



乳房切除術後的乳房重建

概述

以下資訊是本手術的概述。如需詳細資訊，請致電 1-800-ACS-2345，或瀏覽本協會網站：www.cancer.org。

簡介

乳房重建是指因治療乳癌而切除乳房（乳房切除術）之後，重新建立乳房外形的手術。多數婦女在接受乳房切除術之後都可以進行乳房重建。接受腫瘤切除術的婦女通常不需要重建乳房。乳房重建是由接受過專業美容手術訓練的整形外科醫生施行。

以下資訊將幫助您瞭解乳房重建，以做出正確選擇。

是否接受重建乳房手術是病人自己的選擇。若您和家人有任何問題或疑慮，請向醫療團隊諮詢。

新的選擇

在乳癌診斷和治療方面已取得了相當大的進展。現在的婦女比以往有更多的選擇。例如，越來越多罹患乳癌的婦女選擇接受切除少部分乳房組織的手術，而非切除整個乳房。這稱為乳房保留手術或乳房腫瘤切除術。

不過，有些婦女仍需要接受乳房切除術，也就是切除整個或部分乳房。在切除乳房的病患當中，也有一些人決定接受乳房重建手術。

如果您考慮接受乳房重建，請在進行乳房切除術之前與醫生（包括乳房手術醫生和施行重建的整形外科醫生）討論。這樣，醫生就可以為您規劃最適合的治療方案。您也可以決定在乳房切除手術後的一段時間再進行乳房重建手術。

重建的目的

婦女選擇乳房重建的原因各異。本手術的目的包括：

- 在穿戴胸罩時，讓乳房兩邊看起來一樣。
- 讓乳房的外形看起來與以前一樣或相似。
- 不必在胸罩內穿戴義乳。

在裸身時您可以看到兩邊乳房的差異。不過，穿起胸罩之後，兩邊的乳房不論是大小或形狀應該十分接近，因此穿任何類型的衣服都可以感覺輕鬆自在。

您可能會發現在重建之後，對自己和外表更有信心，不過也有例外的情形。乳房重建並不能解決手術之前就已經存在的問題。您可能不滿意手術後乳房的外觀。您和您的家人或密友對於重建乳房的結果應該有切合實際的期望。

在決定接受重建之前，請務必先瞭解其中所牽涉的事項。重建乳房的方法有多種，而且可能需要不止一種手術。請向醫生諮詢重建的益處和風險，並給予自己充分的時間考慮。

考量事項

重建切除乳房的方式有許多種。您可能會使用乳房植體或組織皮瓣來重建乳房。或者也可能兩者合併使用。組織皮瓣是指從身體其他部位（如腹部或背部）摘取皮膚、脂肪和肌肉，然後移植到乳房部位。

這項手術可與乳房切除術同時進行（立即性重建），或過一段時間再進行（延遲性重建）。

在決定重建手術之前，請考量下列因素：

- 整體健康狀況。
- 乳癌期別。
- 原來乳房的大小，以及植體或重建乳房的大小。
- 是否有足夠的組織可供摘取（太瘦的婦女可能沒有足夠的額外身體組織來進行皮瓣移植）。
- 是否要讓兩邊的乳房看起來對稱。
- 保險是否給付這筆費用。

您可能還需要考慮以下的事項。

- 您可能比較關心癌症治療，還沒有準備好考慮重建。
- 您可能不想接受非必要的額外手術。
- 您的傷口癒合速度可能較慢（因化療、放射治療、糖尿病等原因）。
- 如果您吸煙，大多數的醫生會等到您戒煙至少 2 個月後再進行重建。
- 如果您容易出血或留下疤痕，可能會發生問題。
- 重建的乳房將不像切除之前的乳房那樣敏感。
- 並非所有人都能滿意重建的結果。

- 醫生可能會建議另一邊乳房接受整形手術，讓兩邊乳房對稱。

瞭解您有哪些選擇將有助於做好手術準備，對於術後情況也會有更為切合實際的期望。

重建乳房的方法

植入體

最常見的方法就是使用填充無菌食鹽水（生理鹽水）的植入體。矽膠植入體也是一種選擇。不過現在這種方式較為少用，因為擔心滲漏的矽膠可能會導致一些免疫系統疾病。不過最近大多數研究均證實，矽膠植入體不會增加罹患免疫系統疾病的風險。目前也有臨床試驗正在研究其他類型的乳房植入體。

