

乳癌篩檢： 認識乳房攝影



您現在可能面臨到需要做決定的時候，您或許自己已經決定，或者簡單地依照醫師的建議來做。不管如何，以下的資訊將可以協助您瞭解：您可以做的選擇是什麼，讓您可以與您的醫師討論您對這些選擇的想法，以下的資料有五個部分：

1 釐清事實

2 乳房攝影的好處及風險

3 什麼是您最關心的事情？

4 您現在偏好於什麼？

5 您還需要哪資訊來協助您做決定？

您可以自己或與自己的家人等信賴的人一起閱讀
及完成此份文件。



這份文件是針對一般風險的女性，正考慮選擇接受
乳房攝影篩檢，這不適用於高風險的女性，
如果您不知道您的乳癌風險，您可以詢問您的醫師。



◎乳房攝影可以早期發現一些可能較容易治療的乳癌。研究發現，接受乳房攝影的女性，比較不會因乳癌死亡。

◎定期乳房自我檢查及乳房超音波檢查並無法減少乳癌的死亡率。

◎隨著年紀增長，乳癌的風險會隨著上升，一般情況下，小於45歲的女性，罹患乳癌的風險較低。

◎所有檢查並非100%準確，乳房攝影有可能會遺漏掉一些乳癌，有些癌症發現後，即使給予治療，仍無法避免死亡。

◎乳房攝影的結果是異常，有可能不是癌症，這意思就是您可能需要更多的檢查，如再進一步做乳房放大攝影、乳房超音波或切片，來確認您是否得到癌症。

◎在極罕見的情形下，乳房攝影可能發現了乳癌，但這些乳癌並不會生長或擴散。不過因為在醫學上無法分辨，所以您可能因此接受了癌症治療。

◎什麼是乳房攝影？

乳房攝影是一種乳房的X光檢查，用來做為篩檢和診斷乳癌。做乳房攝影時需要將您的乳房在兩片平板間壓平，以便能檢查更透徹及降低輻射暴露，這會讓您感覺不舒服，不過這只有幾秒鐘。如果避開月經前或月經那幾天做檢查，不舒服感覺就會比較輕微。



| 什麼是乳房攝影的好處？ |

釐清事實

乳房攝影可以早期發現一些可能較容易治療的乳癌，通常乳房攝影能夠發現您或您的醫生都觸摸不到的小癌症。研究發現，接受乳房攝影的女性，比較不會因乳癌而死亡；隨著年紀增長，乳癌的風險也隨著上升。台灣女性乳癌的發生高峰為45-69歲，因此政府鼓勵45-69歲女性定期做乳房攝影檢查。

| 定期自我乳房檢查沒有好處嗎？ |

乳房自我檢查是發現您自己乳房有變化的一種方法。目前研究顯示，自我乳房檢查並不會減低因為乳癌而死亡的風險，有些女性朋友會覺得定期規律地自我乳房檢查比較可以發現自己乳房的變化，也有專家建議女性做乳房自我檢查，並知道乳癌的危險因子，及知道發現不正常時如何處理，可以幫助提高自我對乳癌的認知。不過做乳房自我檢查必須同時依建議做乳癌攝影篩檢才能減少死亡率，另外，研究證據也顯示，由醫護人員協助您來做乳房檢查並同時做乳房攝影篩檢，並不會比只做乳房攝影篩檢的效果要好。

| 乳房超音波不能當作乳癌篩檢的檢查嗎？ |

乳房超音波通常被當作是乳房有腫塊時的追蹤檢查工具，一般不建議把超音波當作乳房篩檢的檢查工具，因為目前研究顯示，超音波當作乳癌篩檢工具，並不能減少乳癌的死亡率。不過，當乳房攝影在判定乳癌上有疑慮或無法決定要不要做乳房切片檢查時，乳房超音波可以協助做判斷，定期同時做超音波及乳房攝影來當作乳癌篩檢，可能會增加不必要乳房切片的機會，但是好處及利益目前並不清楚。

