

五月的溫柔呵護 乳房健康指南



奇美醫療財團法人奇美醫院
放射診斷科黃美蘭 組長

五月是溫馨的季節，也是關愛自己和家人的好時機。在這個特別的月份，更需要關注乳房健康，這對女性來說是一件非常重要的事情。

根據統計，全球每年約有230萬名女性被診斷出乳癌。在台灣每年約有1萬餘名女性被診斷出乳癌，更是台灣女性發生率第一名的癌症，且有年輕化的趨勢，因此如何早期發現，以提高治療成功的機率和存活率是非常重要的。

X光透視下的秘密

我是乳房攝影放射師，也就是大家口中的「抓奶高手」。每當女性前來接受乳房攝影檢查，我會協助擺位，確保拍出清晰的影像，讓醫師能準確判讀。

不過，面對冰冷的機器與昏暗隱密的攝影室，許多女性難免感到緊張。再加上親友間對乳房攝影的負面印象——檢查時間長、按壓疼痛、需要在陌生人面前脫衣等，常讓人產生抗拒與恐懼。

但乳房不只是女性身體的一部分，更是健康的指標之一，值得我們用心對待。

許多人在第一次做乳房X光攝影時才發現，原來乳房中有這麼多肉眼與觸診無法察覺的鈣化點。為了進一步判斷這些鈣化是良性還是惡性，超音波與乳房X光攝影都是常見且重要的檢查方式。

乳房常見的檢查方式

- 1 乳房超音波檢查：**
對於一些高風險群體或乳房密度高的女性，超音波可以作為輔助檢查工具，有助於更清楚地觀察乳房組織。
- 2 乳房X光攝影檢查：**
是一種低劑量的X光檢查。使用壓迫板壓迫乳房後進行X光照相，是目前國內作為乳癌篩檢的主要工具。根據台灣乳癌篩檢實證效益，每兩年一次乳房攝影檢查，透過大規模族群篩檢可降低乳癌死亡風險達41%。

政府的健康政策

政府推動全人健康照護模式，更強調了乳房健康的重要性，自114年起擴大癌症篩檢資格，40-74歲婦女每兩年可進行一次免費乳房X光攝影檢查。

如何進行乳房攝影篩檢

- 1 篩檢對象：**
40歲以上的女性建議每兩年進行一次乳房攝影檢查。如果有乳癌家族史或其他高風險因素，則依據醫生建議適當增加篩檢頻率。
- 2 篩檢過程：**
乳房攝影檢查過程，通常只需10-15分鐘。檢查時，放射師會幫助您將乳房放置在X光機上，調整擺位並輕輕壓平乳房以獲取清晰的影像。如果檢查過程中有不適，請隨時告訴放射師(示意圖)。

篩檢性乳房攝影 (Screening mammography)

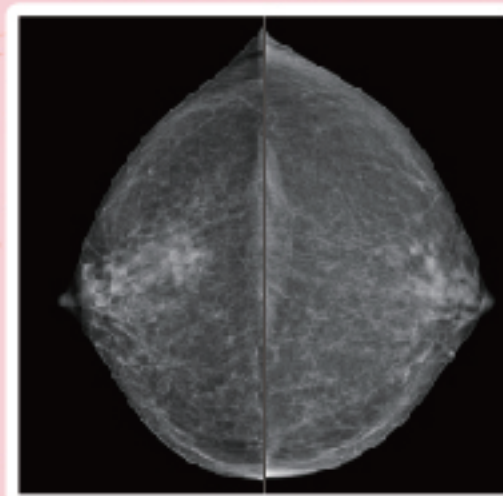


頭腳向
(由上往下照)

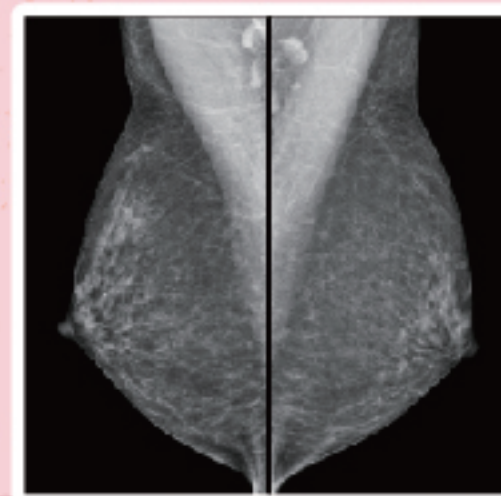


斜位向
(由側邊照)

