

## 您的乳房有出現變化嗎？ Do You Have A Breast Change?

這張資料紙幫助您更瞭解乳房產生變化的起因和也許需要接受哪些檢驗來找出導致乳房出現變化的起因。以下的資料是透過研究所知的。

### 什麼原因導致乳房產生變化？

雖然婦女的乳房出現變化的情況頗為普遍，絕大多數乳房的變化都不是乳癌。

乳房產生變化的起因可能是：

- **激素的變化**  
激素的變化也許會導致乳房有時在月經週期期間、或在服用激素避孕藥或激素補充療法(hormone replacement therapy，簡稱 HRT)期間腫脹、觸痛或出現硬塊。
- **纖維腺瘤(Fibroadenoma)**  
纖維腺瘤是纖維和腺性組織所組成的光滑、堅實、移動性的硬塊，在較年輕的婦女中較為普遍。這些都不是癌，而且如果檢驗結果顯示是纖維腺瘤的話，通常可以不需理會。然而，如果這纖維腺瘤繼續增長或改變形狀，則可能需要由外科醫生切除。
- **囊腫(Cysts)**  
囊腫是充滿液體的囊，在 35-50 歲之間或正在服用 HRT 期間的婦女中，較為普遍。囊腫並非癌，通常可以不用理會。如果該囊腫是疼痛的或是可以觸摸到的硬塊，則醫生只需用一根幼的注射針把裏面的液體抽出，硬塊就會消失。
- **乳癌**  
當乳房內不正常的細胞失控地生長，就是乳癌。在較年老的婦女中較為普遍，74%以上的病例都是 50 歲和 50 歲以上的婦女。必須在癌細胞還未擴散至身體其他部位之前，及早發覺和予以治療。

### 需要接受哪些檢驗來調查乳房的變化呢？

如果您或醫生發覺您的乳房產生變化，若干步驟可以幫助找出乳房產生變化的起因，名為‘三重檢驗法’(‘triple test’ approach)。

‘三重檢驗法’包括：

1. 醫生檢查您的乳房，並且問您一些有關您的變化及家族病史的問題。
2. 成像檢驗，這是指兩個乳房(尤其是乳房出現變化的部位)接受乳房 X 光檢查(mammography)及/或超音波掃描，讓放射學家審核
3. 幼針管抽吸活體檢查(Fine needle aspiration biopsy)或挖核管活體檢查(core biopsy)，以便從產生變化的部位抽取細胞或組織的樣本，讓病理學家在顯微鏡下審核。

各種檢驗都是順序進行，而且會檢查結果，找出產生變化的起因。不是所有婦女都要接受三種檢驗來找出乳房變化的起因。然而，必須繼續調查乳房所產生的變化，直至這些檢驗找出和確定起因為止。

大多數婦女在接受這些檢驗後都沒有癌症的任何跡象。如果在任何檢驗中真的顯示癌症的跡象，那麼，醫生必須轉介您去見乳房外科醫生，接受進一步的調查或治療。

### **調查乳房的硬塊、凹凸不平或變厚包括什麼步驟？**

有一系列的檢驗來調查乳房的硬塊、凹凸不平或感覺或看來是不正常的部位。國立乳癌中心(National Breast Cancer Centre)已經製定了一些綱領來協助全科醫生調查這些變化。

如果您對於有關乳房變化所進行的調查有任何擔心或問題，必須向全科醫生詢問或尋求另一個醫生的意見。

### **有關各種檢驗**

#### **1. 醫生檢查您的乳房，並且記錄您的家族病史**

第一步是去見醫生，醫生會檢查您的乳房，並且詢問有關您的乳房變化及有關任何相關的內科和家族病史的問題。這資料會有助於顯示該變化是否正常或是否需要接受進一步的檢驗來找出起因。即使該變化是正常的和不需要接受進一步的檢驗，醫生可能會建議您在兩、三個月後回來覆診，以便檢查該變化。

