

許多女性在不知不覺中觸摸到乳房硬塊時，心裡難免會感到驚慌—乳房摸到硬塊就一定是乳癌嗎？事實上乳房有腫痛或硬塊，不一定代表罹患乳癌，這中間還是有相當大的距離。

乳房硬塊90%屬良性的纖維囊性疾病和纖維腺瘤，只有10%屬惡性；其中惡性腫塊瘤比較硬，且有些女性朋友的硬塊在月經來的前一週會變的較易變大，而停經婦女胸部發現新的硬塊，是必需要特別注意的徵兆，也是不好的徵兆。

建議當發現乳房硬塊時，請先保持冷靜，分清楚摸起來像是米粒狀或塊狀？是否會痛？是否以前就有此狀況？如果是最近才出現的硬塊，而且不會隨著月經週期結束而消失，就要儘速掛一般外科或乳房外科門診，做詳細的檢查。

## (一)乳房硬塊的種類有哪些？

各年齡層出現的乳房硬塊屬性不盡相同，一般而言：

- 青少年罹患乳房硬塊**：被診斷為纖維腺瘤的機率約佔90%。
- 30歲之前的硬塊**：多為良性纖維腺瘤或纖維囊腫。
- 30~50歲**：通常是纖維囊腫或乳癌。
- 停經之後出現的硬塊**：以乳癌的比例較高。

(以上僅為原則性之分類，任何年齡層都有可能發生，一般而言，越年長則機會愈高，最後仍要以病理報告之確切診斷為準。)

## (二)乳房有可疑硬塊，應做哪些檢查？

### 乳房 X 光攝影檢查

乳房 X 光攝影是由放射線專家依是否有鈣化現象，腫塊陰影等來判定。一般而言，其準確率可高達70% ~ 90%，且現在乳房攝影裝置越來越新穎，輻射量也越來越少。

同時，現有數位化X光攝影，不再使用底片，也不必再用顯影定影液，不但有利於資料收存，而且亦減少污染環境。

### 乳房超音波檢查

由於女性乳房內的組織較緻密，尤其是年輕婦女，可能乳房脂肪還較少，所以有時用超音波檢查會比較清楚。

如果腫塊很小，各項檢查較偏向良性：考慮定期追蹤，追蹤期間由3個月至1年不等。

### (三)乳房硬塊需不需要治療？

● 如果腫塊很小，但已高度懷疑惡性：

要考慮細針穿刺細胞學檢查或粗針切片病理檢查。

● 如果腫塊較大且持續變大，雖屬良性：

考慮定期追蹤，但追蹤頻率要提高。如：每年1次，可改為每半年或3個月即進行1次追蹤。

● 如果腫塊較大，雖屬良性：

因有礙美觀或左右不對稱，甚至有壓痛或其他不適現象，可考慮切除。

● 若有些較大之單純性乳房囊腫：

可以用針吸法抽取液體，必要時進行細胞學檢查。

● 如果是惡性懷疑或形狀有異樣的囊腫：

考慮細胞學檢查或病理切片檢查。

● 如果除了腫塊之外，尚合併皮膚溼疹、下陷、橘皮變化、乳頭凹陷、出血或有任何惡性表徵：

除了接受乳房超音波或乳房X光攝影檢查外，則一定要考慮進行細針穿刺之細胞學檢查或粗針切片病理檢查。

#### 關心與叮嚀

一旦發現乳房有硬塊或腫痛時，千萬不要慌張，應立即就診乳房外科，乳房專科醫師會根據年齡及詳細詢問病史、月經史，然後進行理學檢查，必要時安排乳房超音波或乳房X光攝影。