左右兩側乳房各要照兩張X光片，
分別為頭腳向(由上往下照)及斜位向(由側邊照)



乳房X光攝影
右側左側頭腳向



乳房X光攝影
右側左側斜位向

3 篩檢結果：

如果篩檢結果異常，醫生會建議進一步檢查，如超音波或切片檢查，以確定是否存在癌變。

結語

五月是溫馨的季節，也是關愛自己和家人的好時機。在這個特別的月份，姊姊妹妹們相揪關愛自己的乳房健康，快樂乳篩逗陣來唷！



寵愛媽咪月活動資訊連結
<https://p.tainan.gov.tw/np4Gv>



醫療新科技大躍進

精準醫療讓診斷,更準確、治療更有效



奇美醫療財團法人奇美醫院
精準醫學中心 吳麗卿高專

隨著科技快速進步，醫療領域正迎來巨大變革。從依賴經驗診治，到運用基因檢測與大數據分析，醫療逐步邁入「客製化照護」時代。這正是精準醫療的核心理念：根據個人基因、生活習慣與環境背景，量身打造最合適的治療策略。醫療不再是單一標準化流程，而是每位病人都可根據其獨特條件獲得最適治療方案的現代醫學典範。

為確保次世代定序（NGS）檢測的品質與臨床實用性，台灣已建立完善的實驗室自行開發檢測（LDTs）法規架構。用於臨床診療相關LDTs基因檢測，皆須在經認證的實驗室中執行，並經衛生福利部核准與持續監管。2024年起，NGS正式納入全民健康保險給付，象徵

台灣精準醫療政策邁出重要一步，大幅提升病患取得精準診斷與標靶治療的可近性，也促進基因檢測於實際臨床的全面應用。

以本市奇美醫院為例，醫院引進NovaSeq6000®定序儀，僅需兩管血、十個工作天內即可完成523個腫瘤基因檢測，協助癌症初診、復發追蹤與治療規劃。並導入自動化檢測與生物資訊分析，涵蓋TMB、MSI、HRD等關鍵分子標誌，有助預測免疫與標靶療效，支援個人化治療，提升臨床效率與精準度。

衛生局提醒民眾，面對新興醫療資訊時，務必把握「停、看、問」三原則。「停」：不輕信來路不明的消息與廣告，避免被誇大不實的療效或偏方誤導，造成健康風險；「看」：應透過官方網站或可信的醫療機構平台，主動查找正確且具科學根據的資訊；「問」：鼓勵民眾與醫師充分討論自身病情與治療方案，建立良好的醫病關係，共同做出最適合的醫療決策。

有相關問題，歡迎至衛生福利部官方網站查詢：

衛生福利部細胞治療技術資訊專區

<https://p.tainan.gov.tw/ID8yL4>



台灣藥品臨床試驗資訊網

<https://p.tainan.gov.tw/770qW3>



● 癌症篩檢有補助，五癌防治來照顧，詳情請洽免費諮詢專線 0800-222-543

● 國人十大死因第一名為癌症，早期發現較晚期發現治療效果好

● 已超過3年未做抹片檢查，每週二於東區衛生局一樓有提供夜間篩檢，詳情請洽免費諮詢專線 0800-222-543

● B、C型肝炎篩檢資格：45-79歲民眾或40-79歲原住民，終身一次；請至成人預防保健醫療院所接受篩檢

● 糖尿病患者應規律回診與服藥，培養良好生活習慣，與醫療團隊合作控制血糖，預防併發症，目前臺南市有150家醫療院所加入糖尿病共照護，提供糖友全面性照護

(名單：<https://p.tainan.gov.tw/5qnwV>)

