

乳癌全書

Breast Cancer The Complete Guide

Dr.Me 健康系列
做自己的醫生

女性乳房不僅有其生理功能，更被視為女性特質和性感的象徵，但是女性卻經常籠罩在乳癌的陰影下。根據衛生署最新統計，乳癌是女性前五大癌症之一，為25~44歲婦女的頭號殺手，而且罹病年齡日趨年輕化，所以乳癌的防治是所有女性的共同課題。本書詳敘各種乳癌的資訊，讓你積極對抗乳癌。

- * 乳房的構造
- * 乳癌的檢查、診斷
- * 乳癌的病理解剖
- * 乳房切除手術
- * 乳癌放射治療、荷爾蒙治療、化學治療
- * 乳房重建
- * 乳癌的預防
- * 患者日常生活注意事項

ISBN 957-469-868-8



9 789574 698684

00350



cité 城邦

h₂O 原水文化

HD0019

定價：350元

Dr.Me 健康系列

做自己的醫生

乳癌全書

Breast Cancer The Complete Guide

Peter Pressman,
Yashar Hirshaut / 著

馬偕紀念醫院婦產科主治醫師 張志隆 / 審定

廖舜茹 / 譯

本書榮獲美國醫療作家協會 Rose Kushner 獎

H₂O 原水文化

乳 癌 全 書

Dr. Me健康系列19

Breast Cancer- The Complete Guide

作 者／彼得・帕斯曼 (Peter Pressman)、葉歇・賀蕭特 (Yashar Hirshaut)

譯 者／廖舜茹

審定醫師／張志隆

總 編 輯／黃孝如

責任編輯／吳雅雯

美術設計／普林特斯資訊有限公司

行銷業務部經理／李再星

行銷企劃專員／陳婉玲

發 行 人／何飛鵬

出 版／原水文化

台北市信義路二段213號11樓

電話：(02)2397-1558

傳真：(02)2392-4694

Email：H2O@cite.com.tw

發 行／城邦文化事業股份有限公司

台北市愛國東路100號1樓

電話：(02)2396-5698

傳真：(02)2357-0954

Email：service@cite.com.tw

郵撥帳號／1896600-4 城邦文化事業股份有限公司

香港發行／城邦（香港）出版集團有限公司

香港北角英皇道310號雲華大廈4/F, 504室

電話：852-2508-6231 傳真：852-2578-9337

馬新發行／城邦（馬新）出版集團

11, Jalan 30D/146, Desa Tasik, Sungai Besi,

57000 Kuala Lumpur, Malaysia.

電話：603-9056-3833 傳真：603-9056-2833

打字排版／普林特斯資訊有限公司

製版印刷／一展彩色製版有限公司

初 版／2001年12月

定 價／350元

歡迎光臨城邦讀書花園

<http://www.cite.com.tw>

ISBN 957-469-868-8

有著作權・翻印必究（缺頁或破損請寄回更換）

Copyright © 1992 by Yashar Hirshaut, M.D. and Peter Pressman, M.D.

Published by arrangement with Bantam Books, an imprint of The Bantam Dell

Publishing Group, a division of Random House, Inc.

前言

命運之神不可捉摸，多數人都能認同此點，這件事在乳癌的診斷上更形真實。對一位女性來說，這項診斷彷彿讓真實生活轟隆隆的來個大逆轉；她覺得身體好得不得了，然後她發現或者被告知體內有一個不痛的腫瘤，可能會威脅她的生命。

這項診斷以及尾隨而來不可避免的生活震撼，越來越常見。實際上，乳癌是今日美國婦女最常見的癌症之一。面對這個重大醫療問題的女性朋友，比例已經越來越高，年齡層也年輕化。這個疾病需要她們集中精神全力以赴，還必須有足夠資訊來做出決定。在我所屬的國家乳癌組織聯盟中，我們認為對罹患乳癌的女性來說，面對疾病的最好來源是資訊，而且是大量的資訊。她可以閱讀、研究，並和家人、朋友分享的資訊，能夠做為與醫師討論基礎的資訊，依靠這個方法可以讓她重拾對自己身體的控制權。

這聽來令人感到訝異，就在十五年前，對於已證實或潛在患者來說，乳癌治療上缺乏有用的資訊。許多相關訊息來自於專家們對假設的醫療研究和期刊報告，多數婦女覺得難以理解。這些專家會在治療開始前對患者說：「假如妳是我的老婆」，他們認為這些方式很合宜，卻不會讓患者覺得舒服只覺得勉強。

