

封面故事

愛汝 惜乳

乳癌在治療與切除之後

文／賴睿伶

乳房，是女性最明顯的性別特徵。傳播媒體、網際網路不由自主的推波助瀾下，二十一世紀的現在，大胸脯、豐滿挺立的胸部，變成所有女性從少女成長以來的無形包袱。

乳房下長出硬塊，還能保留乳房嗎？該選擇何種手術？如何治療？……一位少了乳房的女性，該如何好好的活下去？本期封面故事共分為兩篇，第一篇針對乳癌的治療與預防，提供正確的醫療觀念。第二篇則與讀者分享乳癌患者遭逢的問題，及在大林慈濟醫院腫瘤中心所發生的貼心故事。





診間的患者一聽說乳房裡的硬塊是良性的，頭頂的烏雲都化作彩虹，連醫師都忍不住跟著開心起來。

楊大姐自從罹患二期乳癌切除乳房後，就決定不婚了，現年已經五十多歲的她享受著黃金女郎的單身生活。然而在二十年前切除乳房時，楊大姐還正是衝刺事業的年齡——不過三十多歲，當年失去一邊乳房的她，面臨著乳癌的威脅，也同時面臨著似乎必須要改變的社交生活。乳癌，對女性來說，如同胸前不定時會發生的考驗，不幸的是，這份考驗的發生率，近年來卻有增加的趨勢。

根據衛生署的統計，國人乳癌的發生

率二十年來增加二點八倍，平均每天有九到十人被診斷出罹患乳癌。而在將近兩千名乳癌患者的調查中發現，國內乳癌患者的發病年齡多集中在四十至五十歲，這比起歐美國家的乳癌罹病者，提早了五到十歲，提早到來的癌症也提早打擊了還在社交圈、職場、家庭生活中扮演要角的女性。

對乳房的自覺，從表象回到裡層

婀娜多姿的身材、濃纖合度的體態、健康亮麗的氣色，這些幾乎都是現代女

性再怎麼忙也要追求的目標，然而當女性為多出來的幾公斤、幾公克贅肉，挑眉跺腳、發憤節食的同時，可不代表就是在為自己的真正美好體態在著想。因為胸前的「偉大」與「堅挺」不表示它——乳房，是健康的。

乳房是女性的第二性徵，還具有哺乳的功能，女性主義歷史學家瑪莉蓮·亞隆(Marilyn Yalom)在她所撰寫的《乳房的歷史》一書中曾提到，不同的歷史時空裡，特定的乳房意義會成為當時的主流意識，支配我們對乳房的觀感：中世紀末期，哺育的乳房首度成為基督教性靈滋養的象徵；文藝復興時期的畫家與詩人為乳房增添情色的意涵；十八世紀的歐洲思想家，則將乳房打造成公民權利的來源。然而不論是文學、藝術與文獻記載，都是經過男性眼光折射之後的想法；女人如何看待自己的乳房，不僅是個人自我評價的指標，也是女人總體地位的象征。二十世

紀，女人終於奪回乳房的所有權，然而這卻是因為婦女雜誌持續報導乳癌與乳房美容的最新資訊，亞隆認為：「我們對自己的乳房日感焦慮，正如我們憂心世界的未來一樣。」回看現今社會，當一波波名人——凱莉米洛、梅艷

芳、林淑如(郭台銘之妻)紛紛傳出罹患乳癌的同時，終於讓女性對乳房美的自覺，從表面開始深入裡層，「硬塊」成了女性在「罩杯尺寸」以外最被討論的話題，但這份關心需要的是了解而不是焦慮。

已有八成乳癌是自我檢測發現的

臨床經驗發現，一側乳房得過乳癌的患者，另一側罹癌的機率是一般人的四倍，不過令人警醒的是，目前百分之八十的乳癌都是女性自我檢查發現的，勤快的女人不只是侷限在外賢內德，健康更是重要的課程，每月月經過後的乳房自我檢查，是現代女性絕對必要的功課。