這份文件是針對一般風險的女性正考慮選擇接受乳房攝影篩檢，不適用於高風險的女性；不過了解高乳癌的風險因子是重要的，因為可能需要有不同的選擇。

任何會增加您得到疾病機會的原因就稱為危險因子，如果您有乳癌的危險因子，您就是乳癌的高危險族群，得到乳癌的機率會比其他同年齡的女性還要高。建議您與您的醫師討論，您是否需要比其他人更提早或更頻繁進行篩檢。

| 乳癌的危險因子 |

◎目前已知的重要乳癌危險因子的有：

1. 年紀。
2. 曾經有過乳癌病史(侵襲性或是原位性乳腺癌)。
3. 有乳癌的家族病史(尤其在父系或母系有多位親戚在停經前被診斷乳癌)。
4. 之前曾經做過乳房切片顯示有異常的乳房細胞(非典型性增生)。

◎其他可能增加乳癌風險的一般危險因子包括：

1. 從未生育。
2. 第一胎大於30歲。
3. 初經早(小於12歲)。
4. 目前正在使用口服避孕藥物或是接受荷爾蒙替代治療；
不過，一旦停止使用這些藥物，風險即會降低。
5. 成年後體重急遽增加，尤其是停經後。
6. 每天飲用超過兩個標準飲酒量(兩瓶易開罐啤酒)。

目前衛生福利部國民健康署針對有乳癌家族史
(指祖母、外婆、母親、女兒、姊妹曾有人罹患乳癌)
的女性，提前自40歲開始提供乳房攝影篩檢。

◎可能會遺漏掉一些乳癌；有些癌症即使被發現，且給予治療，但仍可能會致命。

◎乳房攝影的結果是異常，但有可能根本不是癌症，這意思就是您可能需要更多的檢查，如再進一步做乳房放大攝影、乳房超音波或切片，來確認您是否得到癌症，這些檢查有可能會有傷害或造成您更多的擔心。

◎在罕見的情況下，乳房攝影可能發現了乳癌，但是這乳癌不會生長或擴散。你可能有這種類型的癌症，但現今醫學無法分辨它是否不會生長或擴散。所以，你可能因此接受癌症治療。

◎將會短暫性暴露於少量的輻射。每次乳房攝影的輻射劑量不到每年背景輻射量的一半，並不會造成健康效應。

一般乳癌篩檢研究的好處及風險都是以每十歲來統計，台灣本身的研究與國際研究的結果是類似的。

| 好處 |

國際間研究顯示40-69歲女性如果每年做一次乳房攝影，每10年每1000個人可以發現19-44位有乳癌，每1000個人可以減少1到4人因為乳癌而死亡。

年齡層	每年做乳房攝影的女性，每 10 年發現乳癌的機率
40-49 歲	每 1000 名中有 19 位
50-59 歲	每 1000 名中有 30 位
60-69 歲	每 1000 名中有 44 位

*基於現有的最佳證據（證據品質：中度到高）

Pace LE, Keating NL (2014). A systematic assessment of benefits and risks to guide breast cancer screening decisions. JAMA, 311(13): 1327 - 1335

每 10 年，有或無每年乳房攝影的女性因乳癌死亡的人數			
年齡/項目	有乳房攝影	沒有乳房攝影	乳房攝影導致存活差異
40-49 歲	每 1000 名中有 3 位	每 1000 名中有 3~4 位	每 1000 名中不到 1 位 約降低死亡率 14%
50-59 歲	每 1000 名中有 6 位	每 1000 名中有 7 位	每 1000 名中約 1 位 約降低死亡率 15%
60-69 歲	每 1000 名中有 9 位	每 1000 名中有 13 位	每 1000 名中約 4 位 約降低死亡率 31%

*基於現有的最佳證據（證據品質：中度到高）

Pace LE, Keating NL (2014). A systematic assessment of benefits and risks to guide breast cancer screening decisions. JAMA, 311(13): 1327 - 1335