植入體可在切除乳癌部位的同時植入，或也可以另外進行。如果您的皮膚和胸壁組織緊實平坦，可能適合分兩階段進行。這時可能會先在皮膚和胸肌下放置類似於氣球的組織擴張器。醫生會透過一個微型的注射閥，將鹽水注入擴張器，慢慢撐開胸部皮膚。等到皮膚撐得夠大，再進行第二次手術來植入植入體。

植入體有一定的壽命，因此可能需要進行多次手術。此外，植入體本身可能也會發生問題，包括破裂（植體裂開）、疼痛、產生疤痕組織和感染等。植入體在過了一段時間後，也可能看起來不似原本美觀。

組織皮瓣手術

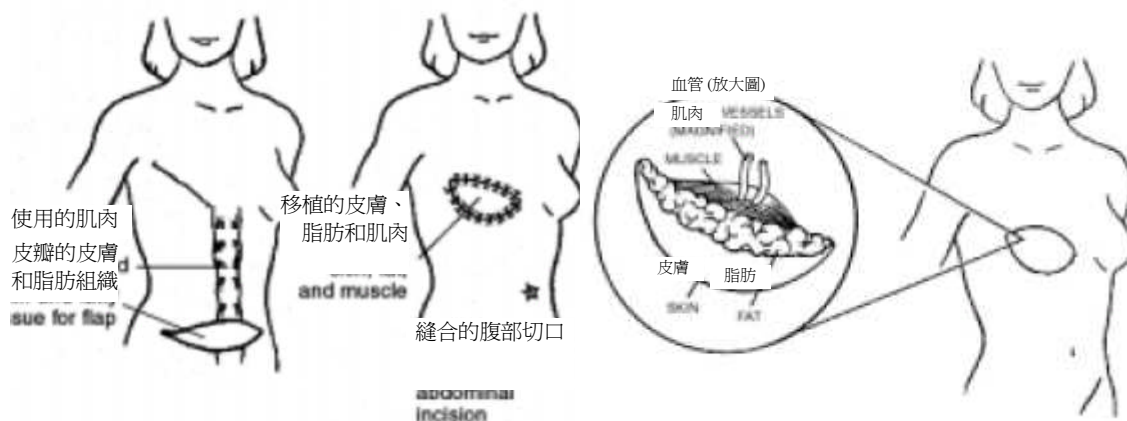
這種手術會從腹部、背部、髖部或臀部摘取組織，然後用來重建新乳房。以下將說明幾種最常見的組織皮瓣手術。這種手術會在摘取組織和重建乳房的部位留下疤痕。疤痕會隨著時間變淡，但不會完全消失。摘取組織的部位也可能發生肌肉損傷、無力或疝氣等問題。由於手術涉及到血管，因此患有糖尿病、吸煙以及患有某些特定疾病的婦女可能不適合進行這種手術。

橫向腹直肌皮瓣 (TRAM Flap)

這種手術會從下腹部摘取額外的組織和肌肉來重建乳房。皮膚、脂肪、血管以及至少一塊腹部肌肉將移至胸部。視移植的組織多少而定，您可能需要或不需要另加植入體。這種方法也會使下腹部變得緊實（即「整腹術」）。

進行橫向腹直肌皮瓣手術的方式有兩種。一種是血管仍連著原來的供血部位（這稱為根蒂皮瓣手術），另一種則是切下血管再接回（這稱為自由皮瓣手術）。自由皮瓣手術所需的時間較長，因為醫生必須使用顯微鏡來接回血管。這種手術較少進行，不過有些醫生認為這會讓乳房的外形比較自然。