慈濟醫學中心女性醫療乳房門診內，一名穿戴時髦的太太，正忐忑地等著醫師的回應，她輕輕的問著，「醫生，是嗎？」面對著電腦的是一般外科吳永康

她，需要乳房自我檢查

月經過後的七天內是最佳檢查時刻，而停經、懷孕者則每月固定一天自我檢查。以中指、食指及無名指三指指腹，自乳頭為中心按壓、滑動，範圍除了乳房還要擴及鎖骨與腋下。另外觀察外觀是否有大小與橘皮現象。

(資料提供：新店慈濟醫院一般外科 張耀仁醫師)

醫師，他專注的眼光正隨著英文字母左右移動著，堆疊的數字與符號，拼湊著病情的真相；他敲打著滑鼠的右手食指，翻閱著電腦內一張張超音波掃描的圖片，好比是算命仙正掐指盤算著，換過了超音波又看看乳房X光攝影的影像，影像中清晰的乳腺，好像有個硬塊含藏其中……。「恭喜你喔，是良性的！」吳醫師的笑臉隨著旋轉椅的輪軸，從電腦螢幕轉向出現在患者的眼前，「喔！我真的好擔心耶。」

「這個腫塊邊緣很清楚，妳看看這裡……」，螢幕上移動的小手指，現下看來都覺得輕盈可愛，「不過我們還是要追蹤，請妳三個月之後再回來追蹤。」「需要切掉嗎，醫師」「這個可以不要切，不過還是要再追蹤……」

針對乳房良性的腫瘤，醫師多建議採取追蹤的方式，不過早期發現仍是治療

她，容易罹患乳癌

- * 肥胖
- * 親屬中曾有罹患乳癌者
- * 初經早於十二歲或停經晚於五十五歲以後者
- * 三十歲以後生第一胎或未曾生育者
- * 更年期接受賀爾蒙治療者
- * 一側曾罹患過乳癌者
- * 攝取過多動物性脂肪食物者

(資料提供：新店慈濟醫院一般外科 張耀仁醫師)

的最重要基石，特別是惡性的腫瘤，因為只要是二期以內的乳癌患者，甚至腫瘤小於二公分者，治癒率與存活率更是高達百分之九十八。

與醫師「袒裪」相見，共同迎戰病魔

在診間，來看診的女性都是堅強而勇敢的患者，她們可能罹患了男人無法感受的疾病，在這裡她們挺著胸、和信任的醫師袒裪相見，面對可能發生的不幸結果。

另一對進入門診的小夫妻，單純的臉龐、樸質的穿著，平凡的就像一般夫妻一樣，內斂而含蓄的互動中找不出和一般人有什麼不同的感覺。總是領先發言的太太說話的聲調輕輕柔柔的，進入診間沒多久，她和其他乳癌的患者一樣，脫下外衣，裸露出，裹著彈性繃帶的術後傷口。由於傷口很大，並且爲了固定

