

乳腺炎是乳腺周圍組織發生蜂窩性組織炎，一般多常見於產後授乳期，因哺乳時乳腺堵塞，引發細菌性感染，非哺乳期的乳腺炎則極為少見，大部分是因乳頭皮膚外傷所引發，症狀通常都很輕微。乳腺炎可分為急性和慢性，通常以急性乳腺炎較為常見。

對於乳腺炎的患者，醫師通常建議不需因單側的乳腺炎，而中止哺乳，正常側的乳房仍可繼續餵母乳，而患側則應以人工排乳方式，讓乳汁順暢避免囤積；至於雙側性的乳腺炎，則應先暫時停止哺乳，待症狀舒緩後再恢復餵食母乳。

(一) 乳腺炎的症狀有哪些？

乳腺炎一般發生在生產完後 2~3 週；常見的症狀為局部紅、腫、熱、痛、結節、腋下淋巴腫大，以及全身發燒、畏寒、肌肉酸痛。

如果乳汁沒有被吸出，就可能造成乳房組織發炎，稱為非感染性乳腺炎；有時乳房被細菌感染，則稱為感染性乳腺炎，此時除了局部有非常疼痛的硬塊、皮膚發紅外，還會有發燒、發冷、覺得疲憊無力的感覺。

(二) 乳腺炎要如何治療？

單純性的乳房組織發炎，以退燒、止痛及消炎藥物為主，最好能配戴較舒適的胸罩，以避免局部充血，減少乳房疼痛感。服用抗生素至少需要 7~10 天的療程，較嚴重者甚至需要住院使用靜脈注射之抗生素。在患部做局部熱敷，並繼續加強乳房護理，避免脹痛。如果治療 48 小時症狀仍無減輕，可能要懷疑有膿瘍形成，需切開引流。

(三) 乳腺炎要如何預防？

大部分產後乳腺炎是可以避免的，以下 3 項要點須謹記：

- 做好乳房的衛生及消毒。
- 正確的哺乳方式才可減少乳頭受傷的機會。
- 要常常哺餵嬰兒或有適當的排乳習慣，以免母乳囤積。

關心與叮嚀

引起乳腺發炎的原因很多，使用的治療方式也不同，通常當乳房的奶水被吸出來後，輸乳管阻塞或乳腺炎會在一天內改善，如果症狀變得非常嚴重，或是症狀在奶水被吸出來後 24 小時內仍未改善時，需要請醫師看診，加上抗生素的使用；若持續使用抗生素等藥物都沒有療效時，則需注意是否有膿瘍或發炎性癌症的存在。