

乳房疼痛知多少

近年來乳癌一直高居台灣女性癌症發生率第 1 名，每年有逾萬位婦女罹患乳癌，近 2,000 名婦女死於乳癌，發生高峰約在 45-69 歲，許多女性聞乳癌色變，只要乳房出現任何不舒服就會懷疑是否得到乳癌，其中以乳房疼痛，乳房硬塊及乳房分泌物是乳房專科門診中最常見的主訴症狀。

乳房疼痛其實很常見，乳房門診中大約 50% 的婦女是因此症狀來就診，75% 的女性終其一生曾出現過乳房疼痛，絕大多數的疼痛是由良性乳房疾病引起，具有自限性也就是一段時間後自動消失，極少部分嚴重疼痛的病人才需要藥物治療

一般來說，乳房疼痛依照與月經週期的關係可分為 2 大類；週期性疼痛及非週期性疼痛，其中以與月經週期有關的週期性疼痛最為常見（約佔 2/3），本文將針對週期性乳房疼痛做進一步探討，這類疼痛通常發生在停經前，以 30~40 歲女性居多，在停經後常會消失，時間上在月經來臨前幾天會較明顯，而月經來後疼痛便會慢慢減低至消失，疼痛多以兩側為主，但也有可能是單側，另外兩側疼痛程度也不一，疼痛位置通常發生在乳房外上側方，有時疼痛會延伸到上臂，大多數女性的乳房疼痛程度輕微，時間一天到三天不等，不過約有

30% 的婦女會有較嚴重的疼痛或是時間超過五天，另外病人在乳房疼痛時也容易覺得有乳房腫塊感

造成週期性乳房疼痛的確定原因尚無法完全確定，不過普遍認為與月經週期中賀爾蒙引起乳腺週期性的組織變化、血管擴張有關，雖然目前文獻認為乳癌與乳房疼痛的關聯性不高（約 5~7%），不過病人遇到乳房疼痛的問題還是建議到專科門診就診，醫師會透過病史，理學檢查來安排適合病人的檢查（超音波或乳房攝影）來排除特定疾病，同時也能解除病人的憂慮。

至於治療方面，經過醫生的檢查及解釋後，百分之八十五的病人的疼痛能被接受或消失，這類病人是不需要服藥的，少數病人因嚴重疼痛而影響到日常生活的話，則必須藉藥物治療方能減輕疼痛；目前常使用治療乳房疼痛有保健食品如月見草油（evening primrose oil）或藥物如 Tamoxifen, Bromocriptin、Danazole 及局部塗抹非類固醇消炎止痛藥(NSAID)等藥物，惟其中有些藥物因影響荷爾蒙的分泌而具有副作用，應該與乳房專科醫師詳細討論後再進行藥物治療