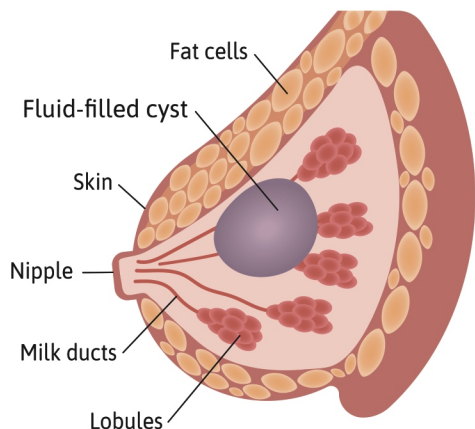


# 乳房纖維 囊腫性疾病



病房 製作

諮詢專線：(04)7113456#8591

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人  
**漢銘基督教醫院**

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2021年03月

修訂日期：2025年08月(三版)

51500-單張-中文-515-03

## 一、什麼是乳房纖維囊性疾病

是一種乳腺組織異常增生性疾病，乳腺管高度擴張，呈囊腫樣改變，到停經後自動消退。

## 二、發病年齡及發生率

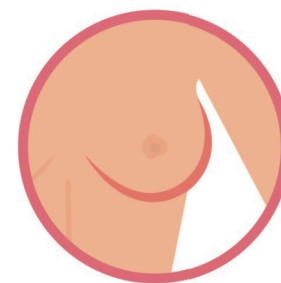
多發生在30-50歲年齡的女性，停經後少見。根據醫學報告，大致上約有30-60%的婦女有此疾病。

## 三、原因

正常婦女，隨著月經週期，體內女性荷爾蒙的濃度也會有週期性變化。正常情形下，雌性素可使乳腺增生，此時乳房組織觸摸起來有觸痛或甚至不規則感；黃體激素使乳腺退化，使乳房變軟而均勻。乳房纖維囊性疾病與賀爾蒙失調有關，雌性素過強，黃體素分泌降低導致乳腺管組織增生的週期性過程發生病理性的改變，使乳腺管上皮增生形成囊腫。

## 四、纖維囊腫與乳癌的關係

乳房纖維囊性疾病可能有不同形式的組織病理變化，包括非典型導管增生和非典型小葉增生，皆有增加罹患乳癌的風險。



因此應每月  
做乳房自我檢查，  
並定期返院追蹤。

## 五、症狀

纖維囊腫的症狀是腫塊，通常發生在雙側乳房，包括乳房悶痛或觸痛，乳房組織不規則或結節或甚至硬塊，偶有乳汁分泌。乳痛時為週期性的，在月經來前較痛；有些人非週期性，與月經週期無關。

乳房結節的程度也因人而異，尤以月經來潮前症狀較明顯，且腫塊會變大；月經過後，腫塊甚至會消失。

## 六、檢查方法

1. 定期的乳房自我檢查。
2. 醫師詳細問診、觸診。
3. 乳房X光攝影。
4. 乳房超音波。
5. 血液檢查。
6. 細針抽吸細胞學檢查。
7. 切片檢查。



## 自我評量(是非題)

- ( ) 1. 有纖維囊腫的人，以後得乳癌機會比沒有纖維囊腫的人高？
- ( ) 2. 纖維囊腫的結節常是隨月經週期忽大忽小？
- ( ) 3. 纖維囊腫是一種廣泛性疾病，常包括乳房疼痛、乳房組織不規則或乳房結節、囊腫等？

## 七、治療與照護

1. 飲食：少喝茶、咖啡、可樂及油膩食物。
2. 維生素：補充維生素E。
3. 藥物：利尿劑、止痛藥、賀爾蒙製劑、口服避孕藥等。
4. 手術。



參考資料：

楊玉娥、陳宇平、李合惠、胡月娥、曾月霞、陳淑芬 (2022) · 生殖系統疾病病人之護理 · 於劉雪娥總校閱，*成人內外科護理學下冊* (八版，999-1030頁) · 華杏。

Malherbe, K., Khan, M., & Fatima, S. (2022). *Fibrocystic Breast Disease*. StatPearls Publishing

Stachs, A., Stubert, J., Reimer, T., & Harymann, S. (2019). Benign Breast Disease in women. *Dtsch Arztebl Int*, 116(33-34), 565-574. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2019.0565>

彰基護理部(2023) · 認識乳房纖維囊腫性疾病(第七版) · 衛教單張。

題 號	1	2	3
解 答	0	0	0