現在，當我們面臨新世代之際，女性朋友和支持者可以從大範圍的資訊中，找到專注於乳癌的資料——如果他們知道該從何著手。國際網路的盛行改變了個人取得資訊的過程，由網站、連結網絡和服務主機等都可得到想要的訊息，我最近知道與乳癌有關的網址超過了一萬六千個。不過，並非人人都能善用電腦，並非每個人都有電腦，而且想想坐在沙發上，腿上放著手提電腦、吃著餅乾讀著有益的資訊，看來並非是吸引人的畫面。此時，一本書是比較好的選擇。書本可以在書局和圖書館等許多地方取得，女性朋友可以依自己的需求來閱讀、吸收、分享和討論。

乳癌全書就是這樣的一種資訊來源，在這個領域的價值無法估量，這個新的版本也將作者早期的工作，做了全新的修改和增補。兩位乳癌專家成功的將正確、最新的醫療資訊，融合「曾經歷過」的婦女所提供的有益與實際的建議。在乳癌的領域中，複雜的治療選擇正在一一釐清定義，這兩位專科醫師提供正確而準確的大綱，可藉此一窺越來越多的醫療選擇全貌。他們假設讀者因此成為聰明、資訊豐富的醫療消費者，她將參予

管理照料自己的過程。他們也以專業素養，坦白告知現實上的難題，說明許多治療並沒有所謂正確的答案。

一九八四到一九八九年間乃是我個人乳癌病程上的另一扇窗，我是在一九八四年三十歲時診斷得了乳癌。當時我的乳房腫脹，在婦產科醫師建議下定期進行乳房攝影，好比看牙醫一樣平常，結果發現相當早期的惡性腫瘤。隨後而來的是震驚和恐懼，我發現應付診斷的態度，最好把它當作我在華爾街辦公室每天的工作般，以商場上常用的分析架構來解決。下定決心要解決這個問題，我不斷找尋治療的方法，範圍不僅限於紐約還遠至歐洲，我要知道誰是真正可以照顧我的醫療專家，了解他們的意見是否正確有用。我不斷的閱讀資料，不停的進行諮詢，雇用醫師又炒醫師的魷魚。我哭了，因為這個過程駭人又寂寞。最後我在得到充分資訊的情況下，做出完全有信心的決定，我也知道病情更複雜或者癌症再度來臨時，我該做些什麼。這是一種最好的決定了，今日手頭上若有這類型的書，就更容易達成這項目標。

一九九二年首度為此書寫前言，今日重新改寫，趁此機會我們可以看出與乳癌戰鬥的進展。八年過去了，科學家們有了驚人的發現，對於乳癌的生成原因有了更多線索，或許我們可以藉此儘快預防並治療乳癌。無論是一九八四或一九九二年，我們依舊無法確定這個疾病發生的原因，部分研究顯示荷爾蒙藥物泰莫西芬對於一些高風險的女性，

能夠預防或延遲乳癌的發生。實質上的進展在於末期乳癌的治療上，包括全新層次的治療方法，例如單株抗體治療。這些進展讓國家乳癌組織聯盟建議患者，對自己的病情實行「自主管理」方法，將末期乳癌視為慢性病，了解癌症（或妳的徵狀）在使用某種藥物仍惡化時，妳可以停止採用這種藥，選擇別的治療方法。

過去幾十年來，透過定期掃描檢查，乳癌數量不斷增加，可以獲得的新款且更有效的治療，終於讓乳癌的死亡率首度下降。隨著時間流逝，研究者和臨床醫師在基因全貌、診斷技術和治療程序上有更進一步的發現，讓患了乳癌和具風險的女性能夠擁有更具希望的前景。儘管有些女性朋友把每件事都做對了——定期做乳房攝影、年度乳房檢查，同時每個月自我乳房檢查，然後早期發現乳癌——卻依舊在盛年時期因病死亡。很明顯的，還有許多未解的領域，這個疾病仍是一個強大的對手。

最近醫療上的加速進展，乃是關心乳癌和乳癌患者促成的。一九九二年乳癌支持運動方才起步，從那時起，數百萬名美國人創造了乳癌的「政治」事件：他們為此舉行遊行和集會，將他們的憤怒與沮喪說出來，利用選票助長乳癌在公共健康議題上的份量。那些無法忍受自己的女兒和孫女面對乳癌威脅的男性，越過性別差異形成一股力量，讓政府增加乳癌研究的預算，鼓舞同舟共濟的感受並開啟聖戰。