將穢血導出的引流管，因此彈性繃帶是如同肚兜似的紮綁了一大片，一圈又一圈地扎實的繞著。吳永康醫師檢視了傷口後，露出滿意的笑容，「恢復的很好喔！」

「可是手臂會有酸痛、麻麻的感覺」，「不用擔心，這是手術後的正常現象，手術的時候爲了要切除腫瘤，用拉勾將肌肉拉開，才會有現在的感覺，請你放心

……」，離太太不遠的先生，手中糾纏著一袋頗重的塑膠袋，屏息以待的氣息，甚至讓手中的塑膠袋不會發生任何摩擦的聲響。

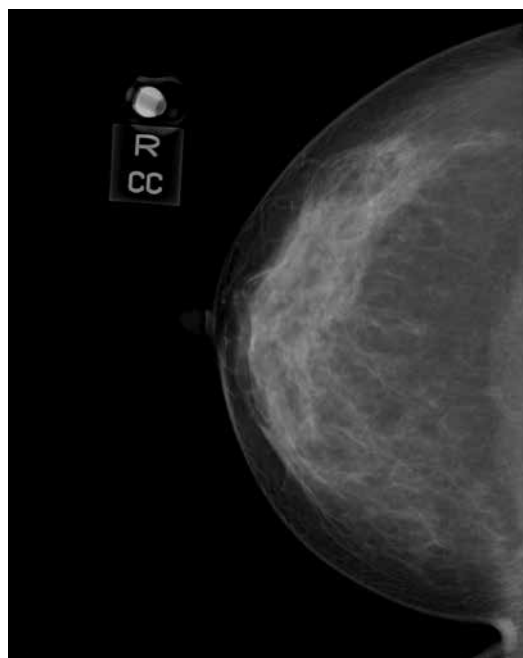
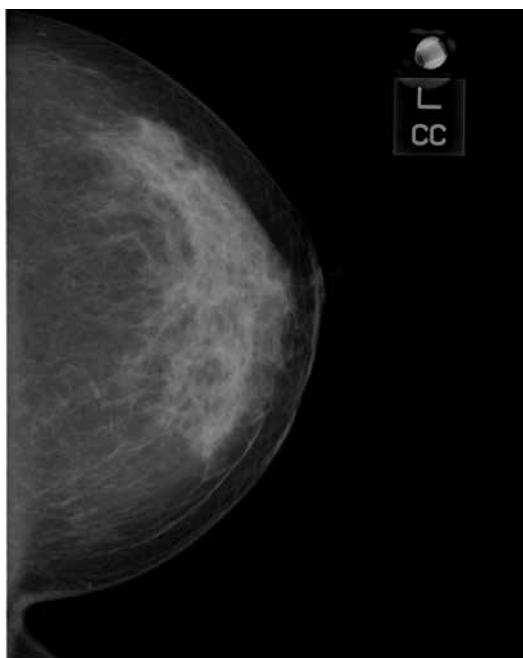
吳醫師轉坐到電腦旁，再次敲打著指頭，喚出病理報告的清單，第二階段進行的似乎是醫病間早有默契的第二幕序曲。

再次地數字與符號堆疊著病情，也堆迭著小夫妻難以查覺出的心情。「陳太太手術過後還是要化療喔，病理報告檢查癌細胞已經到淋巴管了，雖然沒有到淋巴球但是卻是到了淋巴管，爲了安全起

她，有罹患乳癌的可能

1. 硬塊，不可移動
2. 乳頭凹陷
3. 皮膚出現橘皮狀
4. 乳頭出現分泌物
5. 乳房突然變化，大小不一、高低有差

見還是要化療……」 「沒有到淋巴球……」太太喃喃重複著醫師的話，站在背後的先生看不見妻子的表情。妻子罹患的是乳癌二期，手術是目前乳癌最重要的治療步驟，切除了大半個左乳房



女性自身真正應該關心的，是乳房的健康。X光攝影、超音波掃描等新技術，都能精確掌握乳房腫塊的情形，有助於病情的掌控與治療。圖為X光攝影顯現出，狀似飽滿的乳房下，硬塊正在生長。

她，可以做乳房保留術

1. 腫瘤大小在三公分以下
2. 非乳頭、乳暈部分之腫瘤
3. 腋下摸不到淋巴結
4. 具經驗之放射治療師配合

(資料提供：新店慈濟醫院一般外科 張耀仁醫師)

的妻子面臨的是緊接著的化療療程。

「聽說有種藥物叫做紫杉醇，可以用？」太太問了。「現在還是第二期我不建議用紫杉醇，那大部份是第三四期的用藥，你放心，我會幫你安排血液腫瘤科的醫師，他會幫你做化療的療程」，邊說，吳醫師的鍵盤乒乒乓乓地也說著另一種流暢的咒語，螢幕出現一排排令人期待能消滅癌細胞的文字。醫師轉頭打字的瞬間，兩夫妻的目光交會，似乎做太太的早就知道了什麼，小碎花的外衣與黑框鏡架，沒有怨懟的表情，「我會掉頭髮嗎？」妻子小聲地問醫師，「會……，不過長出的一定更漂亮，像我也在掉頭髮啦！」吳醫師的笑聲，沖淡了空氣中因化療所揚起的沉悶分子，似乎希望還是在不遠處等待著。

