

# 乳房疼痛

一般外科 乳房中心

乳房疼痛的處置首重病史及理學檢查，排除乳癌的可能性後，有八成以上的患者不需治療。一般民眾常犯有「疼痛不會是乳癌，不痛的才是乳癌」的錯誤觀念；切記疼痛與否絕對不是診斷乳癌的根據，乳癌還是有可能以疼痛為表，乳癌引起的疼痛往往是單側乳房產生的疼痛且會持續存在，疼痛的位置有固定的點。建議當妳發覺乳房疼痛不適時，應至乳房門診加以檢查。

乳房疼痛可從月經來前幾天輕微不適或到整個月都覺乳房有刺痛、燒灼感。一般乳房疼痛可分為三類：

1、週期性疼痛(Cyclic Mastalgia)：常於月經來前一週左右，覺得雙側乳房脹痛，有時只是單側發生，有時疼痛會傳到腋窩或上臂，通常月經之第二、三天就會慢慢消失。此類型疼痛可伴隨有乳房結節和腫脹，好發年齡為30~40歲，不過在本院我們統計週期性乳房疼痛的發生率年齡層在年輕女性或近停經女性兩者並無顯著差別。大多數在停經後乳房疼痛都會消失，而且此類週期性疼痛對荷爾蒙治療效果較佳。

2、非週期性疼痛(Non-cyclic Mastalgia)：一般好發年齡層比上述週期性疼痛者來得晚些，平均好發年齡約43歲。症狀大多為單側乳房在某些特定區域疼痛感；臨床上約有10%非週期性乳房疼痛是乳癌導致，對於此類患者可利用乳房X光攝影和乳房超音波檢查，有部份患者可經它得到診斷上的幫助。而非週期性乳房疼痛使用荷爾蒙治療效果則不如週期性乳房疼痛來的有效。

3、第三類為其他原因引起的疼痛如：

(1) 梯采氏症(Tietze Syndrome)：一種肋骨軟骨炎，以單邊乳房，尤其內側肋骨軟骨處疼痛為表現；可發生於任何年齡層，通常出現於第1至第4肋骨軟骨部，壓迫該部分時的疼痛情形與自然發作時的相似乃是一大特徵。胸痛有時過幾天後就會自然緩解，但也有困擾很多年的病例。消炎止痛藥、局部注射類固醇、併用肋間神經阻斷是治療的方法。

(2) 因撞傷或愛愛時過度的吸咬、柔捏、壓擠引起的乳房疼痛，不合適的胸罩或金屬扣也會造成乳房傷害而引起疼痛。

(3) 情緒緊張或壓力因素造成體內分泌異常也會誘發乳房疼痛，當壓力消失後，乳房也就不痛了！

(4) 單側乳房疼痛持續幾天後，胸壁上的皮膚出現小水疱疹，才發現原來是帶狀疱疹侵犯肋間神經致使乳房疼痛。

(5) 感染引起的疼痛常伴有紅、腫、熱、痛等發炎現象，可在一夕之間突然發生

疼痛和腫塊。需使用抗生素控制，如果乳房形成膿瘍，就需將膿引流出來。

(6) 龐大而下垂的乳房引起的疼痛是由於乳房和前胸壁的纖維結締組織受到太大的重量，過分拉張之結果。

(7) 乳房切片後的疼痛、肌肉神經痛...等。

由此可知，不管良性乳房疾病或惡性乳癌都可能造成乳房疼痛，經消除乳癌疑慮後，大多數乳房疼痛會感覺緩解，只有少部份需要治療。

乳房疼痛的治療上，經消除乳癌疑慮後，只約有15%的女性乳房疼痛需要治療，而治療對象往往是因為疼痛程度影響到日常作息，常用的治療藥物有：

(1)月見草油(Evening Primrose oil)：一種富含必需脂肪酸的天然產物，不論週期性乳房疼痛或非週期性乳房疼痛均適用，整體上療效類似Bromocriptin，但不如Danazole 來的有效。其最大特點為使用後極少產生副作用，不像荷爾蒙療法有相當比例的副作用產生。為一種營養食品。

(2)大豆異黃酮(Isoflavone)：一種類似女性荷爾蒙的天然植物性化合物，又稱為植物雌激素，許多植物如大豆、棗椰、石榴中都有這類成分。為一種營養食品。

(3)聖潔莓(Vitex agnus castus or Chasteberry)：一種天然植物黃體素，以女性賀爾蒙調節功能著稱。非醫療用品，乃日常生活保健食品。對於女性常見的月經前乳房的疼痛和經痛皆有效果。能幫助規律混亂的經期，促進正常排卵。應避免與賀爾蒙藥物(包括避孕藥)並用。

(4)Bromocriptin(Parlodel：伯汀錠)：可抑制腦下垂體泌乳激素之分泌，而降低泌乳激素值，可有效治療週期性乳房疼痛，但對非週期性乳房疼痛則無效。使用此藥後可能會有嘔心、嘔吐、頭暈、頭痛等不適副作用。

(5)Danazol(療得高)：一種合成的類雄性激素藥物，對乳房疼痛療效頗佳，尤其是週期性乳房疼痛者更有效；一般建議使用時間為二個月至半年。副作用包括月經不規則、嘔心、體重上升、長青春痘及臉毛生成等。

(6)Tamoxifen(泰莫西芬)：一種女性荷爾蒙拮抗劑，可以治療及預防乳癌，有文獻報告嚴重乳房疼痛，經使用Tamoxifen後，其中三分之二患者得到疼痛的完全緩解。

(7)口服止痛藥或副腎皮質荷爾蒙的局部注射：適應用肌肉神經痛或定點性的胸壁疼痛。

建議女性朋友若發覺乳房疼痛不適時，不妨至乳房門診，可讓你美麗的乳房得到完美的防護。