

## 纖維腺瘤(Fibroadenoma)

纖維腺瘤好發於 15-35 歲的年輕女性。它會發生在單一乳房，也會出現在兩側乳房；一個或多個，圓形，堅固的腫塊，可移動，不會痛也無壓痛感的良性腫瘤，通常不會有惡性變化。

一般纖維腺瘤的大小已經超過 1~2 公分或有任何懷疑才需處理。纖維腺瘤的處理一般是採用細針抽吸法做化驗或做小手術將纖維腺瘤拿掉。

纖維腺瘤是良性腫瘤，它既不會轉移，也不會和其他組織糾纏在一起，所以它變成惡性腫瘤的機會極小。

## 纖維囊腫變化(Fibrocystic changes)與囊腫(Cyst)

超過 90%的婦女有纖維囊腫的變化，多半發生在 30~50 歲的婦女，常是兩側性且多發。但有纖維性囊腫變化的乳房並非是一種疾病。經期前，時常出現疼痛或抽痛，感覺有硬塊，會有壓痛，有時會感覺有尖銳的疼痛，纖維囊腫可能會變大腫脹，而當月經結束後又會縮小。纖維囊腫情況在懷孕和泌乳時會的改善。它出現在生育年齡，停經後就消失。纖維囊腫引起的乳房劇烈疼痛或不適感，可以熱敷和按摩以獲得疼痛緩解。

乳房是個深受荷爾蒙影響的器官，當乳房在承受刺激下，分泌物會比較多，也容易產生一些水泡，單一水泡叫「水囊」又稱為「囊腫」。囊腫是充滿液體的空間，形狀為圓形，可移動，觸感為堅硬或柔軟視囊腫內的液體量而不同。乳房自我檢查時可能會發現結節和觸痛感。經期前，時常出現疼痛或抽痛，囊腫可能會變大而當月經結束後又會縮小。

一般囊腫的大小已經超過 1 公分或者囊腫已引起疼痛才需處理。囊腫的處理一般是採用細針抽吸法而較少用手術切除。但是如果有任何懷疑，仍需用手術的方式進一步檢查。

一旦診斷確定是良性腫瘤後，採症狀性治療，例如：纖維囊腫引起乳房劇烈疼痛或不適感，可於疼痛時服用輕度止痛藥。

根據統計資料顯示，患有纖維囊腫的女性，若有非典型上皮異常增生的情況，得到乳癌的機會比正常人高。因此，需加強每個月乳房自我檢查並且每年回醫院做追蹤檢查，而乳房自我檢查和回醫院做追蹤檢查皆須在月經結束後第 5~7 天內執行，如已停經或已無月經的婦女則無此限制，每月選一天容易記的日期做檢查。