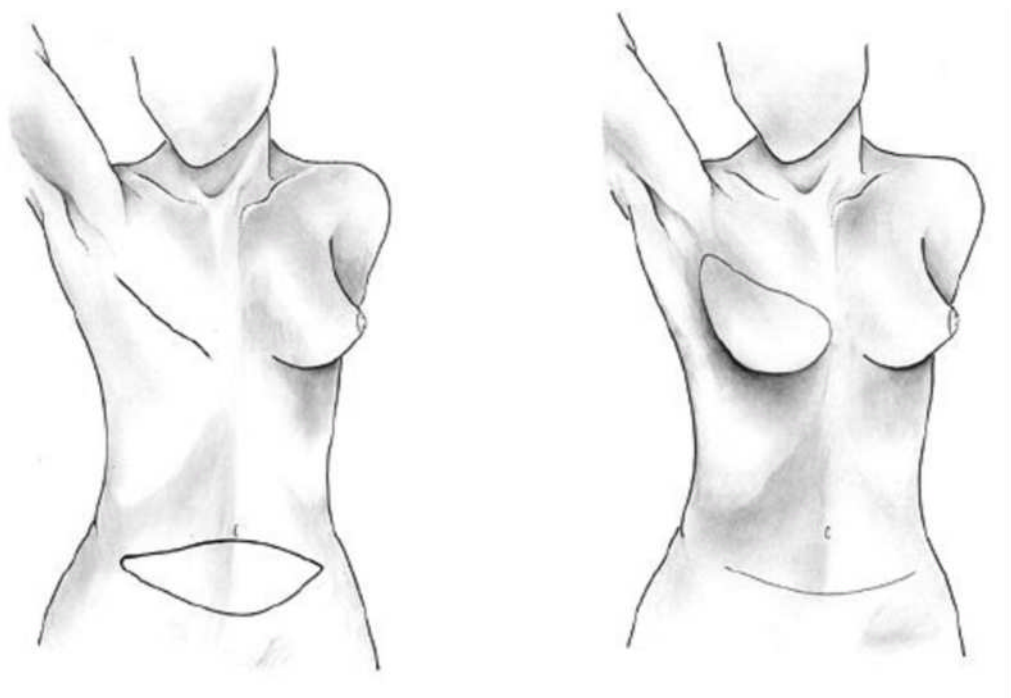
橫向腹直肌肌皮瓣：



深下腹穿通枝皮瓣 (DIEP Flap)

這種手術會使用腹部的脂肪和皮膚，但不會使用肌肉。這種方法與橫向腹直肌自由皮瓣手術很類似。手術時間會很長，因為醫生必須使用顯微鏡來連接細微血管。如同橫向腹直肌肌皮瓣手術，這種手術也有「整腹術」的效果。

深下腹穿通枝皮瓣：



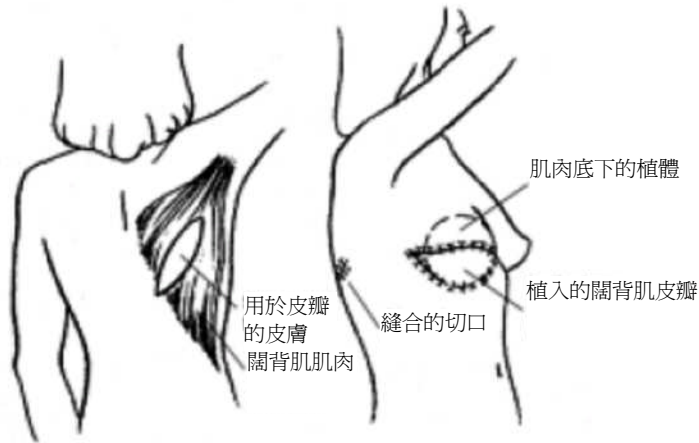
取移植植物處

深下腹穿通枝皮瓣

闊背肌皮瓣

這種手術會使用上背部的肌肉、皮膚、脂肪和血管組成的皮瓣。組織皮瓣會穿過皮膚下方到達胸前。這會形成一個囊袋來植入植體。植入體可填滿需要重建的乳房。有些婦女在術後會覺得背部、肩膀或手臂無力，但這並不常見。

闊背肌皮瓣：



臀肌自由皮瓣

這是一種新型手術。這種手術使用臀部 (臀肌) 的皮膚、脂肪、血管和肌肉來重建乳房。這種方法與上述的橫向腹直肌自由皮瓣手術很類似。對於因為太瘦、腹部有切口、腹部皮瓣失敗或個人原因而無法使用腹部部位的婦女，就可以選擇這種手術。

