



# 乳癌防治

余宗翰 醫師  
楊詞媛



衛福部公布

NOW健康

# 110年國人10大死因



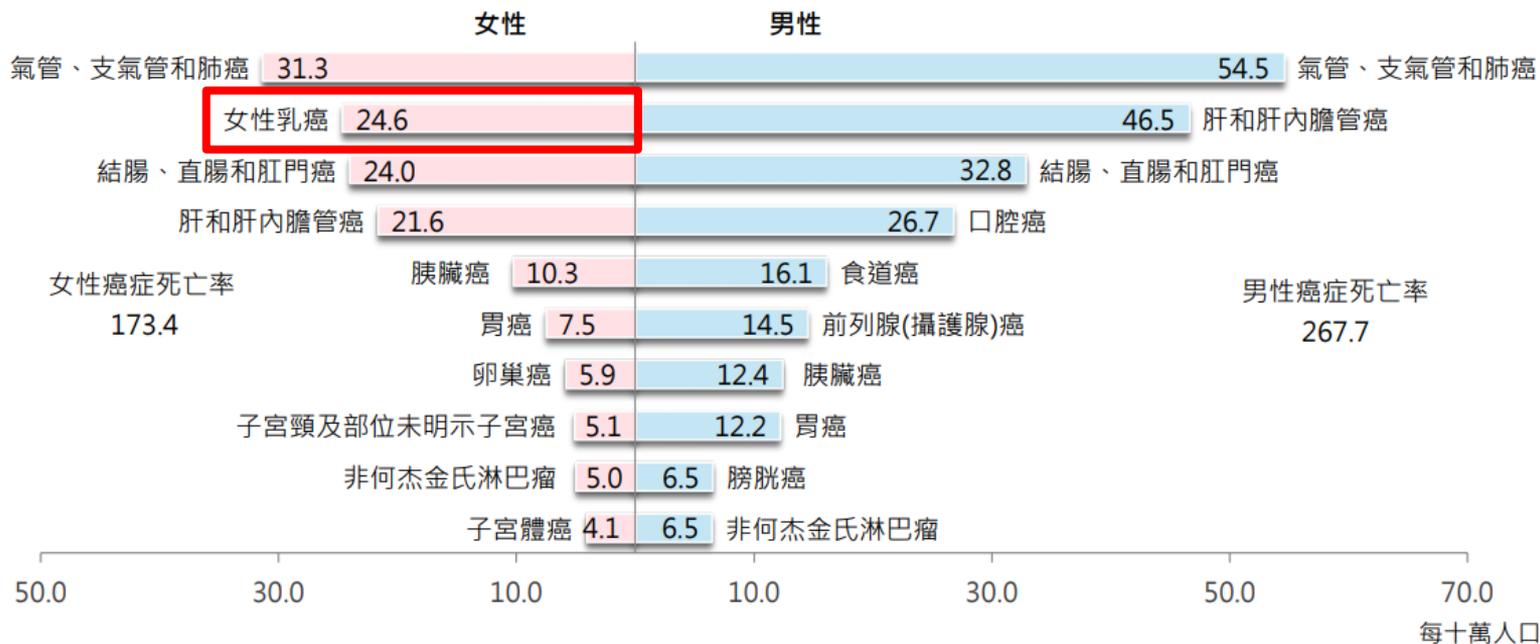
死因	死亡人數	死因	死亡人數
<b>1.</b> 癌症	51,656	<b>6.</b> 高血壓性疾病	7,886
<b>2.</b> 心臟疾病	21,852	<b>7.</b> 事故傷害	6,775
<b>3.</b> 肺炎	13,549	<b>8.</b> 慢性下呼吸道疾病	6,238
<b>4.</b> 腦血管疾病	12,182	<b>9.</b> 腎炎腎病症候群及腎病變	5,470
<b>5.</b> 糖尿病	11,450	<b>10.</b> 慢性肝病及肝硬化	4,065
		<b>* 19.</b> 嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)	896

