



Canadian
Cancer
Society

Société
canadienne
du cancer

乳癌

瞭解你的診斷

Breast Cancer

Understanding your diagnosis



同心合力、戰勝癌症

1 888 939-3333 | www.cancer.ca

乳癌

瞭解你的診斷

當你被診斷患上癌症時，你可能感到孤單和恐懼；你也許為需要瞭解大量的資料和將要面臨種種的抉擇而感到徬徨。

本冊子內的簡介可以為你和家人提供對乳癌的初步認識。當你有更清晰的瞭解後，便能掌握箇中的情況，並與你的醫護團隊一起選擇最適當的護理。

乳癌的主要患者是婦女，但每年也有少數男士確診患有乳癌。冊子的內容常以婦女為目標，可是罹患乳癌的男士可能認為其中一些資料對他們也很有用。

何謂癌症？

癌症是來自細胞的病症。我們的身體是由數以百萬計的細胞組成，各種組織及器官分別由細胞組合而成，例如肌肉及骨骼、肺和肝等。細胞內的基因控制著細胞的生長、運作、繁殖及死亡。在正常的情況下，細胞會服從命令，我們便能保持健康。

但是有時候有些細胞的指示出現紊亂，導致發生失常的情況。這些細胞會不受控制地增長和分裂，久而久之一些不正常的細胞便會形成硬塊或腫瘤。

腫瘤可以是**良性**（非癌症），也可以是**惡性**（癌症）的。良性腫瘤會留在身體某一部位，通常不會危害生命。

惡性腫瘤細胞卻會入侵附近的組織，並增生擴散到身體其他部位。這些會擴散的癌細胞在醫學上稱為**癌轉移** (*metastases*)。

惡性腫瘤擴散（轉移）的第一個徵狀，通常是附近的淋巴結腫脹，癌症能擴散到身體任何一個部位；所以盡早發現和治療惡性腫瘤是非常重要的。

癌症是根據其發病部位而定名。例如：癌症起初在乳房出現，但後來擴散到肝臟，稱為肝臟轉移的乳癌。

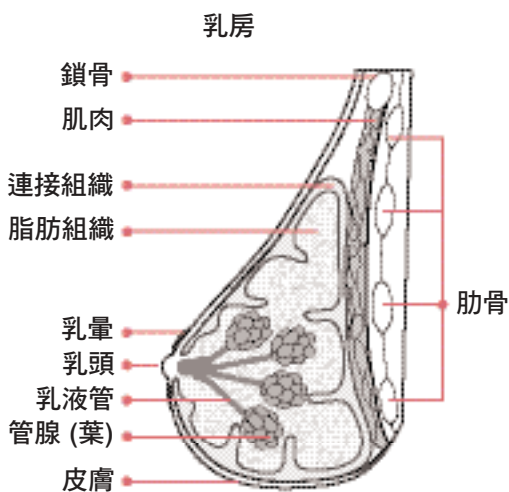
何謂乳癌？

乳癌是從乳房細胞開始發病的。乳房組織覆蓋範圍不祇在乳房，而是伸展至鎖骨，並由腋窩橫跨至胸口中央的胸骨位置；乳房位於胸口肌肉之上，覆蓋著肋骨。每一邊的乳房是由腺、管（幼管）和脂肪組織所組成，乳葉則是集合多組腺臟而成，負責製造乳液，乳液由乳葉流經管狀網絡至乳頭。乳頭位於乳暈的中央，乳暈的色澤較其他皮膚深。在乳葉和管道之間滿佈脂肪組織，並發揮保護功能。

婦女在經期的不同時段，可能會感覺乳房有所不同，有時候在月經來潮前乳房會變得較堅硬。此外，隨著年齡漸長，乳房組織也會改變；年青婦女的乳房組織大多數是腺臟和乳液管，而年紀較大的婦女的乳房則主要是脂肪組織。

乳房還包括淋巴管和淋巴結，這是淋巴系統的一部分，而淋巴系統有助抵抗感染；淋巴管把淋巴液輸送到淋巴結，淋巴結能堵塞細菌、癌細胞和其他有害物質。在乳房附近有多組的淋巴結，包括在手臂下、鎖骨附近和在胸骨背後的胸口位置。

