**乳房纖維囊腫**

**洪薏雯 醫師 撰寫**

**纖維囊腫的了解**

乳房纖維囊腫是一種良性的乳房變化，常見於生育年齡的女性。為乳腺受女性荷爾蒙刺激所致的一系列變化，包括囊腫(水泡)、乳房腫脹、乳房顆粒感及不同程度的疼痛感。其中乳房腫脹疼痛是病患最常見的症狀，且其最常出現在月經週期前一至二週內，但也有可能因身體狀況或外來的荷爾蒙刺激有不規則出現的情形。

**可能原因:**

目前研究認為跟女性荷爾蒙變化有關，大多數是因為荷爾蒙失調所致，因會隨著荷爾蒙的變化影響，故會隨著月經週期而有所變化，一般常發生於月經來前一至二週，此多於停經後其症狀會漸趨緩解。通常在所有的乳腺組織都可能發生，多見於外上側的乳房。

**治療:**

目前認為是跟女性荷爾蒙變化有關，一般不一定需要特別治療，僅需每半年至一年定期超音波檢查追蹤即可，雖纖維囊腫與乳癌無直接關連，且研究上無証據顯示會增加得到乳癌的風險，但極少數因特殊型態合併異常表現的情形時仍需進一步組織化驗。

**建議照護**

1. 若有腫脹疼痛可熱敷以減輕症狀不適。如月經來前一至兩週開始，每次5分鐘。
2. 飲食上可避免油炸、高熱量食物、含咖啡因食物(如咖啡、茶、可樂)。
3. 若是因服用荷爾蒙製劑(內用或外服)引起，建議先停用。
4. 宜每月自我乳房檢查及定期門診追蹤。

**良性乳房腫瘤**

**定義**

良性乳房腫瘤泛指所有構成乳房之任何部份的組織，發生一個或數個區域間異常性的、非癌化的細胞生長。常見的有纖維腺瘤、管狀腺瘤、乳突瘤、缺腺瘤、脂肪瘤等。

**臨床症狀:**

包括乳房疼痛、生理性腫脹、乳房腫塊、非哺乳性的乳汁異常分泌或乳頭分泌物、可觸摸到的乳房結節。

**病理上的區分:**

1. 非增生性的病變: 如乳腺管的異常增生和纖維腺瘤;
2. 增生性的病變: 如乳突瘤、硬化性的腺體增生或腺管上皮細胞增生等;
3. 非典型的增生性病變: 如非典型葉狀增生及非典型管狀增生。

若為粗針切片檢查為非典型增生，一般建議需進一步手術取出腫塊或病灶做病理診斷，因為其中約有三成上下的病患最後會被確診為乳癌。

**與乳癌的相關性:**

一般而言，大多數的良性乳房腫瘤並不會增加侵襲性乳癌發生的機率。但於增生性乳房病變中，如合併有中等至大量細胞增生的情形，則約有1.5至2倍得到侵襲性乳癌的機率;若是非典型乳葉及乳管增生的情形，則約有高於一般人4倍得到侵襲性乳癌發生的機率。

**檢查:**

除了患者每月的自我檢查外，應按照醫師建議回診時間回診。通常醫師會依據每位病患的病史及臨床身體檢查，來安排相關的乳房攝影或乳房超音波檢查追蹤。其中超音波檢查時，醫師會依據腫塊在超音波下的特性作判斷，若歸類為良性，表示其惡性變化的機會大約小於2%，不一定需要作切片檢查或切除腫瘤，應於6個月後再安排一次超音波，以追蹤腫塊是否變大或型態改變，直到腫瘤大小穩定後才建議改為每年追蹤。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

新北市立土城醫院 (02)2263-0588

我們將竭誠為您服務！ 新北市立土城醫院關心您!