10大死因死亡人數合計**18萬4,172人**

資料來源：衛生福利部



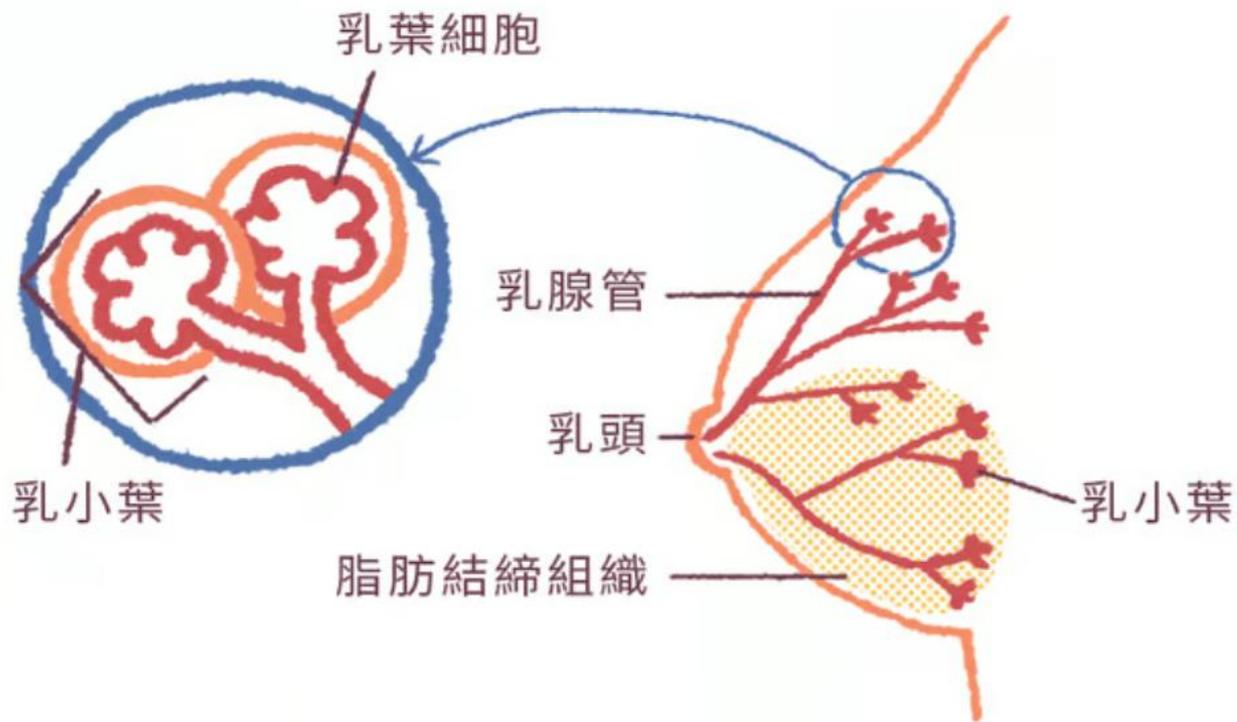
# 110 年兩性十大癌症死因死亡率



什麼是乳癌？

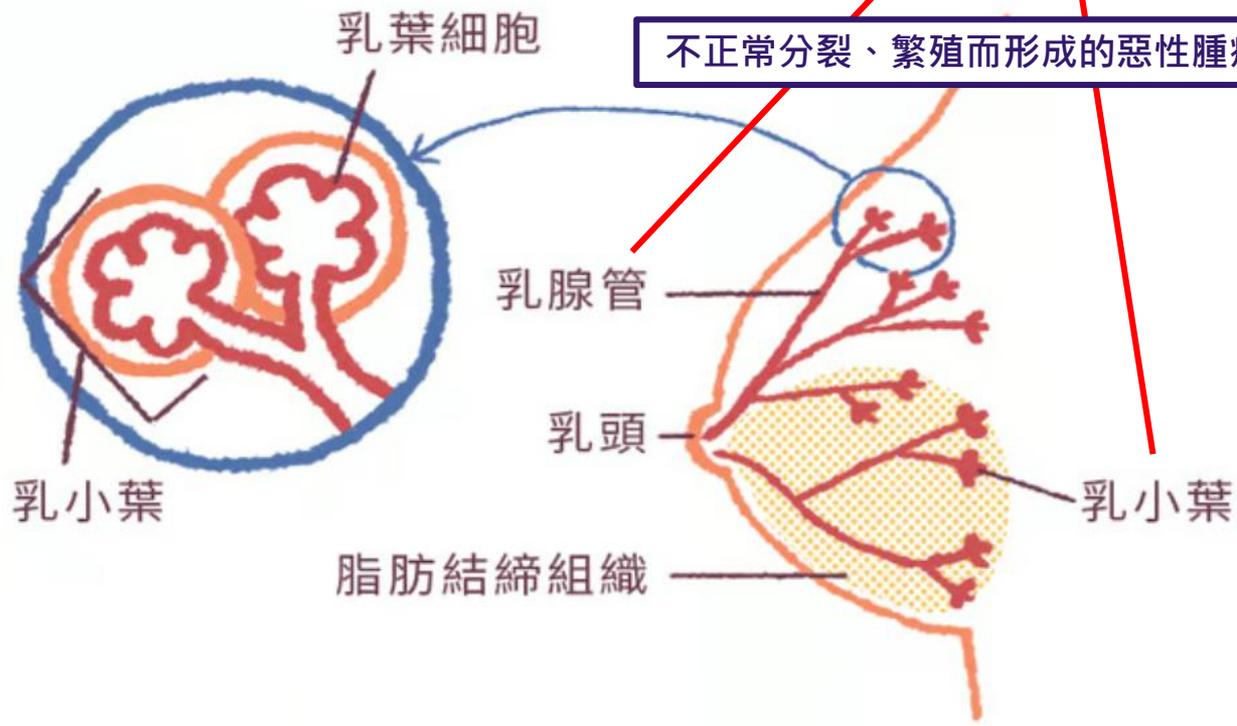