乳頭與乳暈重建

是否重建乳頭與乳頭周圍顏色較暗的部分 (即乳暈)，完全屬於個人選擇。這通常會在新乳房傷口癒合後 (約術後 3 到 4 個月) 進行。

新乳頭和乳暈的組織是從自體摘取的，例如從新乳房、另一邊乳頭、耳垂或大腿摘取。乳頭和乳暈可能需要刺繪，使兩邊的顏色對稱。

雖然您可以保留並使用原來切除乳房的乳頭，但這並非理想做法，因為乳頭可能殘留有癌細胞。這部分還需要進一步的研究。

您的整形外科醫生

如果您決定接受乳房重建，就需要尋找有這方面手術經驗的整形外科專科醫生。您的乳癌手術醫生可以推薦醫生給您。

若要確定外科醫生是否為專科醫生，請洽美國整形外科學會 (ASPS)。本文最後的「實用資源」一節提供 ASPS 的聯絡資訊。他們可以提供您各地的合格會員名單。

該詢問的問題

在進行手術之前，請務必弄清所有問題。請要求手術醫生解釋任何不清楚的地方。您可以由家人或朋友陪伴看醫生。您也可以使用錄音機或筆記來記下商談的內容。

以下是幫助您提出問題的清單。請寫下您想到的任何其他問題。

- 我是否可以進行乳房重建？
- 什麼時候可以進行手術？
- 我可以選擇哪些方法？
- 每種方法的費用是多少？保險是否給付？
- 您認為我最適合接受哪種方法？
- 您 (整形外科醫生) 在這方面的手術經驗豐富嗎？
- 我什麼時候可以恢復正常生活，如開車和工作？
- 我可以與已經接受過相同手術的其他女士談談嗎？
- 我可能會發生什麼樣的問題？
- 這種手術是否會對其他癌症治療造成影響，如化療或放射線治療？
- 我兩邊乳房的大小會一樣嗎？
- 我的新乳房會有什麼外觀和感覺？這會隨著時間改變嗎？

如果您決定接受重建手術，可能還會想問下列一些問題：

- 我需要住院多久？
- 這會多痛？
- 我需要輸血嗎？如果需要，我可以捐贈自己的血嗎？
- 這需要多久才能復原？
- 居家需要什麼樣的協助或照護？
- 我什麼時候可以開始運動？
- 如果手臂發生腫脹，該怎麼辦？
- 老化會對新乳房有什麼影響？
- 如果我發胖或減重，會有什麼影響？

在接受任何手術之前，最好能聽取其他的意見。對您來說，重要的是要根據正確的資訊來做出正確的選擇，而不要驟下決定。

手術之前

一旦知道罹患乳癌，您便可以開始討論重建乳房的問題。乳癌手術醫生和整形外科醫生會與您一起討論，找出最適合您需求的計劃。

在體檢之後，醫生會說明哪種手術最適合您的年齡、健康狀況、體型、生活型態以及目標。醫生會坦誠告知每種手術的風險和益處。

您對乳房重建的期望為何？雖然乳房重建可以改善外貌和恢復自信，但請注意此手術的結果在於改善，而非完美。

如果您希望與接受過相同手術的人談談，我們的「邁向康復」(Reach to Recovery) 義工經過專業訓練，可為罹患乳癌以及接受乳房重建手術的婦女提供支持。您可以請醫生或護士將您轉介給當地的義工，或致電本協會 1-800-ACS-2345。

您的醫生應向您解釋以下事項：

- 您會接受哪種麻醉。
- 手術會在這裡進行。
- 手術結果。
- 追蹤計劃。
- 費用。

醫療保險通常會支付大部分的乳房重建費用。請向保險公司確認是否支付，及是否有限制支付哪種乳房重建手術。

有時候，如果您已申請支付義乳，保險公司會拒絕給付手術費用。

手術準備

您的醫生會告知在接受手術之前要做哪些準備。這包括手術之前有關進食、飲水、吸煙以及服用維他命和藥物的注意事項。您應安排其他人在手術之後載送您回家，以及在手術後幾天給予您協助。

乳房重建通常涉及不止一種手術。第一項手術是建立乳丘。這可以在乳房切除的同時或稍後進行，而且通常會在醫院進行。其他處置程序，如加上乳頭和乳暈等則可以在醫院或門診進行。

第一項手術幾乎都需要全身麻醉。這表示會使用藥物，讓您在手術期間處於昏睡狀態。其他處置程序則可能只需要局部麻醉。這表示會使用藥物來麻醉需要處理的部位，可能會使用讓您嗜睡的藥物。您在這段期間會清醒而放鬆，但可能會稍覺不適。