癌細胞可能在乳液管內（稱為乳管癌 *ductal carcinoma*）或乳葉內（稱為乳葉癌 *lobular carcinoma*）開始發病，乳管癌是最普遍的乳癌。其他種類的乳癌例如炎性乳癌（*inflammatory breast cancer*）和柏哲德氏病（*Paget's disease*）的表現會截然不同，而且可能需要採用不同的治療。*



* 本冊子的資料是有關乳管及乳葉癌，如要查詢其他乳癌的詳情，請致電 1 888 939-3333 與癌症諮詢專線聯絡。

乳癌的成因

乳癌並沒有單一的成因，可是下列因素會增加罹患的危機：

- 年齡（任何年齡的婦女都有可能患上，但危機會隨著年齡而增加）
- 曾經罹患乳癌（在一邊乳房曾患乳癌的婦女會較大機會出現乳癌復發）
- 家族裡有成員曾罹患乳癌（特別是在停經前患有乳癌之母、女或姊妹，或BRCA1或BRCA2基因出現突變的人士）
- 家族裡有成員曾罹患卵巢癌
- 從未懷孕或在三十歲後才第一次懷孕
- 初經來得較一般早
- 停經比一般晚
- 接受荷爾蒙補充療法（雌激素配合孕激素）超過五年
- 乳房組織密度高（由乳房X光片顯示）
- 乳房活組織切片檢查紀錄曾顯示某種乳房變化，例如：非癌症的不正常細胞增生（非典型的增殖 *atypical hyperplasia*）

酒精或服用口服避孕藥（避孕丸）會使患上乳癌的機會輕微增加；而其他可能的成因則仍有待研究，例如：吸煙、飲食、體能活動及痴肥等。

有些婦女並沒有以上任何一種危機因素，仍然罹患乳癌；而大部分乳癌患者都沒有家族成員曾患乳癌。而且，很多屬高危一族的婦女也沒有患上乳癌。

乳癌的症狀

首次發現乳癌通常是在乳房或腋窩出現不會痛的硬塊，這可能是由你自己或伴侶察覺，或者在定期身體檢查時或乳房X光片中由醫生發現。

乳癌的其他症狀包括一邊乳房的大小或形狀有所改變，或乳房的皮膚形成小凹或起皺（有時候被稱為橙皮紋皮膚）。你可能發覺乳頭凹陷（稱為乳頭內陷）、乳頭周圍出疹、或有帶血的分泌物。

通常這些症狀都不是因癌症所致，其他健康問題也會引起以上的情況。請緊記，乳房出現硬塊是非常普遍的，尤其在月經之前；大部分的硬塊都不是乳癌，要進行測試才可確診。

乳癌的診斷

若出現以下情況，你的醫生很可能會懷疑你罹患乳癌：

- 定期的乳房X光普查發現問題
- 你向醫生報告乳房或乳頭有異樣
- 進行乳房檢查後，並與你商討有關你的健康狀況，以及你的個人及家族醫療背景。

如果你出現硬塊，你的醫生會觸摸它的大小、形狀和質感，還會檢查是否很容易移動；非癌症硬塊通常與癌症硬塊感覺不同。要確診的話，你的醫生便需要安排特別的測試，這些測試還可用作斷定癌症的「分期」和「等級」。你可能需要接受下列一種或以上的測試：

影像研究 imaging studies：影像研究能夠仔細地檢查組織、器官及骨骼。透過X光、超聲波、CT掃描或骨骼掃描，你的醫護團隊可以探視腫瘤的大小和是否有擴散。這些測試通常不會痛，亦不需要麻醉。

就算你已接受乳房X光普查，也需要再接受診斷性的乳房X光檢查。因為在進行乳房X光普查時發現的不正常部位，可以在診斷性的乳房X光檢查中拍攝多張X光影像。這會使你有些不舒服，甚至有疼痛的感覺，因為拍攝時乳房被兩片玻璃擠壓著，而且要固定站著約一分鐘。