# 乳房的構造



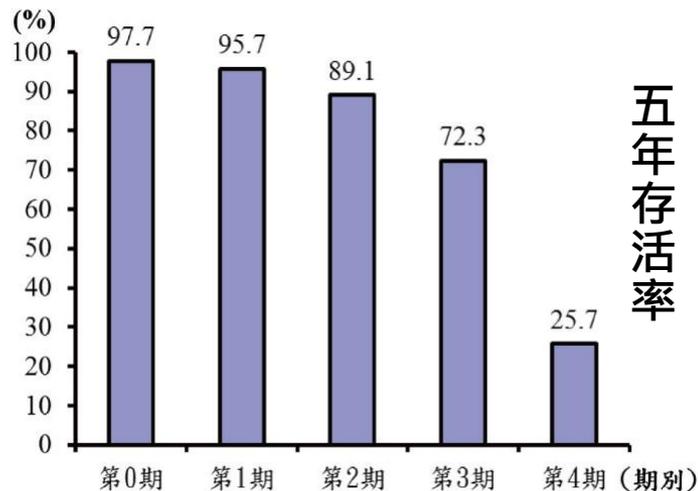
# 乳癌

不正常分裂、繁殖而形成的惡性腫瘤



## 乳癌

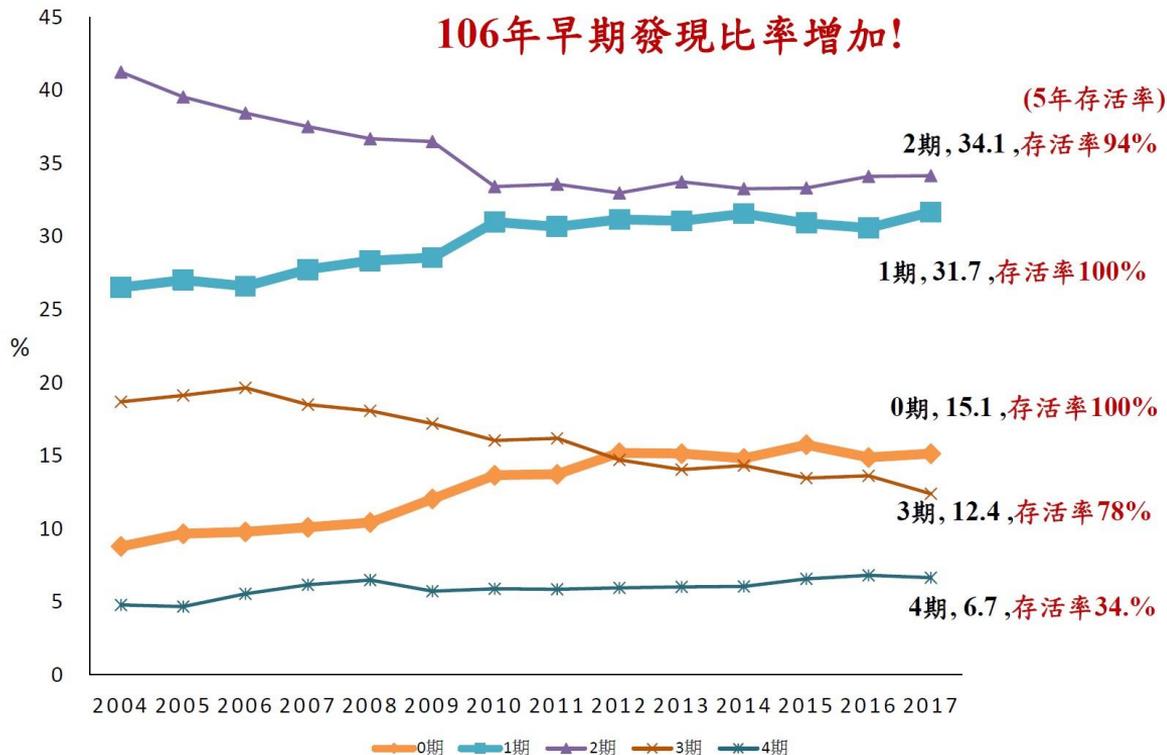
- 乳癌是國人女性癌症發生率首位
- 若能早期發現，其存活率很高
- 近況：
  - 年輕化，發生高峰在45-69歲之間
  - 每年約10000人罹患乳癌，逾2000人死於乳癌
  - 每天約31人罹患乳癌、6人死於乳癌