批評預測這個「煽動」風氣，只能讓政府研究金錢短暫的投注於乳癌中，要不就是抑注在不同的癌症中。但是支持者證明他們錯了。這個活動自一九九二年開跑後，乳癌根深蒂固的支持運動讓國家癌症機構的研究超越了性別，同時也刺激其他基金的調昇，例如與女性相關癌症（例如卵巢）、男性的癌症（攝護腺），以及所有癌症研究工作的範圍、規模和步伐都隨之增進。投票者和支持組織們致力於此並隨時進行觀察，所以乳癌的研究步伐不太可能會放緩。

正當許多女性閱讀此書時，政治活動或許離她們很遙遠。讀者群多數為診斷出高風險的女性，或者那些已經證實患乳癌者，道理很簡單，我們多數人不會事先就每個可能的健康問題進行研究，這是很實際的事實。讀者們只會專注於自己的情況，想想接下來要做什么，得如何應付難題。

我能夠提供給妳的建議是一步一步來，專注於現在妳最關心的事，多談談再做決定，然後針對下一個問題做動作。清楚自己最終可以解決這個問題，勇敢加入今日患乳癌婦女中。去找尋可幫助妳的資源和支持，接著妳會驚訝的發現，一但診斷結果不再占據妳所有的心，那麼時間就會過得很快，每一個代表更多壞消息的劇痛不再讓妳抓狂。

當我第一次寫這篇文章時，我正懷著我的第一個小孩，出生後取名為亨利。我將他視為人生中的一大勝利和最大的希望。當此書進行二次改版時，這個小孩已經三歲半，

上學了，也開始識字，也會和大人一同嬉戲。我現在看著已七歲的他，不再是個小孩，從他身上我看到一位長高又可親的男孩，我彷彿可以看到他長成一位聰明、情感豐富又突出的年輕男人。如果回到一九八四年我診斷出乳癌之際，妳向我保證在未來有屬於我的歡樂與平靜，我壓根兒不會相信。

我確信在乳癌這條路上妳還有許多事情待學習，前頭有許多人打贏了這場仗。儘管每個人都都不想有這種麻煩事，寧願為別事所煩。讓這本書以及妳對自己的信心，成為指引妳未來的明燈。

艾美蘭格 (Amy S. Langer)

國家乳癌組織聯盟執行長

寫於紐約

二〇〇〇年六月

CONTENT 目錄

前言／001

第一篇從懷疑到診斷

第一章 本書如何幫助妳？／010

第二章 面對現實／014

第三章 哪裏出了狀況？／044

第四章 各種診斷的方法／068

第五章 建立病理學概念／116

第六章 診斷之後／130

第二篇乳癌的治療

第七章 外科手術／142

第八章 放射治療／188

第九章 預後狀況／210

第十章 荷爾蒙治療和化學治療／220

第十一章 乳房重建／268

第三篇 接受治療之後

- 第十二章 謹慎且全面性的追蹤／292
- 第十三章 復發後的治療／304
- 第十四章 各種預防角度／334
- 第十五章 乳癌研究新方向／354
- 第十六章 得乳癌後的生活／376

第一篇

從
懷疑
到
診斷

第一章 本書如何幫助妳？

本書的兩位作者都是專攻乳癌臨床治療的專科醫師；彼得·帕斯曼（Peter Pressman）是位外科醫師，葉歇·賀蕭特（Yashar Hirshaut）則是腫瘤科醫師。我們有著共同的理念，那就是為病患進行治療時，一定要親身參與每個療程。所以，我們兩人都是腫瘤科醫師；一位負責外科手術，一位負責內科治療。

我們日常工作不斷與女性朋友接觸；這些女性當中，有些患有乳癌，有些則擔心會罹患乳癌。我們親眼見到，乳癌為女性以及她們的朋友或親人，帶來多大的震驚。他們對接下來的醫療程序毫無概念，或者處於負面情緒，不肯接受事實。

本書的目的，為提供讀者一個完整、清晰、按部就班的療程指導大綱。除此之外，我們希望能夠成為「妳的醫師兄弟」，就像那些關心妳的親朋好友一樣；同時，與妳分享我們所累積的知識與經驗。

為什麼妳無法由自己的專科醫師中得到所有建議？我們當然希望妳得到相關資訊，但是，可能罹患乳癌這件事，包含許多不尋常的問題，如果能得到其他專家的建議，將為妳帶來實質上的幫助。

