劉曉欣醫生
外科專科醫生

手術割除乳癌後 如何重塑乳房？

乳癌是本港女性的頭號癌症，根據醫院管理局香港癌症資料統計中心數據顯示，每14名女性，就有一人有機會在一生中患上乳癌。現時本港平均每日有13名女性確診患上乳癌，每年的新增個案多逾4,000宗。患者若手術割除乳癌後，如何重塑乳房？

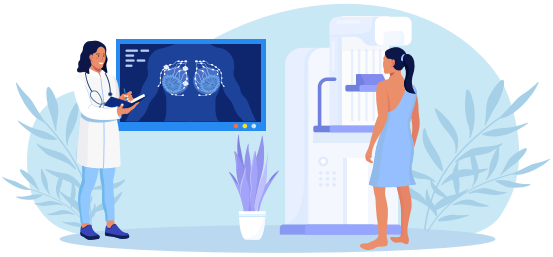
作為外科專科醫生，除了治療乳癌之外，也關注患者術後能否繼續擁有外觀理想的乳房。由於香港女性大多數屬於亞洲人體形，乳房一般較小，一旦因手術割除乳癌，需要多花心思重塑乳房。

無論是接受過局部或全乳切除手術的乳癌患者，都可以考慮選擇進行乳房重建手術，將乳房重塑至美觀對稱的形態。醫生會按多種因素，包括病情、健康狀況和個人喜好選擇等，與患者商討最合適的方案。

乳房重建程序

對於乳癌患者來說，要決定進行乳房重建手術並不是一件容易的事。手術的過程和康復之路漫長，對個人的心理和生理亦都有一定的影響，因此患者要給自己足夠的時間考慮，在完全了解情況後才作出相關決定。重建乳房的過程包括：

- 乳房重建前接受評估。
- 進行乳房重建手術（一般是皮瓣或植入物手術）。
- 傷口康復穩定後重建乳頭和乳暈。



全乳切除後的乳房重建手術

乳癌患者接受全乳切除手術後也可以考慮乳房重建手術，將乳房重塑至美觀對稱的形態，這類乳房重建手術主要分為兩種。

皮瓣手術

利用自己的身體組織，例如腹部、背部、臀部的組織，重建乳房。好處是外觀和質感比較自然，而且由於皮瓣來自自體，很少出現排斥反應。

植入物重建

利用鹽水或矽膠假體重建乳房。好處是手術比較簡單，不用在身體其他地方再造傷口，但也有一些限制，例如矽膠鹽水袋可能會老化變硬和滲漏等。

醫生會按患者病情和個人意願商討最合適的方案。重建手術可以選擇在乳癌切除手術時同時進行，或在病癒後才進行。前者的效果一般會較好。

保乳手術後的乳房重建

大多數接受局部乳房切除術或部分乳房切除術（保乳手術）的乳癌患者，並不需要進行乳房重建。但如果腫瘤體積比較大，或生長的位置不理想，醫生可以結合癌症切除手術和整形式乳癌手術（整形手術）來解決這個問題。

這種手術通常會在乳癌切除手術中同時進行，利用整形外科的技術——即重新排列乳腺組織，局部皮瓣重建或通過提乳、縮乳手術，立即重塑乳房外型。這種方式可以顧及腫瘤切除，同時也為乳房保留較佳的外觀。有些情況下，如果在保乳手術後外觀不理想，可以考慮進行脂肪填充或其他乳房重建手術（例如利用胸側皮瓣）。

該選擇進行哪種類型的乳房重建？

如果患者考慮進行乳房重建手術，有些因素需要在手術前跟醫生詳細了解，包括：

- 患者的身體狀況（包括可能會影響康復的因素，例如吸煙、糖尿病或其他長期病患）。
- 乳癌的大小和位置。
- 乳房的大小和形態。
- 乳癌手術範圍（全乳房切除或局部乳房切除）。
- 是否預期需要手術以外的輔助治療。
- 身體有哪些適合用作乳房重建的部位或組織。
- 患者的個人意願。

醫生會透過乳房檢查結果，再根據患者的病史、整體健康狀況、年齡、體型、生活方式、目標和其他因素，向患者說明哪種乳房重建方案最適合。同時手術後患者亦要注意護理，讓傷口好好癒合以早日回復正常活動。

一般乳房重建術後注意事項

- 術後按情況需要臥床休息，醫生或會利用枕頭及調控病床角度讓患者維持特定的臥姿，藉此幫助傷口癒合。
- 術後初期臥床休息期間一般日常活動不受影響，例如刷牙、洗臉、梳頭一般可自理。
- 全身麻醉後，喉嚨可能感到疼痛不適、有痰，宜多作深呼吸運動，可用雙手輕按腹部以助痰涎咳出。

- 臥床期間宜多作下肢活動，可預防靜脈血栓形成；亦可做握緊拳頭的動作，幫助手部淋巴循環。

- 避免在患側量度血壓、抽血、打針、驗血糖或靜脈輸液。
- 經醫生診斷後按進展漸次活動。開始下床時可恢復一般日常活動，劇烈運動及提取重物則應避免，宜每日按部就班增加活動量，要留意避免過度伸展傷口；或向物理治療師尋求專業意見及指導，在體能可應付的大前提下，進行漸進式肩膊運動或步行運動。

- 以無菌敷料及膠布遮蓋及固定傷口，需要時便更換無菌敷料，以保持傷口乾爽清潔。
- 除因內科疾病需限制飲食外，一般患者可如常均衡飲食。
- 傷口周圍或會產生繃緊及麻痺感，大部分患者的不適感覺會隨時間減少。
- 按醫囑需要時，可配戴棉質、沒有鐵線而富承托力的胸圍，以承托重建乳房後的皮瓣或植入物。

所有乳房重建手術都具有一定的風險和危險性，亦有機會出現併發症，例如出血和傷口感染。建議手術前先向醫生說出個人顧慮，讓醫生了解患者的想法，再逐一分析每種手術的可行性、風險和效益。