#### **2. 拍攝圖片：拍攝乳房 X 光檢查及/或超音波掃描的影像**

第二步是成像，這包括乳房 X 光檢查和超音波掃描。有些婦女可能兩種檢查都需要接受，才得到有關乳房變化的足夠資料。

**乳房 X 光檢查(Mammograms)**是低劑量的乳房 X 光，可以測出非常細小的乳癌，有時這些乳癌是一粒米的大小而已。在進行乳房 X 光檢查時，會把每個乳房夾在 X 光機的兩塊硬片之間幾秒鐘，有些婦女也許會因而覺得不舒服或疼痛。也許需要拍攝特殊的影像，以便更清晰地拍攝您的乳房產生變化的部位；這與普查的乳房 X 光檢查不一樣。

乳房 X 光檢查通常是醫生建議給那些 35 歲和 35 歲以上乳房產生變化的婦女的第一種成像檢查。

**超音波掃描(Ultrasound)**使用高頻率的音波來測出乳房內的變化。在進行超音波掃描時，放射照相技術師會在您的乳房上塗上凝膠，使乳房滑溜，然後在乳房的皮膚上移動一個細小的傳感器、或傳聲器。

由於較年輕婦女的乳房組織密度非常高，超音波掃描比乳房 X 光檢查更能準確地看到乳房的變化。因此，醫生建議 35 歲以下的婦女和已懷孕或正在哺乳期間的婦女在接受成像檢查時，首先接受超音波掃描，因為她們的乳房組織密度也是比較高的。

### **3. 抽取樣本:幼針管抽吸活體檢查(Fine needle aspiration biopsy)和/或挖核管活體檢查(core biopsy)**

如果您乳房的硬塊、凹凸不平或變化的部位不是激素的變化或囊腫所導致，就可能要接受幼針管抽吸活體檢查和/或挖核管活體檢查來找出產生變化的起因。

**幼針管抽吸活體檢查**是使用一根幼的注射針從乳房的硬塊或出現變化的部位抽出少量的樣本。

**挖核管活體檢查**與幼針管抽吸活體檢查非常類似，唯一不同的地方是在局部麻醉之下使用一根較大的注射針進行。

### **調查乳頭的變化包括什麼步驟？**

雖然有些檢驗與上述的相同，但調查乳頭變化的步驟可能與調查乳房的硬塊、凹凸不平或感覺或看來不正常的部位所用的方法不同。

### **乳頭溢液**

找出溢液的起因的第一步是醫生替您檢查乳房和問您一些問題。大多數乳頭溢液都不是癌。

如果出現下列情形，乳頭溢液就可能是癌：

- 沒有擠壓乳頭或乳房，也有溢液
- 液體來自一個乳頭的一條輸乳管
- 液體內有血跡或檢驗的結果發現有血
- 是新的症狀，而且該女士是 60 歲或 60 歲以上。

如果出現任何上述的跡象，乳房 X 光檢查及/或超音波掃描可能有助於提供有關溢液的起因的更多資料，並且需要轉介去見外科醫生調查起因。如果乳頭的溢液沒有任何上述的跡象，就可能不需要接受進一步的檢驗。

然而，醫生可能會建議您在兩、三個月後回來覆診。如果乳頭繼續溢液，就必須接受進一步的檢驗來找出起因。

## 乳頭的變化

如果乳頭的形狀或外貌出現新的轉變，為了找出這變化的起因，醫生會首先問您一些問題和檢查您的乳房。

使用乳房 X 光檢查及/或超音波掃描的成像檢查可能有助於提供有關乳頭變化起因的更多資料。

如果出現下列情況，就可能是癌：

- 乳頭內翻 - 即是乳頭縮入，並且不能拉出來以至回復正常的形狀，而且乳頭沒有狹縫的形狀，而是整個縮入的
- 乳頭出現鱗狀或結痂；潰瘍或疼痛；或呈現不尋常的紅色
- 可以在乳頭後面摸到一個硬塊

如果出現任何上述的跡象，也需要轉介去見外科醫生調查起因。如果乳頭的變化沒有上述的任何跡象，可能不需要接受進一步的檢驗。然而，醫生可能會建議您在兩、三個月後回來覆診。如果發覺有任何進一步的變化，就必須接受更多檢驗來找出起因。

這是國立乳癌中心(National Breast Cancer Centre)給消費者有關乳房變化(Breast changes)小冊子的摘要，全文可以在該中心的網址上找到：[www.nbcc.org.au](http://www.nbcc.org.au) (只有英文版本)。