# 乳癌治療全攻略
# 從診斷到康復 與您攜手迎向新生

**根據衛生福利部近幾年的統計，乳癌長期位居我國女性好發癌症的第一名。當聽到自己或親友被診斷出乳癌時，第一時間往往會感到錯愕與恐懼。然而，隨著乳房篩檢和現代治療技術進步，乳癌的早期發現率與治療成效都有明顯提升。乳癌早已不再是令人絕望的絕症。只要透過早期發現與正規治療，治癒率非常高，許多病友都能夠順利康復，重新擁抱精彩的人生。**

文 / 蔡明霖
國泰綜合醫院乳房中心主任

許多人得知自己罹患乳癌時，第一個念頭往往是「是不是一定要化療？」或「還有沒有機會治好？」其實，乳癌並不是只有一種治療方式，而是會依照癌症期別、腫瘤特性、患者年齡及身體狀況等因素，規劃個人化治療方式。



## 了解敵人：乳癌的分期與分類

在擬定治療計畫之前，醫師必須先了解腫瘤的分期與分類。

1.乳癌的分期：根據腫瘤大小、是否轉移至腋下淋巴結，以及是否有遠端器官轉移來判定。分為零期（原位癌）到第四期（轉移性乳癌）。期別越早，治癒的機率越高。

2.乳癌的分類：透過病理化驗，將乳癌分為幾種類型，包含「荷爾蒙受體陽性（HR+）」、「人類表皮生長因子受體2陽性（HER2+）」以及「三陰性乳癌」。了解分類能決定患者是否適合特定的荷爾蒙或標靶藥物，實現「個人化精準治療」。例如，荷爾蒙受體陽性的乳癌，通常可以使用荷爾蒙治療；HER2陽性的乳癌，則可能適合標靶治療。因此，即使都是乳癌，不同患者的治療計畫也可能完全不同。

## 根除腫瘤的先鋒：手術治療

對於早期乳癌患者來說，手術是治療最關鍵的一步。主要分為兩大類：

1.乳房保留手術：若腫瘤較小，醫師會選擇只切除腫瘤及少部分正常組織，保留乳房外觀。術後通常搭配放射線治療，以降低復發風險。現在還有整形式乳房保留手術的方式，可以盡量維持乳房的美觀和對稱，但是有傷口較長的缺點。

2.乳房全切除手術：若腫瘤較大或多發性分佈，則可能需全乳房切除。現代醫學重視病友生活品質和美觀，「乳房重建手術」變得相當普遍，可利用自體組織或植入物恢復乳房外觀，減少身體形象的改變。也可以選擇保留乳頭和乳暈的乳房全部切除的方式，更進一步減少乳房外觀的變化。此外，隨著內視鏡和達文西機械手臂的引進，可以減少手術傷口大小，達到更美觀的效果。

手術中通常也會進行「前哨淋巴結切片」，檢查癌細胞是否蔓延至腋下淋巴結，作為後續治療的參考。

## 打擊癌細胞：全身與輔助性治療

為消滅潛伏的微小癌細胞並降低復發機率，醫師可能會安排以下輔助治療：

1. 放射線治療：利用高能量射線照射手術部位，精準殺死殘存癌細胞。接受乳房保留手術的患者，通常會接受放射治療；部分接受全乳房切除的患者，若具有較高的復發風險，也可能需要放射治療。常見副作用包括皮膚發紅或疲倦。

2. 化學治療：透過注射或口服藥物，殺死快速分裂的癌細胞。也就是俗稱的「化療」。並非所有乳癌患者都需要化療。醫師會根據癌症期別、腫瘤大小、淋巴結狀況、腫瘤生物特性，以及部分患者的基因或基因表現檢測結果，評估化療可能帶來的好處。化療可能在手術前進行，稱為術前治療，目的是縮小腫瘤、增加手術選擇、改變受續治療的方式；也可能在手術後進行，用來降低未來復發的風險，增加存活率。

3.標靶治療：針對HER2陽性患者，標靶藥物能精準鎖定癌細胞攻擊，減少傷害正常細胞。這項技術讓HER2陽性乳癌的治療成效大幅提升。

4.荷爾蒙治療：部分乳癌細胞會受到女性荷爾蒙刺激而生長。對於荷爾蒙受體陽性的患者，醫師可能使用抗荷爾蒙藥物，降低荷爾蒙對癌細胞的刺激。這類治療通常需要持續數年。療程需持續數年，副作用多為類似更年期的症狀。

5.免疫治療：新興治療方式，主要用於三陰性乳癌。原理是喚醒患者自身免疫系統，主動攻擊癌細胞。

## 療程中的生活照護與心理支持

乳癌治療是充滿挑戰的過程，日常照護與心理調適同樣重要。

**• 飲食方面，建議多攝取優質蛋白質（如魚、蛋、豆製品）幫助組織修復；多吃蔬菜水果。治療期間應避免生食，防範感染。**

**• 運動方面，體力允許下，適度散步或伸展能促進血液循環，減輕癌症治療帶來的疲憊感。**

面對病痛感到焦慮是正常的，鼓勵病友多與家人傾訴，或加入乳癌病友支持團體。與有相同經歷的戰友交流，能成為撐過艱辛療程的強大後盾。

## 結語：充滿希望的未來

乳癌的治療是一場需要耐心與毅力的長期抗戰。請務必與醫療團隊保持密切配合，不要聽信偏方而延誤正規治療。現代醫學是您最強大的武器，只要抱持希望，積極面對，一定能夠跨越難關，再次綻放健康美麗與生命光彩。