# 發現乳癌時的期別分布

早期（0-1期）五年存活率超過9成，第4期五年存活率約3成

106年早期發現比率增加！



什麼樣的人容易得乳癌？





認識癌症  
乳癌篇8

# 乳癌的危險因子



圖文創作：健談 havemary.com  
專家諮詢：台大醫院腫瘤醫學部  
陳若白醫師



1

初經早、  
停經晚者



2

未曾生育，  
或30歲後才  
生第一胎者



3

未曾哺育者



4

有乳癌家  
族病史者



5

有婦癌  
病史者



6

有菸癮  
酗酒者



7

飲食不均衡  
或缺乏運動者



8

肥胖或代謝  
症候群患者



9

青春期前胸部曝  
露過量輻射線者



10

由環境中不慎攝取  
過多女性賀爾蒙者

乳癌相關問題，建議諮詢  
『乳房外科、血液腫瘤科、腫瘤內科』



更多資訊請上 健談 havemary.com





要如何預防呢？

# 乳癌的篩檢



每個月自我檢查



臨床醫師觸診

乳房X光攝影

乳房超音波

< 檢查時機 >

- 月經結束後3~5天
- 無月經則只要每月固定一天

## 乳癌的篩檢



每個月自我檢查

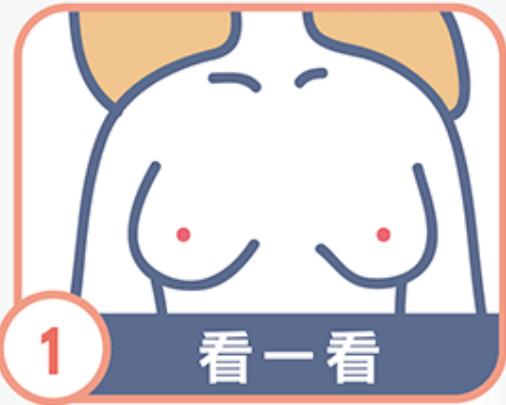


臨床醫師觸診

乳房X光攝影

乳房超音波

# 乳房自我檢查



雙手放鬆，**觀察乳房**  
是否對稱、有無異狀



抬起上臂，以乳頭為中心點  
用指腹順時鐘方向**觸壓乳房**

## 乳房自我檢查



# 乳房異常狀態



乳頭異常變化  
或異常分泌物



膚紅腫熱痛



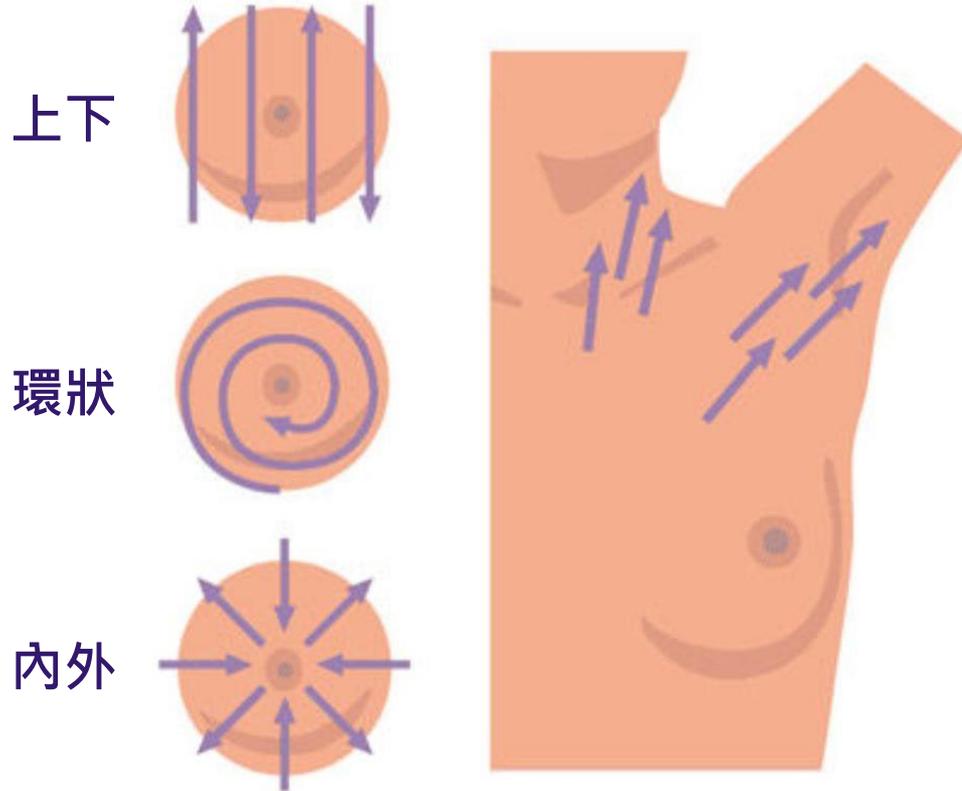
靜脈血管擴張



乳房腫塊或凹陷



# 淋巴結



## 乳房X光攝影

- 50歲以上婦女每1-3年接受1次乳房X光攝影檢查，可降低乳癌死亡率2-3成
- 國民健康署提供45-69歲婦女每2年1次乳房X光攝影檢查
- 具有家族史者，補助門檻降低至40歲