乳房保留術，健康與美觀的療法

隨著化學治療與放射線治療的療程進步，乳癌的患者即使在經歷手術切除

後，只要能「支撐過」整個療程，並且定期的接受追蹤，乳癌並不是不能驅除的夢魘。不過對乳癌患者而言，除了胸口上的傷口，失去乳房心理上的傷口，也是需要醫療單位的平撫。「沒有了乳房，走起路來會不平衡的……」吳永康醫師一語道出乳房切除後首先面臨的不適應感，

「還有穿衣服，甚至做先生的也會有意見……。」

談起乳癌患者要面對失去乳房的恐懼時，吳永康醫師表示，另一半的態度往往也會直接影響患者面對癌症的勇氣，「看到很多的病人很擔心自己的乳房沒有了，又要擔心病情，還要想著要怎麼面對先生。」對於女性美觀、自信的維護，乳房保留術成爲外科醫師在兼顧健康與美觀間的緩衝點。

對外科手術而言，乳房的腫塊若是良性，則以切除或追蹤爲治療方法。若是惡性，則癌細胞恐蔓延，那麼施行乳房保留手術時以腫瘤的「大小」與「位置」來作爲評估的重點。「如果我們將乳房分爲四個象限，那麼腫瘤超過兩個象限就不行，而且要距離乳暈兩公分以上。腫瘤大小不超過三公分。另外腫瘤和乳房的比例，若患者比較豐滿一點那麼還好。不過對於保留手術患者還是有心理障礙，因爲會擔心沒有切乾淨反而造成再復發！」吳永康醫師認爲，在現

代醫學影像技術與檢驗方式的配合下，保留術的執行與復發是沒有關聯的。目前的臨床統計，乳癌的五年內復發率為百分之十五，定期追蹤才能避免癌細胞擴大蔓延而不知。

乳房重建， 讓年輕女性仍能活耀社會舞台

在外科手術日新月異的發展下，一般外科配合整形外科所執行的乳房重建手術，也是擔心成為「少奶奶」乳癌患者的另一項選擇。「我們可以將下腹部



腫塊是良性或惡性，左右著患者是否能保留乳房、或必須切除。不論需採何種療法，吳永康醫師一路陪著病患與乳房腫瘤奮戰。

的皮肉取下，轉而填補胸部的空缺，外觀的完整度至少可以恢復大小勻稱的感覺。」整形外科主任李俊達醫師表示。

由整形外科主刀的乳房重建術，近年來隨著乳癌發生年齡的提早，對年輕的患者也越增加其必要性。雖然有患者擔心補來的皮肉會妨礙到後續腫瘤的追蹤觀察，李俊達則提醒，以現代影像醫學技術：MRI、超音波、X光，都可讓腫瘤現蹤。

一年的聖誕節，病房裡充滿歡笑聲，派對正熱烈的進行著，一個乳癌轉移至肺部的母親，和丈夫、兩個兒子，自組了派對活動，邀請醫護人員參加，當時也在派對裡的吳永康醫師，難以忘懷那位乳癌患者的笑容，「有一天，她拿了張照片給我看，我看照片裡的人，是這個患者她漂亮健康的時候，很多病人都會和我們分享過去生活的點滴，但是那個時候她卻是對我說，『吳醫師，這是我放在墓碑上的照片，你看看！』那樣的感覺給我很大的震撼！」面對死亡的患者，因為家人、因為宗教的支持，往前看地走向生命最後的歷程，疾病所帶給患者的身心磨練，刨亮了生命的勇氣，錘打出愛的單純與親情之美；失去了乳房，但是蘊藏在生命裡的智慧低語，教會了我們更多。

還乳自由 自信生活

文·圖／黃慧蓉、何姿儀



林嫦瑜為失去乳房的患者打造重回社會的利器——義乳胸罩，讓患者不再需要擔心社會異樣的眼光。

切除乳房的乳癌患者，往往因為外觀上的突然差異，造成日常社交生活上的不便，也苦惱於尋找義乳與胸衣的過程中，因為昂貴的售價，以及遭遇異樣的眼光，而裹足不前。大林慈濟醫院腫瘤中心內的希望小站，從現在開始正能為病友們提供一個隱密溫馨的貼身服務。