在乳癌還是可以容易治療時，乳房攝影可以早期發現這一些乳癌；通常，乳房攝影可以發現很小的癌症，這可能是您或您的醫生都觸摸不到的大小。

依國際間研究，每年有乳房攝影的女性，每10年每1000人發現乳癌的人數：

年齡層	每 1000 名中被診斷患有乳癌的人數
40-49 歲	每 1000 名大約 19 位被診斷患有乳癌
50-59 歲	每 1000 名大約 30 位被診斷患有乳癌
60-69 歲	每 1000 名大約 44 位被診斷患有乳癌

| 存活 |

研究發現，接受乳房攝影的女性，比較不會死於乳癌。其存活的好處會隨著年紀增加而增加。因為隨著年紀增長，乳癌的風險也隨著上升。

依國際間研究，每年乳房攝影的女性，每10年：

年齡層	每 1000 名中，因乳房攝影而拯救生命的人數
40-49 歲	每 1000 名大約不到 1 位會因乳房攝影而拯救生命。 這表示超過 999 人，不會有所差別。死亡率約降低 14%。
50-59 歲	每 1000 名約有 1 位會因乳房攝影而拯救生命。 這表示另外 999 人，不會有所差別。死亡率約降低 15%。
~60-69 歲	每 1000 名約有 4 位會因乳房攝影而拯救生命。 這表示另外 996 人，不會有所差別。死亡率約降低 31%。

任何檢查都會有假陽性的風險，也就是說檢查的結果是異常，可是卻沒有得到疾病，乳房攝影也不例外。乳房攝影結果異常，但最後結果不是癌症（所謂的假陽性），可能讓您需要更多的檢查，如進一步做乳房放大攝影、乳房超音波或切片，來確認是否得到癌症。這些檢查有可能是有傷害的或造成您更多的擔心。

依照台灣乳房攝影篩檢資料顯示：

每1000個乳房攝影異常，僅有50到60個真的是乳癌，
這表示其他940-950人沒有乳癌。

乳房攝影假陽性的風險也可能導致不必要的切片檢查。

台灣乳房攝影初次篩檢資料顯示：

每1000名初次乳房攝影篩檢，
大約7位接受不必要的切片檢查，這表示其他993人沒有。

乳房攝影可能發現了癌症，但是它不會導致問題，因為有些乳腺癌不會生長或擴散，你可能有這種類型的癌症，但醫學上無法判斷它是否是無害的。所以，你可能因此接受癌症治療，1000名因篩檢性乳房攝影診斷出患有乳癌的女性，專家估計，其中約130名可能會做了原本不需要的治療。

以上的證據均來自於中度到高品質的研究，可是您必須明白，證據並無法預測什麼事一定會發生在您身上。當證據告訴我們：「100人中有2人的檢查或治療可能有好的結果，而100人當中有98人可能不會」，這並沒有辦法知道您是100個人當中的那2人或98人。

| 專家建議什麼時候開始乳房攝影？ |

對於乳癌一般風險的女性，何時該開始做乳房攝影，目前仍未確定的答案，即使是專家，對於此問題的最佳時間也沒達成共識。

例如：

美國預防服務工作小組建議乳房攝影篩檢頻率，女性50歲至74歲每2年一次，40至49歲，利弊則仍未明朗，您的醫生可以幫助您了解您的個人情況。工作小組表示，50歲之前開始做定期篩查，應視個人情況，包括個人的價值觀，健康史，和她的偏好。

美國癌症學會建議，女性從45歲開始每年乳房攝影篩查，直到54歲；55歲以後，改成每2年一次，該協會還指出，女性可以根據自己的價值和偏好做不同的選擇；40至44歲和55歲以上女性，每年做乳房攝影篩查。

我國衛生福利部國民健康署建議45-69歲女性每2年做1次乳房攝影篩檢。具乳癌家族史（指祖母、外婆、母親、女兒、姊妹曾有人罹患乳癌）的女性則建議自40歲開始每2年做1次乳房攝影篩檢，衛生福利部國民健康署均提供經費補助。

