

我需要做乳癌篩檢嗎？

我需要做乳癌篩檢嗎？該選哪一種檢查？

乳癌是女性最常見的癌症之一，也是癌症相關死亡的主要原因之一。但好消息是，透過規律的篩檢，我們可以在癌症早期就發現它。及早發現不僅能大幅提高治癒率，也讓妳更有機會避免進行全乳房切除手術或化學治療。

然而，乳癌篩檢並不是「一種方法適用所有人」。最適合妳的檢查方式，取決於妳個人的風險等級。

認識妳的風險等級：不是人人都一樣

在討論要做哪種檢查前，我們得先知道自己的「風險等級」。醫師會根據妳的家族史（例如媽媽、姊妹是否曾罹患乳癌）、乳房組織的緻密度、是否帶有特定遺傳基因（如 BRCA1/BRCA2）、以及過去是否曾有胸腔放射治療史等因素，將妳的風險分為三類：

1. 一般風險 (Average Risk)
2. 中度風險 (Intermediate Risk)
3. 高度風險 (High Risk)

了解自己屬於哪個類別，是與醫師共同決定篩檢計畫的第一步。

常見的乳癌篩檢工具有哪些？

在台灣，我們常聽到的篩檢工具主要有以下幾種：

- 數位乳房斷層攝影 (Digital Breast Tomosynthesis, DBT)：可以把它想成是「3D 版的乳房 X 光攝影」，透過多張不同角度的 X 光影像，組合成清晰的 3D 影像，有助於醫師看得更清楚，特別適合乳房組織較緻密的女性。
- 乳房 X 光攝影 (Mammography)：這是最傳統也最廣為人知的 2D 乳房 X 光檢查。
- 乳房超音波 (Ultrasound, US)：利用聲波來產生影像，完全沒有輻射線，對於年輕女性或是需要針對特定腫塊做進一步確認時非常有用。
- 乳房磁共振造影 (Breast MRI)：利用磁場和無線電波產生極為清晰的影像，通常需要從靜脈注射對比劑來提高準確度。因為它非常精密，主要用於高風險族群的篩檢。
- 國健署自 2025 年元旦起，擴大免費乳癌篩檢對象，範圍涵蓋 40 至 74 歲女性，每兩年可以做 1 次免費乳房 X 光攝影 (mammography) 檢查。

不同風險等級，篩檢選擇大不同

根據美國放射科學會的指引，不同風險的女性有不同的建議：

1. 風險等級一：一般風險的妳

對於沒有特殊家族史或風險因子的多數女性來說：

- 最適合的檢查：數位乳房斷層攝影 (DBT) 或傳統的乳房 X 光攝影。
- 也可以考慮的檢查：在某些情況下，醫師可能會建議搭配乳房超音波、或甚至是縮時版的乳房磁共振造影 (Abbreviated MRI) 作為輔助。

根據美國癌症協會 (American Cancer Society) 的建議，一般風險的女性可從 40 歲起與醫師討論是否開始篩檢，並建議 45 至 54 歲的女性每年進行一次乳房 X 光攝影。

2. 風險等級二：中度風險的妳

如果妳有部分風險因子，例如一位遠親有乳癌病史，或是曾有某些乳房良性疾病史：

- 最適合的檢查：同樣以數位乳房斷層攝影或乳房 X 光攝影為首選。
- 也可以考慮的檢查：選擇就更多元了，醫師可能會根據妳的狀況，建議加入乳房超音波、注射對比劑的乳房 X 光攝影，或是乳房磁振造影。

3. 風險等級三：高風險的妳（最需要注意！）

若妳有明確的乳癌家族史（例如母親或姊妹在年輕時就罹癌）、經證實帶有特定基因突變，或是小時候接受過胸部放射治療等，就屬於高風險族群。篩檢策略會更積極，並根據年齡有所不同：

- 30 歲以上的高風險女性：
 - 最適合的檢查：建議「合併檢查」，也就是數位乳房斷層攝影或乳房 X 光攝影，再加上乳房磁振造影。兩者相輔相成，能達到最高的偵測率。
 - 也可以考慮的檢查：乳房超音波或注射對比劑的乳房 X 光攝影也可作為選項之一。
- 30 歲以下的高風險女性：
 - 最適合的檢查：由於年輕女性的乳房組織通常較緻密，X 光效果可能受限，因此乳房磁振造影是首選工具。
 - 也可以考慮的檢查：乳房超音波、數位乳房斷層攝影和乳房 X 光攝影也是可能的輔助選項。

最重要的事：和妳的醫師聊一聊

這篇文章提供了篩檢觀念，但它不能取代專業的醫療建議。最了解妳狀況的人，是妳的家庭醫師或婦產科醫師。

請帶著這份資訊，與妳的醫師好好討論，根據妳的年齡、家族史和個人健康狀況，量身打造最適合妳的乳癌篩檢計畫。記住，規律篩檢、及早發現，就是愛護自己最好的方式。

參考來源 (References)

1. Aziz, A., & Bhole, S. (2023). Patient-Friendly Summary of the ACR Appropriateness Criteria®: Female Breast Cancer Screening. *Journal of the American College of Radiology*, 20(9), 980.
2. American Cancer Society. (2024). *American Cancer Society Recommendations for the Early Detection of Breast Cancer*. Retrieved from <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/screening-tests-and-early-detection/american-cancer-society-recommendations-for-the-early-detection-of-breast-cancer.html>