假如醫師告訴妳，妳的闌尾發炎了，基於急迫性，必須馬上進入治療程序。妳會希望由一位技術好、受過良好訓練、有經驗的外科醫師，在設備優良的醫院為妳進行治療；但是，妳不用擔心這位專科醫師對闌尾炎有什麼個人看法。通常，妳也不用擔心他用什麼方法為妳動手術，在這個手術中，沒有太多的預後治療可供選擇。

更重要的是，割除未破裂的闌尾炎，存活機率可達百分之百，發生無法預期的複雜狀況就另當別論；除非妳是肚皮舞者或是健身教練，否則妳不會在意腹部兩側是否有手術疤痕。另一方面，失去闌尾對妳的身體外觀或社交生活，並不會帶來多大的衝擊，也不會威脅到妳的個人形象。

假如妳被告知患了乳癌，接下來，妳必須面對許多複雜的情況，我們希望婦女朋友可以藉著本書了解相關問題，藉此建立信心去面對挑戰。

或許妳已經注意到，我們的重點放在女性乳癌上，本書不會談到男性患乳癌的問題，因為這種情況微乎其微，不過，我們所提到的乳癌診斷和治療，對男性也適用。

還有一件事要在此解釋：本書使用第一人稱「我」來寫作，讓我們兩人感到比較自

在，實際上，有時候會是其中一人做為某章節的主要執筆者，有時候換另外一個人上場，某些文章則是靠著兩人的專業和經驗，共同完成寫作。

本書中不時引用某些女性的故事（當然是匿名的），她們是我們在工作中所認識的。我們使用這些真人真事，做為說明的佐證，同時，讓妳知道那些「曾經歷過」的婦女們的故事，傾聽她們切身的感受，以及她們應付乳癌的心得，相信對妳會有所幫助。我們對這個疾病的了解，有許多部分來自於她們。

將本書逐頁閱讀完畢，能夠讓妳對乳癌和治療方式得到全盤性了解。這個做法也可以逐步指導妳，提供妳在狀況判斷上的經驗談。假如妳對於某個議題特別感興趣，也要馬上得到答案，可以查詢目錄，直接進入妳感興趣的部分，如果有需要，也可以利用本書，查詢相關文章的交叉參考資料。

本書第一篇針對首次發現問題到診斷結果做說明，幫助妳獲得個人所可能得到的最佳個人支持者和專業醫療系統，包括如何找到醫療團隊；這部分也解釋了乳房可能產生的問題，究竟是乳癌或是其他病變。除了診斷外，本冊也探討病理學，確認問題後，為接下來治療提供指導，讓妳充分做好準備。

第二篇重心放在預後情形，也就是疾病的可能演變和治療過程；說明手術、放射線治療和化學治療的後遺症以及乳房重建。

第三篇討論初次治療後的情況；包含適當的醫療追蹤，以及復發時的因應之道。這個部分的最後兩章節，說明已知的乳癌成因和預防之道，以及新的研究發展方向。

完成本書時所得知的最新統計，顯示美國婦女每八人就有一人罹患乳癌，這個疾病在過去二十年中不斷增加，直到九〇年代才有減緩的趨勢；不過，婦女患乳癌的新病例，仍比其他的癌症來得高。

這並不是個好消息，所以，我們必須研究乳癌的原因和進程，可喜的是，對於這個疾病我們每天知道得更多。乳癌發生率不再攀升，治癒率也顯著提昇；雖然每年仍有十八萬名美國婦女檢驗出乳癌，但是有更多人存活下來。

我們現在知道如何在不危及婦女生命的情況下，進行乳癌的治療，十年前的狀況卻非如此；我們也了解優秀專科醫師進行正確治療，可以讓事情變得大不相同。協助妳得到專業診療，就是本書的最終目標。

第二章 面對現實

如果妳本人或是妳所關心的人，面臨可能罹患乳癌的危機，自然會感到沮喪或手足無措，畢竟，沒有人想生病，更沒有人願意得到癌症。有幾種癌症特別容易令人感到害怕；除了死亡的聯想外，這些癌症本身或是治療方式都將嚴重打擊「生存的形象」。對女性而言，乳癌就是其中一種。

罹患乳癌可能令人更加沮喪，因為療程中妳必須不斷做出決定，其他疾病卻不須如此。本章稍後會說明，仔細選擇醫療團隊的重要性，妳本人和支持妳的親朋好友，對於病情的治療，扮演著積極的角色。雖然妳可能覺得壓力很大，不過，積極的態度卻會讓妳的福利大大受惠。

有些人在生病時，會採取如下的態度「我要去找一位好醫師，然後把我自己完全交給他。他知道的事，比我應該做的事還要多。」部分的醫療過程，需要這樣明理的態