何時停止乳房攝影是另一項決定，您和您的醫生將根據您的個人傾向和整體健康，來決定在適當的年齡停止。

乳房攝影的好處及風險

項目	乳房攝影
通常會做什麼事情？	<ul style="list-style-type: none">❶ 如果您發現您的乳房有任何變化，請就醫。❷ 在 45 歲時，您開始乳房攝影。每 2 年一次。❸ 如果您有一個不正常的檢查結果，您可能會有更多的檢查，如進一步做乳房放大攝影、乳房超音波或切片，以確認是否得到癌症。
有什麼好處？	<ul style="list-style-type: none">❶ 當乳癌還可以容易地治療時，乳房攝影可以早期發現這一些乳癌。❷ 研究發現，大部分接受乳房攝影的女性，比較不會因乳癌而死亡。
有什麼風險和副作用？	<p>每次做乳房攝影的時候，就會有一次風險的，這檢查可能：</p> <ul style="list-style-type: none">❶ 遺漏了一些乳癌。而所發現的一些癌症，可能即使治療，仍無法挽回生命。❷ 檢查結果是不正常的，但是根本沒有癌症（稱為假陽性）。您可能因此而做更多的檢查，如進一步做乳房放大攝影，乳房超音波或切片，以確認是否得到癌症。這些檢查可能是有傷害的或造成了很多擔心。❸ 可能發現了癌症，但是它不會導致問題（所謂的過度診斷）。有些乳腺癌不會生長或擴散。你可能有這種類型的癌症，但醫學上無法判斷它是否是无害的。所以，您可能因此接受癌症治療。❹ 每次乳房攝影，會短暫暴露於非常小量的輻射。

什麼是您最關心的事情

您個人的想法及感受跟醫療證據同等重要，想想哪些是影響您做決定的最重要因素，也看看以下的敘述您感受如何：

我擔心我可能會得到乳癌				我擔心做乳房攝影會不舒服		
較擔心			同樣擔心		較擔心	

我想做乳房攝影，雖然有假陽性機率，但如果可以早期發現乳癌，是值得的。				我擔心做乳房攝影，因為檢查結果是假陽性的機率比發現真的是癌症的機率更高。		
較在意			同樣在意		較在意	

如果我的醫生認為乳房攝影有問題，我不害怕做切片或其他檢查。				我不要做一些我可能不需要的切片或其他檢查。		
較同意			差不多		較同意	

我的其他重要原因：				我的其他重要原因：		
較重要			同樣重要		較重要	

您現在偏好於什麼

現在，您已經思考了事實與您自己的感受了。對於做決定，您可能已經有初步的想法了。現在，請表達您傾向是什麼：

開始乳房攝影						
不確定		無法確定			很確定	

您還需要哪些資訊來協助您做決定

| 釐清事實 |

1. 乳房攝影可以拯救生命？

- ☐ 是
- ☐ 否
- ☐ 我不確定

2. 乳房自我檢查或超音波可以拯救生命？

- ☐ 是
- ☐ 否
- ☐ 我不確定

3. 如果您的乳房攝影檢查結果是不正常，這是否表示你有乳癌？

- ☐ 是
- ☐ 否
- ☐ 我不確定

您還需要哪些資訊來協助您做決定

| 決定下一步是什麼 |

您了解哪些選項可以選擇嗎？

☐ 是

☐ 否

你清楚哪些是您最在乎的好處和副作用嗎？

☐ 是

☐ 否

您有足夠的建議、資訊及協助來幫助您做決定？

☐ 是

☐ 否

| 確定性 |

關於您現在的決定，您感覺您有多確定？

完全不太確定			有點確定			非常確定

在您做決定之前，確認一下您還需要哪些東西。

☐ 我已經做好決定了。

☐ 我想要跟其他人再討論一下再決定。

☐ 我想要了解更多資訊再決定。

決策討論室

利用下方的空白處，寫下您的疑問、擔心、與下一步您想怎麼做。



乳癌篩檢：認識乳房攝影？

| 執行製作 |
佛教慈濟醫療財團法人大林慈濟醫院

| 指導單位 |
衛生福利部國民健康署

| 經費補助 |
菸品健康福利捐

