

對於乳癌的 16 個迷思

美國 newswise 新聞網站報導 — 每七名婦女當中就有一名婦女在她一生之中可能罹患乳癌。但是多數的婦女到底對這種疾病的瞭解有多少？

美國密西根大學綜合癌症中心的乳癌專家認為，婦女對乳癌的誤解往往會造成她們不必要的過度焦慮。有時候，恐懼使得婦女無法尋求有效的治療。

在這裡，專家們要揭開一般人對於乳癌的 16 個迷思：

第一個迷思—

如家族中有人得過乳癌，我才會得乳癌。我的家族中沒有人罹癌，所以我不用擔心。

百分之 80 到 85 罹患乳癌的婦女都不是來自有罹患乳癌的家族。即使你家族裡沒有人罹患乳癌，你每年還是要做一次的乳房攝影。美國密西根大學綜合癌症中心乳房攝影的主任，Mark Helvie 醫師說：「超過 40 歲的婦女都要做乳房影像掃描。」

第二個迷思—

我還很年輕不用擔心乳癌的事。

任何年齡的婦女都有可能罹患乳癌。雖然停經後的婦女較容易罹患乳癌，可是百分之 25 的乳癌患者都小於 50 歲。年輕婦女每年要由醫師做一次乳房檢查，40 歲之後要做乳房篩檢。雖然與年長婦女相比，年輕婦女身上的乳房硬塊較不太可能是癌症，還是要做檢查才能確定。況且，乳癌並非年長婦女的專利。只要摸到硬塊 — 不管你幾歲 — 還是去做檢查比較放心。

第三個迷思—

如果我被診斷出來得了乳癌，我就必死無疑。

現在乳癌方面的治療相當進步，乳癌患者的 10 年存活率達到百分之 85 到 90。如果能夠提早發現，5 年存活率更高達百分之 98。雖然轉移後乳癌病人仍然能存活數年，可是治療轉移性乳癌仍具挑戰性。

第四個迷思—

我罹癌至今已超過五年，所以我的乳癌不會復發。

乳癌雖然較可能在五到十年之間復發，但是它其實是會在任何時候復發。百分之 75 的患者在六年內復發，另外百分之 25 的患者可能在十年內復發。新的荷爾蒙療法，包括泰莫西芬（tamoxifen）和芳香族酶抑制劑（aromatase inhibitors），可以有效減緩癌症復發的速度，因此

一旦停止服用這些藥物，癌症患者還是有可能復發。

第五個迷思—

化療會讓我嘔心，我會一直不斷的嘔吐。

化療確實會讓人覺得噁心和想嘔吐的感覺。但在最近 10 年裡，新的藥物不斷被推出來，這些藥物幾乎可以完全的控制嘔吐，很少有人在做化療的時候會一直有嘔心、想嘔吐的感覺。

第六個迷思—

如果我的乳房裡面有一個硬塊，那就一定是乳癌。

通常你摸到的乳房硬塊大部分不是乳癌。它們可能是囊腫、或是良性的纖維囊腫、或是纖維腺瘤。硬塊也可能是癌前病變，這必須做檢查才能知道。可是不要讓以上的事實讓你放鬆了警惕。所有的硬塊都要做完整的檢查才行。

第七個迷思—

草藥和營養補給品可以治療乳癌。

不管是草藥、營養補給品或任何其他的另類療法都是沒有經過科學驗證的療法。況且，醫生們並不知道這些藥物是否會與現在使用的藥物互相作用，是否有副作用，還是會影響目前使用藥物的效果。

第八個迷思—

我吃健康的食物，所以我對乳癌免疫。

在癌症發展過程，飲食內容雖然舉足輕重，但還需要輔以其他的東西。沒有任何一樣食物或維他命可以預防乳癌。同時，也沒有一樣單一的食物可以造成癌症的發生。攝取健康，均衡的飲食，要每種營養都要攝取到。

第九個迷思—

我的乳房攝影結果正常，所以我不必擔心會罹患乳癌。

乳房攝影能檢出大部分的乳癌，但那只是篩檢的工具而已。每五個乳房硬塊當中就有一個是乳房攝影照不出來的。女性每一年都要找專業醫師做一次乳房檢查。如果你發現有硬塊，即使你上一次的乳房攝影結果正常，也一定要盡快就醫。另外，每一年都一定要做一次乳房攝影。Mark Helvie 醫師說：「每年都做乳房攝影才能突顯篩檢的功用。」因為醫師每次都會與前一次的攝影結果拿出來比對以確定一切正常。