認識癌症  
乳癌篇8

# 乳癌篩檢注意須知



健談

圖文創作：健談 [havemary.com](http://havemary.com)  
專家諮詢：台大醫院腫瘤醫學部  
陳若白醫師



1 檢查期間應避  
開月經前一週



2 檢查當日勿穿  
著連身衣裙



健談 [havemary.com](http://havemary.com)  
45至69歲婦女每兩年可接受  
免費乳房X光攝影檢查一次  
若二等親內罹患乳癌者，免費  
篩檢可提前至40歲開始



3 檢查當日勿在乳房  
、腋下等處塗抹除  
臭劑、粉類或乳液

乳癌相關問題，建議諮詢  
『乳房外科、血液腫瘤科、腫瘤內科』



更多資訊請上 健談 [havemary.com](http://havemary.com)



## 乳房攝影結果

檢查結果	後續處理
0	疑似異常：發現病灶或變化，但不能確定為良性或惡性腫瘤，需要其他影像輔助檢查以確定診斷
1	無異常：未發現任何病灶或變化，建議每2年1次定期檢查
2	良性：有發現影像變化，但應為良性，建議每年定期檢查即可，亦可諮詢乳房專科醫師
3	可能良性：乳房有變化但疑似良性，建議6個月內追蹤檢查
4	異常：乳房有異常變化疑似惡性，需考慮進一步作穿刺生檢或病理組織切片
5	異常：乳房有異常變化及可能是惡性腫瘤，應盡速接受手術或切片檢查

# 常見 Q & A



## 沒有摸到硬塊，是不是就可以不用做乳房攝影檢查？

有經驗的觸診可分辨大部分腫塊，仍有觸摸不到或腫塊不明顯的情況：

- 當腫塊位置較深，可能觸摸不到
- 有些早期乳癌(第0期或第1期)尚未形成腫塊，無法被觸摸檢測出來

**乳房攝影檢查 → 偵測早期乳癌！**

## 乳房 X 光攝影聽說很痛，是真的嗎？

為了獲得清晰的影像，並減少輻射劑量，必須將乳房夾緊，以減少乳房組織重疊，才能清楚顯現病灶，所以會有些微不適感。因此，月經來前一週較不合適受檢。

## 我怕痛，可以做乳房超音波就好嗎？

- 在偵測乳癌上，乳房超音波相對乳房X光攝影差，尤其針對鈣化點，故無法發現大部分原位癌。
- 國民健康署針對國人40~49歲婦女所進行的乳癌篩檢隨機試驗結果顯示，乳房X光攝影的敏感度為(90%)較乳房超音波(55%)高。

## 乳房超音波

## 乳房攝影

年齡 不限

40歲以上較佳

侵襲性 無

1. 乳房壓迫疼痛感
2. 少許輻射曝露

優點

1. 摸得出的腫瘤，準確度高
2. 容易區分實心腫瘤或水瘤

常能發現零期乳癌  
(尤其是以鈣化點為表現者)

缺點

不易驗出以鈣化點為表現的零期乳癌

對腫瘤敏感度較低



認識癌症  
乳癌篇5

# 如何預防乳癌



havemary.com

圖文創作：健談

盡量避免  
抽菸、喝酒



盡量減少攝取脂肪性食物，  
多攝取纖維性食物



規律運動、  
維持體態



30歲以後，  
建議每年做乳  
房X光或超音  
波檢查



每個月做乳  
房自我檢查



更多資訊請上 健談 [havemary.com](http://havemary.com)

## 癌症死亡發生時鐘



- 109年平均每10分30秒就有1人因癌症死亡，較108年10分27秒慢3秒，為自98年以來，癌症死亡發生時鐘首次增加(變慢)
- 呼籲大家多加利用糞便潛血、口腔黏膜、乳房攝影及子宮頸抹片檢查，以落實早期發現、早期治療的癌症防治政策



## 影片欣賞

- <https://www.youtube.com/watch?v=RgQl5T0dEgM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=txtnm5Reqf8>

## 參考資料

- 衛生福利部國民健康署
- 乳癌防治基金會
- 健談網
- 郭綜合醫院林柏宗醫師衛教ppt



謝謝聆聽！

