尤其月經來之前。改善的方法可藉調整飲食，避免飲用含有甲基黃嘌呤類的飲料如咖啡、茶葉或帶咖啡因的可樂。減少上列飲料確能改善部份婦女的不適。每日服用 200 到 400 單位的維他命 E 亦可緩和不舒服的感覺。乳房疼痛若隨月經來臨而加劇，

可藉由利尿劑、低鹽飲食、維他命 B 或避孕藥調節不規則的週期以改善乳房疼痛。當然需醫師處方的藥物如短期使用 DANAZOLE 或 TAMOXIFEN 也會有效的。

(四) 乳腺發炎或膿瘍

婦女哺乳期容易產生乳腺炎或乳房膿瘍。但是未哺乳的婦女，細菌亦可能經乳頭的乳管開口或裂隙進入乳腺造成感染。常見的症狀有疼痛、皮膚發紅、發熱或全身寒顫發燒。乳腺炎的治療必需使用抗生素，並繼續哺乳以排空乳管內的乳汁。若已形成局部膿瘍則除了上述處置也需進行切開引流。轉成乳暈下慢性膿瘍，則需經乳暈周圍切口將所有感染的乳管徹底切除，否則治癒是極困難的。

(五) 不正常的乳房攝影

四十歲以上婦女應至少兩年進行一次基礎乳房攝影，若發現異常鈣化或無法觸摸的腫塊時必需施行定位切片手術。所謂異常鈣化是指鈣化呈現微小不規則、多形性、線性走向或聚積成群。必需切片的異常腫塊包括邊緣模糊不規則、有突觸狀或大小持續增加。超音波檢查若確定為單純囊腫，則只需要定期追蹤不需手術。若為實心腫瘤大小一公分以下，則每六個月復查一次即可，一旦大小增加則需切片。此類無法觸及的腫塊切片並不容易，常需利用定位步驟始能準確完成。

近年來國健局提供四十歲以上婦女每兩年免費接受一次乳房攝影檢查，特別是高風險患者應善加利用。

乳房良性疾病在病理結果上可分兩大類：

(一)無乳癌危險性：如腺腫大，分離分泌腺化生，囊腫，乳管膨大，纖維腺瘤，輕度增生，乳腺炎及鱗狀上皮化生。

(二)有乳癌危險性：「增生性乳房疾病」乳癌危險性增加 1.3 倍，「上皮異常增生」危險性增加 4.3 倍，若是加上乳癌家族史則危險機率會更形增加。

總之，絕大多數的乳房疾病是良性而無礙的，若有增加乳癌機率的良性病灶，那麼保持每年的定期乳房檢查，早期發現可能的癌症是仍能獲得良好的治癒機會。

二、居家照顧

「癌症」令人恐懼生畏，尤其「乳癌」更是婦女害怕最不願面對的疾病。曾罹患乳癌病友恐怕再度纏身、高危險群婦女擔心感染、一般婦女不清楚此症或周遭朋友得了乳癌而杯弓蛇影、徬徨終日不知所以。然乳房疾病何其多，「乳癌」僅是其中一小部份，更常見的是許多良性乳房疾病，因此讓我們清楚認識乳房良性疾病，排除乳癌的可能性，避免不必要的疑神疑鬼，知己知彼亦是對抗乳癌重要的一環。

三、何時找醫師（及「醫師可能的處置」與「病人應注意配合事項」）

婦女求治乳房門診的主訴不外是觸摸到硬塊、乳頭分泌物、乳房疼痛、乳腺發炎或膿瘍、乳房攝影發現異常或多種原因同時存在。

所以若是懷疑有任何問題，應諮詢乳房特別門診，讓專科醫師作進一步診斷。

參考資料：

- 1.Essentials of Breast Surgery ,Michael S. Sable MOSBY ELSEVIER ,2009
- 2.A COMPANION TO SPECIALIST SURGICAL PRACTICE BREAST SURGERY
.J. Michael Dixon, SAUNDERS anders ELSEVIER ,2009

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。