活組織切片檢查 biopsy：要確實診斷癌症，便需要進行活組織切片檢查。從身體抽取細胞或組織樣本，然後放在顯微鏡下檢視；如果發現有癌細胞的話，這些細胞將會被進一步化驗，以瞭解它的生長速度。有以下幾種方法進行乳房活組織切片檢查：

- **活組織化驗針 (fine needle aspiration)** 是利用幼針從硬塊裡取出液體或細胞作化驗，這過程很快，但可能令你不舒服，因為乳房是很敏感的。
- 在進行**活組織主幹化驗針 (core needle biopsy)** 時，醫生會在乳房切開一個小口，針從切口插進乳房，抽取一個或幾個乳房組織樣本。如有需要的話，同時會利用超聲波或X光影像輔助，把針帶到硬塊的位置；切口部分需要進行局部麻醉。檢驗之後，你的乳房可能感覺一碰即痛或出現瘀傷，這會維持一段短時間。
- **外科手術活組織切片檢查 (surgical biopsy)** 是用手術切除部分或整個乳房硬塊，或切除可疑的乳房組織。這檢查共分為兩種：**切入性活組織切片檢查 (incisional biopsy)** 是抽取硬塊或可疑組織樣本來化驗，而**切除性活組織切片檢查 (excisional biopsy)** 則把整個硬塊或所有可疑的組織切除來化驗。這些程序可以在醫務所進行，或在醫院內以門診方式進行，你並不需要住院，在有關的部位會進行局部麻醉。

化驗測試 laboratory tests：活組織切片檢查樣本發現癌細胞的話，你的醫生可能會安排把切除了的乳房組織，進行更多的化驗測試。這些測試讓醫生對你的癌症有更深入的了解，並為你安排最適合的治療方案。

- **荷爾蒙受體狀況腫瘤 (hormone receptor status test)** 會顯示細胞是否出現某一種荷爾蒙受體，含有這些受體的乳癌是需要雌激素和黃體激素生長的。如果活組織切片檢查樣本出現受體，那腫瘤便稱為**陽性荷爾蒙 (hormone positive)**。洞悉腫瘤的荷爾蒙受體狀況，有助預測腫瘤的表現和癌症對荷爾蒙療法會否有反應。進入更年期的女士較普遍出現陽性荷爾蒙腫瘤。
- **HER2測試**是尋找控制HER2蛋白質的癌症基因，HER2代表人類表皮生長因子受體2，HER2是一種在乳房細胞表面的蛋白質，有助推動生長；有些乳癌細胞較其他細胞出現大量的HER2，如果組織內有太多HER2蛋白質，又或者擁有太多能控制它的基因，這腫瘤便稱為**陽性HER2 (HER2 positive)**。陽性HER2乳癌與其他乳癌的表現截然不同，所以需要特定的治療。

- 有時候可能需要安排血液測試，以查看不同種類的血液細胞是否表現正常，還有數量是否也正常。醫生從而知道器官的功能，而且可能會顯示有沒有癌症或癌症是否已擴散。

分期和等級

一旦不幸被診斷患上癌症，你身邊的醫護人員會收集所需的資料，然後決定癌症的期數和等級。

癌症的分期顯示腫瘤的大小，亦說明癌症是否從發病部位擴散到其他部位。

如果是早期的乳癌，祇會在乳液管或乳葉發現癌細胞，稱為**原位癌** (*situ cancer*)；若原位癌是在細胞擴散到附近組織之前確診，那麼把它切除後便沒有擴散的危機了。

當乳癌擴散到乳管或乳葉以外，便稱為**侵略性癌症** *invasive cancer*；如果能及早發現，仍然可以有效治理。

乳癌一共分為五期。

期數	簡述
零	零階段的乳癌有兩種： 乳管原位癌 (DCIS)：在乳液管的內膜發現不正常細胞，但沒有擴散到乳液管外。 乳葉原位癌 (LCIS)：在乳葉的內膜發現不正常細胞。
1	腫瘤是兩公分或以下，癌症並沒有擴散到乳房外。
2	腫瘤是兩至5公分，或癌症已擴散到淋巴結，或兩種情況都出現。
3	癌症已擴散到淋巴結，並可能擴散到附近的組織，例如肌肉或皮膚。
4	癌症已擴散到身體較遠的部位。