手術可能引致的風險

因癌症切除乳房的婦女幾乎人人都可以進行重建手術。無論是哪種手術都會有風險，重建手術也不例外。風險可能包括：

- 出血。
- 積液以及腫脹和疼痛。
- 大面積疤痕組織。
- 感染。
- 皮瓣全部或部分組織壞死。
- 乳頭和乳房感覺改變。
- 感覺非常疲倦。
- 需要進行更多次手術來解決問題。
- 患側手臂發生變化。
- 麻醉方面的問題。

吸煙的風險

吸煙會使血管變窄。這會減少供應給身體的營養和氧氣。吸煙可能會讓術後的傷口癒合變慢，需要更長的時間才能復原。吸煙也可能使疤痕更明顯。有時候，這些問題會很嚴重，需要進行第二次手術。醫生可能會要求您在手術之前戒煙。

感染的風險

任何手術都有感染的風險。如果發生感染，這通常是在手術後的 2 週內發生。如果有植入體，則可能需要取出植入體，等到感染清除之後，再植入新的植體。如果接受的是組織皮瓣手術，則有時可能需要進行乳房周圍清理手術。

莢膜攣縮的風險

這是指植體周圍的疤痕 (莢膜) 開始緊縮，往下擠壓柔軟的植體。這可能會使乳房感覺變硬。這是乳房植體最常見的問題。治療的方式有幾種。有時可能需要另外進行手術來移除疤痕組織。但植體可能需要取出或更換。

手術之後

您在接受植體手術之後的一兩週內可能會感覺疲倦和疼痛，皮瓣手術之後則需時更久。您的醫生可以開藥來讓您止痛。視手術的類型而定，您應會在 1 到 6 天後出院返家。當您返家時，身上可能會放置引流管。引流管的作用是防止傷口癒合時積液。請遵循醫生的指示來照護傷口和引流管。如果有任何疑問或問題，請聯絡醫生。

您應在 6 至 8 週後恢復正常生活。如果使用植入體而非皮瓣手術，則恢復所需的時間更短。以下是一些注意事項：

- 重建的乳房不會有正常的感覺，但有部分的感覺會恢復。
- 組織完全癒合和疤痕變淡可能需要 1 至 2 年的時間。疤痕不會完全消失。
- 請遵循手術醫生的建議開始做一些伸展運動和日常活動。一般來說，術後 4 到 6 週請避免提重物、運動和性行為。
- 若婦女在切除乳房後等了數月或數年才進行重建，可能需要適應手術的結果。如同切除乳房需要時間來適應，重建的乳房也可能需要一段時間來適應。您可以與其他談談自己的感覺，如乳癌病友或心理醫生。

乳房重建與癌症復發

研究顯示，乳房重建並不會影響癌症復發的機率。此外，這也不會影響癌症復發所需的進一步治療。乳癌復發很少會因植入體或皮瓣而難以察覺。

向醫生諮詢有關乳房 X 光攝影

請務必針對另一邊乳房做定期進行乳房 X 光攝影檢查。乳房 X 光攝影檢查最好能在有拍攝和閱片經驗的地方進行。

並非所有醫生都會建議對重建乳房進行乳房 X 光攝影檢查。如果您需要對植入植體的乳房進行乳房 X 光攝影檢查，請務必到有這方面經驗的地方進行。如果接受的是組織皮瓣手術，則兩邊乳房可能都需要持續接受乳房 X 光攝影檢查。癌症可能會在乳房重建部位的皮膚或任何殘餘乳房組織復發。請向整形外科醫生和癌症醫生詢問新乳房是否需要進行乳房 X 光攝影檢查。

乳房自我檢查

您可能會選擇在重建之後進行乳房自我檢查 (英文簡稱 BSE)。請檢查正常一邊的乳房以及另一邊新乳房的皮膚。新乳房感覺起來會不同。另一邊乳房的感覺也可能會跟著改變。試著瞭解何謂正常的感覺，對您是有幫助的。您的醫生或護士可以幫助您瞭解何謂正常的感覺，一旦發生變化，就可以盡快通知您的醫生。若要瞭解如何在切除乳房之後進行乳房自我檢查，您可以詢問醫生或護士；致電本協會 1-800-ACS-2345；或參閱美國癌症協會 (American Cancer Society) 的《乳癌：及早發現》一文。

邁向康復計劃

「邁向康復」是美國癌症協會 (American Cancer Society) 的計劃，透過本計劃，您可以與受過訓練的乳癌病友義工接觸。如果您正在考慮接受乳房重建手術，各地接受過這種手術的義工都可以探訪您。探訪是不收費的。