近日的某個下午，三位乳癌患者來到

腫瘤中心，找林嫦瑜師姊訂做內衣。一想起過去長久的為難之處，今天終於可以獲得妥善的解決，她們興奮之情溢於言表，熱絡的分享彼此的心情。

邊作放療邊做志工，身心一起好

「我想我會得這個病，就是過去生活壓力太大。妳不要看我外表好像很開心，其實早上要來以前還有哭過，不過來到醫院之後，心情整個就變不一樣了，尤其是今天要來做屬於自己的內衣，真的好興奮。」曾小姐是一位罹患乳癌第二期的病友，左側乳房切除還不到半年。今天她神清氣爽，如果不是知道她曾做過化療，還以為這時髦俏麗的短髮是髮型設計師為她特別設計的呢！

「嫁給先生沒多久，公公就往生了，先生不是很顧家，從此一家的重擔都在我身上。直到生了這個病後，我猛然驚醒，告訴自己，要對自己好一點。」曾小姐剛開始做化療時，心情很低落，完

全封閉自己，悲觀促使身病更苦，不但全身骨頭酸痛，連皮膚都發黑。「這樣的日子實在是太痛苦了。我告訴自己，不行，一定要走出來。」於是從當志工做起，一邊做化療，一邊做腫瘤科病房的志工，做著做著整個人都不一樣了，有幾位病友在曾小姐的勸導下，從不願意做化療到接受治療。曾小姐也不諱言，有些病友勸不來，就直接讓他們看傷口，再慢慢予以鼓勵。

在先生外遇的那段期間，曾小姐對自己的外在沒有信心，甚至感到自卑；而後來左胸切除後，自卑感日益加深，雖然先生安慰「還不都是一樣」，但她就是無法走出內心的陰霾，甚至至今都還沒給先生看過傷口。有時出門忘記戴假髮，婆婆還趕緊衝出來，緊張兮兮地要她戴上，難怪在家中的她是那麼的不自在。

雖然與先生的感情尚在努力恢復中，但曾小姐除了感恩兄弟姊妹的陪伴支持外，就是要感恩慈濟人了。她說幸好生病期間有慈濟志工的相伴，才助她走出病苦的陰霾，接著，她也要慢慢影響家人，讓家人一起來做慈濟、做志工。

曾小姐雖然罹患癌症，眼前的她仍能以輕鬆的心情，侃侃而談未來的生活目標，心境上的轉化，讓人不禁由衷佩服，不簡單呀！

一旁的林嫦瑜師姊勉勵她，「現在妳算畢業了，未來將是病友們的學姐，好好將他們帶出來，一起迎向陽光。」

心疼乳房切除患者，義乳魔術師出現

說起林嫦瑜，她是慈濟的幕後委員，嫦瑜不只幫人做義乳，也會與病友促膝長談，運用證嚴上人的靜思語開導他們。

還沒從事義乳製作之前，林嫦瑜都是做一般的女性內衣。「那時候腦筋裡想的都是如何讓女性的乳房能『集中托高』，直到三年前一次偶然的機會，南投的朋友打電話來，請我協助她的朋友做這樣子的內衣。當時直覺的反應是『不可能』，我哪有那種能力呀！但先生卻建議我，利用休息時間去嘗試看看。」

先生的鼓勵，為她開啓了人生的另一個關懷方向。「朋友請託的對象，是一位年約四十歲、非常漂亮的女性，當時約十月秋天，她穿著一件針織衫，左胸有點凹陷，我以為是衣服不平，還幫她整理一下，但結果是不變的。她看著我苦笑了一下：『妳看，我穿衣服都會這樣。』於是我請她讓我看，脫下衣服那一剎那，我愣住三十秒有吧。愣住，不是因為嚇到，而是很心疼，一條約二十公分的傷口就呈現在眼前，當下決定，給我一個星期的時間，雖沒把握可以做得很好，但有信心可以做出來。」