若要知道腫瘤的等級，需要把活組織切片樣本放在顯微鏡下檢驗。根據癌細胞的外形特徵和活動狀況，再跟正常的細胞作比較，便能評定等級；醫護人員因此可以瞭解癌細胞的生長速度。乳癌一共分為三個等級。

等級	簡述
1	低級-生長速度緩慢，較少機會擴散
2	中級
3	高級 - 生長速度快，較高機會擴散

瞭解癌症的階段和等級是很重要的，這有助你和你的醫護團隊選擇最適合你的治療方案。

乳癌的治療

你的醫護團隊將考慮你的年齡和一般的健康情況，還有你是否已到達更年期，他們也會考慮癌症的種類、期數、等級、荷爾蒙受體狀況和HER2狀況等等，然後才建議最適合你的治療，他們將協助你作出最終的治療選擇。如有任何問題或顧慮，應立即與他們商量。

癌症治療對每一個人的影響都不同，所以很難估計你會出現哪些副作用。你的醫護團隊會告訴你每一種治療的情況，也會告訴你出現哪些副作用時需要立刻匯報，及哪些可留待下一次治療時才報告。如果發現不尋常的副作用或症狀，請盡快與其中一位醫護人員聯絡。

病人通常都害怕治療所引起的副作用。可是，副作用大都可以控制的，甚至利用藥物預防。請坦白告訴醫護團隊有關你的顧慮和向他們提問，他們會盡力照顧你，和幫助你尋找所需的資料。

在開始接受治療之前，請與你的醫生商討避孕安排

如果你正屬於生育的年齡，縱使已經踏入更年期，但是在治療期間避孕是很重要的，因為在治療期間你可能仍具生育能力，便可能會受孕；有些癌症治療會傷害腹中的胎兒。

患上乳癌可能需要接受下列一項或以上的治療：

手術 surgery：決定進行哪一種手術要視乎腫瘤的大小和位置。手術是會把整個或部分腫瘤切除，亦同時把包圍著腫瘤的一些健康組織切除。手術會在全身麻醉（你將失去知覺）下進行，你可能需要在手術後住院數天。

治療乳癌最普遍的方法是進行外科手術，共有兩種不同的乳癌手術：

- **乳房保存手術 breast-conserving surgery**（乳房腫瘤切除手術 lumpectomy）：不會切除整個乳房，祇切除硬塊和一些組織。
- **乳房切除手術 mastectomy**：把整個乳房切除。

進行手術的時候，醫生通常會在腋窩切除一些淋巴結，以檢查癌症有沒有擴散，這名為**腋窩解剖 (axillary dissection)**。你可能會接受一個較新的程序，名為**前哨淋巴結活組織切片檢查 (sentinel lymph node biopsy)**，意思是可以切除較少數的淋巴結。

手術後你可能有些疼痛和出現噁心，或食慾不振；這些副作用均是暫時性而且可以控制的。手術後乳房的外觀，要視乎有多少乳房組織被切除，還有腫瘤的位置。你可以選擇在進行手術的同時，接受乳房矯建，或考慮日後進行。

如果在臂下的淋巴結被切除，淋巴液便可能在你的手臂或手掌積聚而引致腫脹，這稱為**淋巴水腫 (lymphedema)**。淋巴水腫可以在治療後立刻出現，或在數月後甚至幾年後才產生。

放射療法 (電療) radiation therapy：外置式電波放射療法 (*external beam radiation therapy*) 是使用一座龐大的儀器，小心調校對準腫瘤的位置，然後發出放射性電波。電波穿過的細胞會被毀壞，不論正常的細胞還是癌細胞。如果採用**近距療法 (brachytherapy)** 或內置式放射療法，放射物會直接放入腫瘤或腫瘤附近。

進行保存乳房手術之後，差不多都要接受外置式電波放射療法，以消除任何殘留在乳房範圍的癌細胞。有一些個案將會同時治理淋巴結範圍，此外，乳房切除手術後有時也會採用電療。

