

何時開始定期乳癌篩檢？

台灣地區的乳癌發生率，平均年齡層為47歲，在40~49歲出現高峰，較歐美國家年輕10歲左右，而且已經成為25~44歲女性的頭號殺手，正是家庭孩子需要她的壯年期，一個女主人倒下，不僅僅是一個家庭的破碎，是社會的損失，對她個人而言更是個重大打擊。因此國人女性的定期乳房篩檢開始的年齡應該比歐美國家早。

醫師建議定期乳癌篩檢法

首先婦女應當每月定期作乳房自我檢查，最適合的時間是月經來潮後一周左右，但根據國外大型研究顯示，婦女做乳房自我檢查成效不彰，單獨只靠自我檢查是不足而且危險的。只有定期以精密儀器篩檢，才有機會早期發現乳癌，提升完全治癒的機會。

乳房攝影 VS 乳房超音波

台灣婦女的乳房多屬緻密性質，此類型體質在超音波檢查下常較乳房X光攝影易偵測到腫塊；但對於沒有觸摸到的腫塊，在乳房X光攝影所呈現的顯微鈣化，乳房超音波則較不易偵測到。因此由乳房超音波與乳房X光攝影進行檢查，常有互補效果。國家衛生研究院，乳癌診斷共識建議，35歲以下的婦女，由於放射線可能帶來身體負擔，且乳房緻密，乳房X光攝影品質不易控制，應以超音波檢查為主。因此，一般建議是在20~44歲之間，每年可由醫師做理學檢查，必要時安排乳房超音波檢查；45歲以上，除每年由醫師做理學檢查外，也應定期做乳房攝影及超音波檢查。

A. 乳癌高危險群 (致癌相對機率大於4倍)
1. 一側乳房得過乳癌 2. 特殊家族史 (停經前得過兩側乳癌) 3. 乳房切片有不正常細胞增生現象
B. 次高危險群 (致癌相對機率大於2-4倍)
1. 母親或姐妹得過乳癌 2. 第一胎生育在三十歲以後 3. 未曾生育者 4. 停經後肥胖 5. 卵巢癌及子宮內膜癌患者 6. 胸部大量放射線照射
C. 略高危險群 (致癌相對機率1-2倍)
1. 長期中量飲酒 2. 在12歲以前初經 3. 在55歲以後停經
D. 其他可能危險因子
1. 口服避孕藥 2. 更年期荷爾蒙補充療法



無明顯異常者：建議每年定期追蹤一次乳房超音波。45歲以上合併兩年一次乳房攝影。

脂肪瘤：是指由成熟細胞增生形成的良性腫瘤。

鈣化點：乳房鈣化是在影像上看見一些小白點。鈣化點本身並不是疾病，很多良性情形會有伴隨鈣化產生，如血管鈣化、纖維腺瘤鈣化或受傷後乳腺脂肪細胞壞死而產生鈣化等。雖然乳房鈣化點大部分是良性疾病引起，但鈣化也有可能是乳癌表現方法之一，必須詳細檢查區分。

纖維腺瘤：是常見的乳房良性腫瘤，纖維腺瘤的成因不明，目前只知道此病好發於20-50歲的婦女，會受到女性荷爾蒙的影響。懷孕、哺乳期乳房纖維腺瘤可能會體積增大，更年期之後，纖維腺瘤可能會縮小。

纖維囊腫：是常見的乳房良性腫塊，是由於乳房組織對於身體內正常分泌的賀爾蒙反應過於強烈，而發生的一種良性增生現象，有不少女性具有此類變化。

腋下腫塊或淋巴腫：可能為發炎或腫瘤引起，需進一步檢查。

乳頭息肉或皮膚病變：可能為發炎或腫瘤引起，需進一步檢查。

乳房局部不對稱或組織結構變形：可能是良性腫瘤、纖維囊腫、手術後變化等所引起。重要的是，惡性腫瘤也可能造成影像上的異常；同時，由於東方人乳腺組織普遍較緻密，可能降低乳房X光攝影準確度，因此需要配合乳房超音波針對病灶做評估分析。

總評：

複檢追蹤： 立即(考慮抽吸化驗或組織生檢)
 3個月 6個月 1年