重拾自信與對稱的美麗
乳房重建手術的溫柔選擇

在門診或病房中常遇到剛得知罹患乳癌的女性朋友，眼神裡除了對疾病的焦慮，往往還藏著另一層難以啟齒的擔憂：「醫師，切除之後，我是不是就不完整了？」

文 / 蒲啟明
國泰綜合醫院外科部副部主任暨整形外科主任



隨著乳癌篩檢普及與醫療進步，乳癌的治療成效已大幅提升。現代乳房手術的觀念早已從單純的「切除病灶」進展到「兼顧身心修復」。乳房重建不只是外觀的重塑，更是一場幫助病友找回生活平衡、穿衣自由與心理自信的修復過程。

重建的黃金時機：即時與延遲

乳房重建依照手術施行的時機，主要分為兩種：

- 立即重建：在乳房外科醫師進行全切除手術的同時，整形外科醫師緊接著進行重建。好處是「一次麻醉、同步完成」，且能保留原有的乳房皮膚包覆，術後醒來不會經歷胸部完全平坦的心理衝擊，是目前相當普遍的模式。
- 延遲重建：若術後需要高劑量放射治療，或患者在罹癌初期希望先專注抗癌、待身心與病情穩定後再評估，也可以在數月甚至數年後進行延遲性重建。

量身打造：常見的乳房重建方式

每個人的體型、生活型態與切除範圍都不同，重建手術沒有「最好」的方式，只有「最適合」的方案。臨床上主要分為兩大主流：

1. 義乳植入重建

這是目前接受度極高、手術相對單純的選擇。

- 手術方式：若保留的皮膚充足，可直接

置入合適體積與材質的矽膠義乳；若皮膚張力不足，則可先放入「組織擴張器」，於門診定期注射生理食鹽水將皮膚撐開，待空間足夠後再換成永久義乳。

- 優點：手術時間短、傷口僅限於乳房部位，不需破壞身體其他區域的組織，恢復期相對較快。
- 缺點：莢膜攣縮、義乳破裂、滲漏、移位或邊緣出現波紋感、有時需分兩個階段手術及外觀與觸感較固定。
- 適合對象：體型偏纖細、身體其他部位沒有足夠多餘脂肪或皮瓣可供轉移者。

2.自體組織皮瓣移植

利用患者自身多餘的組織來重建乳房，帶來更自然的觸感與外觀。

- 手術方式：最常使用的是腹直肌皮瓣或背闊肌皮瓣。將下腹部或背部的脂肪與皮膚組織轉移至胸部，重新雕塑出乳房輪廓。
- 優點：一次完成、觸感柔軟自然，且隨著年齡與體重增減，重建的乳房會與對側自然變化；利用腹部皮瓣重建還能同時達到類似「腹部拉皮」的效果，術後小腹一片平坦。
- 缺點：手術時間長且技術門檻較高、較長的疤痕、皮瓣壞死風險、身體復原期稍長。
- 適合對象：腹部或背部有足夠組織、希望觸感柔軟、或曾接受過放射治療導致局部皮膚彈性較差的患者。

畫龍點睛的精雕：自體脂肪移植與乳頭重建

完整的乳房重建往往是一個精雕細琢的過程，重建之後有時候需要做一些小的修飾讓乳房更臻完善：

- 自體脂肪精微移植：無論是義乳或自體皮瓣重建，術後常會搭配局部脂肪抽吸與精微注射，用來修飾邊緣輪廓、填補組織凹陷、改善皮膚厚度與質地，讓整體曲線更加自然對稱。
- 乳頭與乳暈重建：在乳房主體形狀穩定後（通常術後3至6個月），可透過局部皮瓣縫合重塑立體乳頭，並搭配醫療紋繡技術重現自然的乳暈色澤，完成最後一步的修復。

面對重建手術的抉擇，每種方式都有其優缺點，但醫學的進步讓我們有了更多選擇的權利與從容。罹癌從來不是生命的終點，而是一段重新認識自己、重塑身心的歷程。身為外科醫師，我們深知妳在面對疾病時的堅韌與不容易；在抗癌的漫漫長路上，妳不必獨自承擔所有的失落與改變。無論選擇哪一種重建方式，醫療團隊都會陪伴在側，細心傾聽妳的期待，量身雕琢最適合的方案。願這份專業與支持，能為妳撫平身體的印記，找回原本的自信與從容，溫柔而篤定地迎向更美好的全新生活。

重建方式	主要優點	考量因素	建議對象
義乳植入	手術時間短、無額外供區傷口、恢復快。	觸感相對緊實、需定期追蹤義乳狀態。	偏瘦、腹部無多餘脂肪、不想增加額外傷口者。
自體皮瓣移植	觸感柔軟自然、隨體重自然變化甚至下垂、無排斥問題。	手術時間較長、身上有額外供區疤痕。	腹部/背部組織充足、曾接受放療、追求自然垂墜感者。
自體脂肪修飾	傷口微小、精準修飾細部輪廓與邊緣。	單次填補量有限，視需求可能需分次進行。	用於各類重建後的邊緣過渡、局部凹陷精雕。