電療的副作用一般都較溫和。視乎身體哪一部分需要接受電療，副作用亦相應不同。你可能感覺較平常疲倦或發現電療位置的皮膚有所改變（可能變紅或一觸就痛），而乳頭和乳房底部交疊的位置可能較敏感或疼痛，這都是正常細胞受損所致；這些副作用通常在療程結束和正常細胞自行修補之後便會消失。還有，在腋窩進行電療可能會增加患上淋巴水腫的危機。

化學療法 (化療) chemotherapy：化學療法可能以服食藥丸或注射方式進行。化療藥物會干擾癌細胞的生長和擴散能力，但是它們亦會令健康的細胞受損。雖然健康的細胞會隨著時間慢慢復元，可是你可能還會因為治療而經歷像噁心、嘔吐、食慾不振、四肢乏力、脫髮和容易受到細菌感染等副作用。

在開始接受治療之前，請與你的醫生商討你的生育選擇

有些化療藥物會影響你受孕的能力，所以如果你計劃在治療後生育，請與醫生商量可供你的選擇。

荷爾蒙療法 hormonal therapy：荷爾蒙是由身體腺臟或在實驗室製造的化學物質。這治療方法是把你體內的荷爾蒙消除或阻礙它們的功能，以阻止癌細胞生長。要改變荷爾蒙的水平，可以使用藥物、手術或電療。

如果你腫瘤的荷爾蒙受體呈現陽性的話，你的醫生可能建議你接受荷爾蒙療法。

荷爾蒙藥可以是口服藥或注射劑，或兩者兼用。不同的藥物會引起不同的副作用，你可能出現像更年期般的徵狀，例如：月經失調、潮熱、陰道流出分泌物或情緒焦躁。這些反應通常會退減或受到控制；當療程結束後，副作用也會隨著消失，可是，有時候更年期會成為永久性。

在踏入更年期之前罹患乳癌的婦女，切除卵巢是另一種的荷爾蒙治療。如果卵巢一旦被切除，你會立刻進入更年期，因為卵巢被切除而產生的副作用，大部分較自然踏入更年期時來得嚴重。

生物療法 biological therapy：治理乳癌的生物療法是採用藥物抵抗乳癌細胞的生長，和利用身體的免疫系統消滅癌細胞。

若罹患乳癌的婦女出現過量的HER2蛋白質，或許可以使用生物療法。藥物會以注射方式進行，亦可以同化療一起進行。副作用可能包括像流行性感冒般的症狀（發燒、冷顫、噁心）、頭痛、紅疹或出現心臟問題。

臨床治療試驗 clinical treatment trials：臨床治療試驗會研究治癌的新方法，例如：新的藥物、新的治療方法、或將現有的治療方法組合運用。這都要緊密監察，以確保臨床試驗對參加者是安全的；請徵詢你的醫生，看看有沒有適合你情況的臨床試驗，好讓你有多一個治療的選擇，這是一舉兩得，既利己也利人的機會。

輔助療法 complementary therapies：輔助療法是採用如冥想或治療觸診 (therapeutic touch) 來配合傳統的治療方法。這有待進一步研究，方可證實它的成效和瞭解它的運作。

另類療法 (alternative therapies) 是替代傳統治療的療法，例如傳統中醫藥或特別食療等。另類療法並未經科學方法證實對癌症是安全或有效，所以是否對你有害或對治療有成效，就仍然是未知之數。

如果你正考慮選用輔助療法或另類療法，請盡量瞭解清楚，並與醫護團隊商討，因為這些療法可能會影響測試結果或定期的治療。

治療可能出現的長期副作用

乳癌治療的一些副作用會持續一段時間。長期副作用可能與身體有關，像淋巴水腫、提早更年期或不育等，亦可能影響情緒，像你的自我形像或性慾會改變等。

淋巴水腫 lymphedema：淋巴水腫是因為淋巴液在手臂或手掌積聚而引致腫脹，這可能由於淋巴結在手術中被切除或在接受電療時被損害，或是因為癌症本身而引起。很難預計誰會出現淋巴水腫，但是如果你大部分的淋巴結已被切除，或你腋窩的位置曾經接受電療，那你患上淋巴水腫的機會便會較高。