那一個星期林嫦瑜可以說是夜夜失眠。一個星期過後，當把內衣套在這位病友身上時，發現她的眼眶已經泛紅。



從托高、集中，到把沒有變成有，義乳胸罩的製造者及銷售者最需要的是對患者的同理心。

經過四十分鐘修改後再套上去，她的眼淚掉下來直說：「可以耶，妳可以幫我們！你可以幫『我們』做！」

林嫦瑜家境不錯，所幸有慈濟師姊經常在她身邊開導協助，當時的她還有傲氣存在，很自豪的告訴師姊，「除了會幫女人集中托高，還會把沒有的變成有喔！」這時，師姊一臉嚴肅的告訴她：「既然有這樣的能力、這樣的空間可以發揮，就應當去做呀！」

於是林嫦瑜開始把心沉澱下來，仔

細思考，一連串的疑惑排山倒海而來。做得到嗎？病友口中的「我們」在哪裡呢？該如何協助他們呢？「當我處在很煩惱的階段時，剛好看到上人在志工早會的開示，似乎就在告訴我『知福、惜福，更要出來造福』。」

需要同理心， 才能了解需求、滿足需求

國內製作義乳的管道只有三種：一是找內衣公司買；目前有家內衣公司於台

北、台中、高雄三地設有服務點，但他們的專櫃小姐未經相關的訓練，一般少有同理心，除了態度上的問題外，也較常出現異樣的眼光。往往一個眼神或皺一下眉頭，就足以傷害乳癌病友脆弱的心。第二個管道是醫療器材行，但店員們往往欠缺女性內衣方面的專長，單價較高，也無法理解病友的實際需要，以致難於協助病友挑選到合適的內衣。第三種管道就是找人訂做，但內衣裡面也只是用布料或棉花來填充，內衣還會跟著手臂動作而移動。

因此有些病友乾脆自己做，用棉布、衛生紙、甚至保麗龍碗充數，但卻往往因此出現許多糗事與困擾，例如曾有病友在彎下腰時，保麗龍碗突然掉出來，其困窘難堪可以想見。

上人的開示，讓林嫦瑜下定決心「做，就對了！」。萬事起頭難，爲了要找到那些潛藏起來的病患，林嫦瑜和先生先上網找資料，從中部到北部醫院一間接著一間跑，但是大部分的醫院都不太搭理。嫦瑜說：「本來想說算了，好好生意不做，拿熱臉去貼人冷屁股做什麼，放棄吧！」沒想到，過幾天就接到一位員林的太太來電，表示有這樣的需求。完成之後她真心的稱讚與鼓勵，讓林嫦瑜一路做到現在。

每月兩次義乳服務， 給病友正常生活的希望

在腫瘤中心同仁的安排下，林嫦瑜師姊每月來大林慈濟醫院兩次，爲病友量身訂做自己的內衣，價錢合理，且日後免費修改。這是腫瘤中心附設希望小站裡，諸多體恤腫瘤病友的服務項目之一。

癌症病友在治療過程中，身體往往承受莫大的不適與痛苦，還必須面臨頭髮掉落等外觀上的變化，心理上更遭受極大的煎熬。腫瘤中心的希望小站，能讓癌症病患不僅獲得所需要的醫療資訊、相關資源服務，更提供免費的頭巾、營養補充配方，以及假髮、義乳、內衣的訂製購買，除了重建病患的自我價值，也提高病患的生活品質與尊嚴，讓癌症患者能在此感受到完全的支持。

社會上畢竟健康者居多，很難要求眾人體解生病人的苦痛、內心的糾結、甚至外貌上的異常；乳癌患者能夠藉由特製型內衣而重新融入社會，至少降低了不必要的異樣眼光與心理煎熬。

而且，採取積極的治療，盡可能留住健康的身體，未來的生活仍然有希望；還記得證嚴上人說，人只有身體的使用權，沒有擁有權；捨棄對於乳房、外貌的執著，心中有愛，自然對生命充滿信心，如此的女性，真正美麗。