第十個迷思—

我做了乳房攝影之後，他們又叫我回去做進一步的檢查。我八成是得了乳癌了。

有時因為相片中有些黑影，所以醫師會請你回去做進一步的確認。硬塊也許是良性的囊腫。大部分被叫回的婦女做了新的乳房攝影之後，都不需要進一步的檢查。況且，重做檢查的婦女中，百分之九十也都沒有乳癌。

第十一個迷思—

做乳房攝影會很痛。

會舒服嗎？不會。但也不至於痛的受不了，大部分的婦女都說沒那麼痛。停經前的婦女應該在月經過後的頭兩週之內做乳房攝影檢查，因為那時乳房比較沒那麼敏感。如果你覺得做乳房攝影很痛，可以事先告訴技術人員。因為擠壓的力道是可以調整的，技術人員會在擠壓時特別注意所使用的力道。但你要知道，擠壓的力道越大，就能攝得越清楚的影像供影像醫學科的醫師診斷— 所以檢查時的不舒服是有代價的。你也不要認為數位式乳房攝影就不會痛。數位式乳房攝影與標準的乳房攝影一樣，它們都是使用擠壓的方式攝影。

第十二個迷思—

如果我做乳房切片檢查，醫師會在切片的過程中，不跟我說一聲就將我整個乳房都順便切除了。

在切片檢查之前，你會被要求籤一份同意書，同意書中會詳列所有將要進行的事情。以前的醫師會將整個可疑的硬塊切除，然後檢查硬塊是否是惡性腫瘤。現在就不是這樣了。醫師會在做完切片之後與患者討論有哪些治療的方式，患者可以自行選擇治療的方式。

第十三個迷思—

我的乳房硬塊會痛，所以這應該不是乳癌，因為癌症的硬塊應該是不會痛的。

大部分的乳癌硬塊是不會痛的，但是痛或不痛並不能斷定是或不是乳癌。也有些婦女認為不會痛的硬塊就不是乳癌；這也是不對的。痛與乳癌，兩者之間是沒有任何關連的。只要有硬塊都要找醫師做進一步檢查。

第十四個迷思—

如果手術進行的時候，癌細胞暴露於空氣中，它就會在體內到處擴散。

手術不會使癌細胞擴散。美國密西根大學綜合癌症中心乳房中心主任，Lisa Newman 醫師說：「唯一會使癌細胞擴散的方法就是，沒有儘早就醫，使得癌症無法治療。」

第十五個迷思—

放射治療很危險，它會灼傷我的心臟、肋骨和我的肺。

目前用於乳癌的放射治療技術安全、有效、且合併症很少。目前使用的技術已減少心臟、肋骨和肺部的暴露。接受放射治療的婦女僅會有皮膚變黑或有如日照曬傷的紅色斑點。以上的現象在放射治療結束之後也會慢慢消失。

第十六個迷思—

別人要參加臨床試驗是他們的事，我可不要參加。

臨床研究可為大家帶來高品質的醫療照護。在所有的臨床試驗中，每個婦女都會獲得標準療程。有些試驗，有些參加者不僅獲得起碼的標準療程，還會得到最新的治療方法，例如新藥，或是舊藥新用。在有些試驗裡，研究人員希望得到對於癌症生物學的瞭解或判定治療效果，他們可以藉此發展出新的計劃。在以上的情形裡，患者可能只要抽一點血或是做一些問卷即可。

美國密西根大學綜合癌症中心乳房腫瘤臨床主任，Daniel Hayes 醫師說：「我認為每一個婦女都應該問她的醫師【我可以參加哪一項臨床試驗？】，她們起碼該知道她們有哪些選擇。透過臨床試驗，我們能為現代的病患提供良好的醫療照護，在將來、提供她們的姊妹、兒女更好的醫療照護。長遠看來，研究顯示參加過臨床試驗的患者比沒參加過的患者好很多。」(謝家明醫師)