淋巴水腫可以在治療後立刻出現，或在數月後甚至幾年後才產生，它可能是暫時性的，或者成為長期的狀況。大部分出現淋巴水腫的婦女，都能夠把輕度的症狀控制得非常之好。如果在接受手術那一邊的手臂發現任何紅腫或受感染的徵狀，便一定要通知醫生。

更年期和不育 menopause and infertility：月經停止後便會踏入更年期，當婦女的生命步入更年期時，卵巢便會減少製造雌激素和黃體激素，而且也沒有可能懷孕了。

一些像化療或荷爾蒙療法的藥物治療會損害卵巢和引起更年期的症狀，這些症狀通常在治療結束後便消失。有時候，要視乎你的年齡、藥物的種類或你服用的劑量，你的月經可能不會重新再來，而更年期將會成為永久性的。當卵巢被切除後，便會踏入更年期，通常出現的副作用會較自然步入更年期嚴重，你的醫護團隊可以提供方法應付這些副作用。

自我形像和性慾 self-image and sexuality：在一些婦女而言，她們的乳房是作為一個女性、母親或伴侶非常重要的自我形像。接受了乳房腫瘤切除手術或乳房切除手術之後，可能會令你對自己的身體和性慾改觀，或許你希望與你的醫生商討有關義乳（這乳狀物能放在你的乳罩內，還可配合你乳房的大小和形狀）或乳房矯建（以手術重建乳房）等詳情。

或許你擔心如何與伴侶保持親匿，或憂心伴侶會不接受你，其實與你的伴侶或稔熟的親友傾訴可能對你有幫助。你的醫生還可轉介你看專科和輔導員，他們可以幫助你和你的伴侶，應付乳癌治療而引起的情緒副作用。

接受治療之後

定期覆診有助你和你的醫護團隊監察治療後的進度和康復的情況。初期可能由醫護團隊裡其中一位專科負責主理，其後便會由你的家庭醫生跟進。

每個人的覆診時間表都不同。療程後的第一年你可能見醫生的次數較頻密，之後便會逐漸減少。

完成癌症治療或許使你百感交集。你可能因為療程結束而感到高興，亦期待重拾正常的活動；可是，同一時間你或會感覺焦慮。如果你正為治療即將完結而憂心，請與醫護團隊商量；他們隨時在這過渡期裡可以為你提供幫助。

與癌共存

請緊記有很多資源是為癌症病患者和其護理者而設，以協助他們與癌共存。

你的醫護團隊：如果你需要實際的幫助或情緒的支援，醫護團隊的成員可以建議在你的社區裡適合的服務，或轉介你約見癌症中心的職員和精神科專業人士。

家人及朋友：你的摯親可以給你很大的支持。接受別人的幫助，當有人對你說：「請告訴我怎樣才能幫助你」，那便坦誠相告所需。或許他們可以作跑腿、燒一頓飯或送你到醫務所等。

有相同經歷人士的支持：請考慮參加支援小組，或與癌症康復義工傾訴，可以約見會面或利用電話或上網形式進行。與有相同經歷人士交談，和從他們身上學習會對你很有幫助。嘗試一個以上的方法，看看哪一個最適合你。

你自己：要保持開朗。面對癌症的最佳方法是保持身心樂觀；當然每一個人都不同，所以要找尋適合你的方法。你並不需要整天強裝開心或笑臉迎人，甚至強迫自己逃避觸及患癌的痛苦經歷；相反，你可以積極參與一些既輕鬆又喜愛的活動，讓你的思想、心靈及身體能夠煥然一新，從而戰勝癌症。