若需要「邁向康復」探訪，您可以詢問醫生或護士、致電本協會 1-800-ACS-2345，或在本協會網站 www.cancer.org 用滑鼠點選「聯絡本會」(Contact Us) 連結。

術語表

麻醉：導致喪失感覺的藥物或氣體。全身麻醉會讓人進入昏睡狀態。局部麻醉則只會讓某個部位沒有感覺。

乳暈：乳頭周圍顏色較暗的部分。

乳房保留手術(保乳手術)：去除乳癌及其周圍小部分正常組織的手術。也稱為腫瘤切除術。

乳房植入體：乳房切除手術後，用來增加乳房大小或恢復乳房外觀的一種囊袋。囊袋內容物為無菌食鹽水。目前有臨床試驗正在研究其他材質。

乳房重建術：乳房切除手術後，重新建立乳房的外觀。這種手術會使用乳房植入體或婦女自體組織。

莢膜攣縮：植體周圍可能形成的疤痕組織。這可能會緊縮並擠壓植體。

臨床試驗：以病患為對象來研究新治療方法。

延遲性重建：乳房切除手術過後一段時間進行的重建手術。

自由皮瓣手術：使用從身體的另一個部位完整摘取下來的組織來重建乳房，接著使用特殊顯微鏡重新接回血管和神經。

立即性 (一階段式) 重建：與乳房切除手術同時進行的重建手術。

闊背肌皮瓣：利用上背部的肌肉、脂肪和皮膚穿過胸部來建立乳丘的手術。

乳房切除術：切除部分或整個乳房。

顯微血管手術：利用顯微鏡和微型器具來重新接回血管和神經。

壞死：因血流受阻造成細胞死亡。

組織皮瓣手術：從身體其他部位摘取組織並用於重建的手術。組織可以保留相連 (根蒂皮瓣) 或切下 (自由皮瓣)。

兩階段重建：如果皮膚和胸壁組織緊實平坦，就可以使用這種手術。這會在皮膚和胸肌下放置組織擴張器。組織擴張器類似氣球，注入鹽水後會慢慢膨脹。當有足夠空間時，可以將其取出再放入植入體。

實用資源

其他組織和網站

美國整形外科學會 (ASPS)

網址：www.plasticsurgery.org

網站提供乳房重建以及轉介整形外科專科醫生的相關資訊…

食品藥物管理局 (Food and Drug Administration) 消費者資訊專線

電話號碼：1-888-463-6332

網址：www.fda.gov 或 www.fda.gov/cdrh/breastimplants/

乳房植入體的相關資訊。

美國國家癌症學院 (National Cancer Institute)

電話號碼：1-800-4-CANCER (1-800-422-6237) TYY：1-800-332-8615

網址：www.cancer.gov 或 www.clinicaltrials.gov

臨床研究以及衛教的相關資訊。

乳癌支援網 (Breast Cancer Network of Strength) (前身為 Y-Me 國家乳癌組織 —Y-Me National Breast Cancer Organization)

電話號碼：1-800-221-2141 (全美專線)

電話號碼：1-800-986-9505 (西班牙文專線)

網址：www.networkofstrength.org

服務包括 24 小時由乳癌康復病友接聽的專線、男士交流計劃 (提供支持罹患乳癌伴侶的男士交流的機會)、關於乳房健康的資料、乳房中心以及治療和研究醫院的相關資訊等等。

乳癌或卵巢癌婦女自我幫助 (SHARE)

電話號碼：1-866-891-2392 (免費專線)

網址：www.sharecancersupport.org

由乳癌或卵巢癌康復病友接聽的英文和西班牙文專線。

其他美國癌症協會 (American Cancer Society) 資訊

診斷之後：病患與家屬指南

乳癌 (亦提供西班牙文版)

乳癌：及早發現 (亦提供西班牙文版)

義乳與假髮配件清單

邁向康復 (計劃)

性生活與癌症：罹癌婦女與伴侶指南 (亦提供西班牙文版)

本書之編譯及印製由 Novartis Oncology 非約束性撥款資助。同時獲美華防癌協會義工協助完成，謹此致謝。

前次醫學專業審閱日期：9/11/2007

前次修訂日期：5/15/2008

2008 美國癌症協會 (American Cancer Society) 版權所有

如需進一步協助，請聯絡美國癌症協會
1 - 800 - ACS - 2345 或 www.cancer.org