加拿大防癌協會

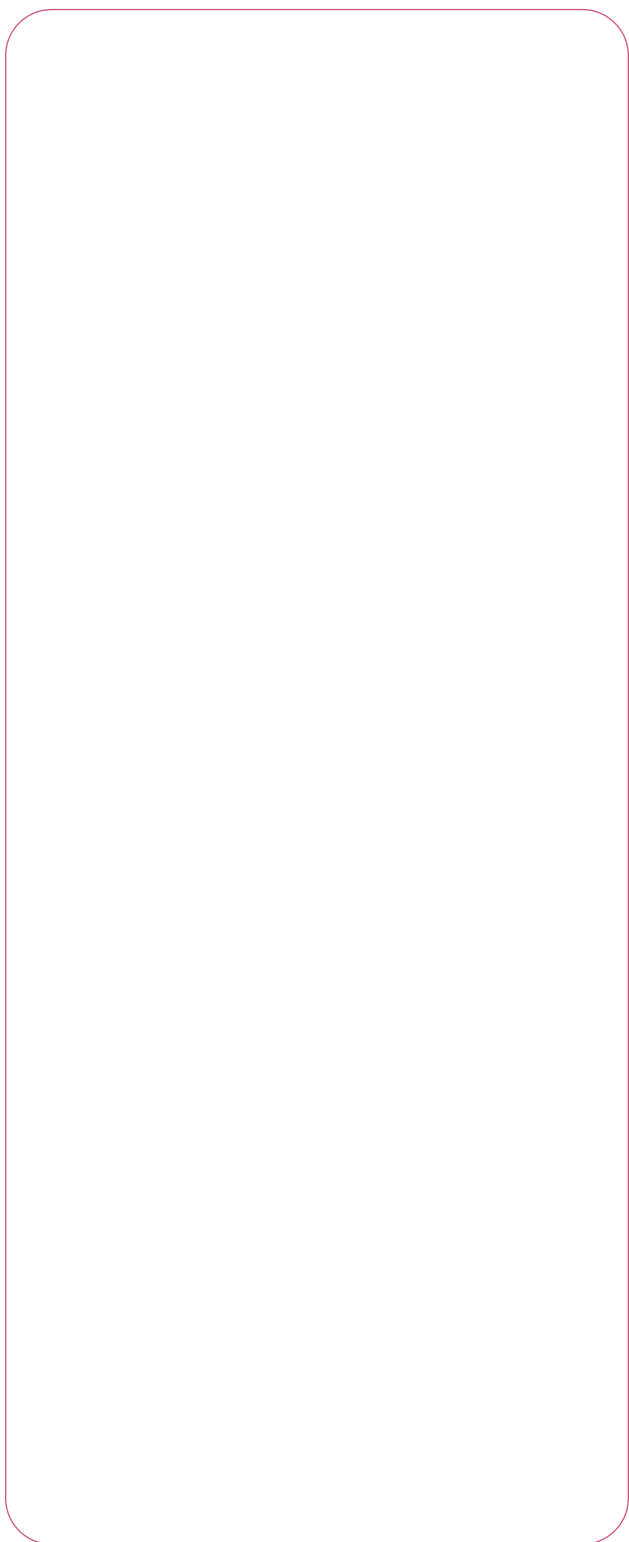
幫助你認識癌症

你對乳癌已有了初步的認識，你可能想再深入瞭解多一點。如欲索取有關乳癌的詳細資料，請與加拿大防癌協會聯絡，我們的服務是免費和保密的。

請以下列方式聯絡加拿大防癌協會：

- 逢星期一至五早上九時至下午六時，致電 **1 888 939-3333**，與諮詢專員查詢。
- 電郵 **info@cis.cancer.ca**
- 瀏覽網址 **www.cancer.ca**
- 聯絡你所住地區的加拿大防癌協會辦事處





本會的工作

加拿大防癌協會一直是抗癌先鋒，這有賴義工及職員的努力耕耘，以及大眾的鼎力捐助，本會服務包括：

- 資助各項最有價值的癌症研究項目
- 倡導健康的公共政策
- 宣傳健康的生活模式，以減低患癌風險
- 提供癌病資訊
- 支援癌病患者及其親友

如欲捐助本會或索取更多有關癌症的資料或服務，歡迎隨時聯絡我們。



Canadian Cancer Society Société canadienne du cancer

同心合力、戰勝癌症

1 888 939-3333 | www.cancer.ca

這是加拿大防癌協會印製的一般性防癌資訊，並非用以取代專業醫療人員的意見。

本冊子資料內容可隨意複印，毋須本會批核，但必須註明為加拿大防癌協會2007《乳癌：瞭解你的診斷》。