

婦癌的防治

何志明（國泰綜合醫院 婦癌中心主任）

本文部份內容已於 News98電台4月10日晚上播出

崔可忠：各位聽眾晚安。我是國泰醫院臨床病理科崔可忠醫師，今天邀請到的來賓是國泰醫院婦癌中心主任何志明醫師，我們要討論的主題是「婦癌的防治」。我們都知道現在國人十大死因當中，癌症永遠都是排在前面幾位，特別在女性的十大死因中已變成第一位。而在女性的十大癌症裡，乳癌一直都是高居榜首；但是在婦科的癌症病例中，生殖系統方面的癌症，在十大死因裡也佔了三位。今天我們邀請的何主任是這方面的專家，請何主任來談一談到底要怎麼預防婦女的癌症。請問何主任，您診治婦癌相當久了，可以告訴我們婦癌到底是指哪方面的癌症嗎？

何志明：婦癌通常講的就是子宮頸癌、子宮內膜癌以及卵巢癌。像現在我們看到台灣婦女的癌症十大發生率當中的前三名，就有三種婦女癌症列名，也就是剛說的子宮頸癌、子宮內膜癌以及卵巢癌。而子宮內膜癌已超過了子宮頸癌，成為現在婦科癌症的首位，這也是各位聽眾要特別小心的一種癌症。

崔：我們知道最近一個很夯的議題是子宮頸疫苗，

可以預防子宮頸癌。現在國民健康局大力推動的癌症預防，其中子宮頸癌也是努力預防的癌症之一，那為什麼現在子宮頸癌反而不是最常見的癌症？

何：因為自從台灣推了抹片篩檢以後，子宮頸癌的發生率跟死亡率都已大幅下降，現在台灣一年的子宮頸癌發生率大約落在1400例到1500例左右，所以這樣的數字基本上應該可以顯示台灣在婦女保健這一塊擁有非常亮眼的成績，也讓子宮頸癌退居到婦科癌症當中的第二位。關於子宮頸癌的防治，基本上如果每一年都能接受一次子宮頸抹片篩檢，連續3年抹片的檢查都是正常沒有問題的話，它的可信度是非常高的。在子宮頸癌防治當中有分二個部份，一個叫初級預防；另一個叫次級預防。初級預防就是打疫苗；次級預防講的就是幫婦女做的抹片篩檢。目前並沒有幾種癌症可以研發出疫苗去有效預防，但子宮頸癌是一個非常成功的例子，它可以藉由施打子宮頸癌疫苗，也就是所謂的「人類乳突疫苗」來預防子宮頸癌的發生。

崔：哪些年齡層的人適合打疫苗？是學齡前？還是像有些疫苗比較適合晚期施打？

何：子宮頸癌疫苗是屬於一種預防性的疫苗，它

通訊作者：何志明 醫師

電話：886-2-2708-2121 ext 3562

地址：106 台北市大安區仁愛路四段280號

電子郵件：cmho@cgh.org.tw

並沒有治療的效果，所以愈年輕施打所產生的效果愈高。在台灣核准適應症的年齡是9歲到26歲，所以我們希望接受疫苗施打的人愈年輕愈好，甚至是在還沒有發生性行為之前接受施打更好。在政府的政策中，希望針對大約國三這個年齡的學童進行全面性的施打，但是目前還是因為政府編列預算的問題，所以僅有少數的縣市有提供免費子宮頸癌疫苗施打。

崔：子宮頸癌是婦癌中的第二名，這種病通常會有什麼樣的症狀？肚子痛？還是說哪裡有腫塊？

何：基本上當確定是子宮頸癌以後，會出現一些症狀。子宮頸位在陰道最上端的地方，假如子宮頸本身有腫瘤或是癌症的話，在性行為的時候常常會因為撞擊而出血。其實子宮頸癌是可以預防的，例如，子宮頸的癌前病變是完全沒有症狀的，如果能在這個階段就發現最好，我們在幫患者做治療的時候就會很簡單。若是在子宮頸的重度細胞病變，就是所謂的子宮頸零期癌、原位癌這個階段發現，只要做一個局部的子宮頸椎狀切除，它的治癒機率基本上接近100%，單獨用子宮頸椎狀切除就能切除乾淨的機率也能達到80%。所以這是一種可以預防的疾病，不要等到已經有症狀了才就診，最好每一年都能夠做子宮頸的抹片篩檢，尤其是已經開始有性行為後的三年。而且目前在台灣，國民健康署對年滿30歲的婦女，都有免費提供每一年接受一次子宮頸的抹片篩檢。

崔：我們知道以前子宮頸癌在婦癌的排名都是第一位，現在已經退到第二位，子宮頸的抹片篩檢的確可以避免子宮頸癌。剛提到的第一位也是目前最令人害怕的婦女癌症是子宮內膜癌，這種癌症通常出現在比

較年輕還是年紀大的婦女？

何：子宮內膜癌還是比較容易發生在停經後的女性，它的平均好發年齡大概是61歲左右，大概有75%的人都是發生在停經後。如果有發生停經後出血的狀況，可以做子宮內膜的搔刮手術，取子宮裡面的子宮內膜組織做化驗，平均10個當中就有1個被診斷出子宮內膜癌，所以我們可以很清楚的知道這種停經後的出血具有相當的危險性。但也因為現在乳癌的發生率愈來愈高，而子宮內膜癌似乎有隨著乳癌同步增長的趨勢，我們可以看到它們的共同因素，其中包括了肥胖。在子宮內膜癌這個部份分為兩型，第一型的子宮內膜癌就是跟肥胖特別有關係，所以假如了解到肥胖可能會導致子宮內膜癌，我們就必須從平常的飲食著手控制，使體重能在合適的範圍裡，這樣可以減少子宮內膜癌的發生。

崔：剛提到乳癌跟子宮內膜癌發生率常常都是一樣的，假如說一個有乳癌的婦女，她要不要擔心有可能得到子宮內膜癌？是不是要去做進一步的篩檢？有沒有預防的方法避免她再得到子宮內膜癌？

何：其實乳癌的基因主要是由「BRCA1」跟「BRCA2」這二個基因的變異所導致的，跟家族遺傳有關係，但它相對應的並不是在於子宮內膜癌，反而是在卵巢癌，所以如果帶有這兩個基因變異的人，基本上有20%到40%的機率會得到卵巢癌。子宮內膜癌反而跟大腸癌比較有相關，因為它們基因共同的變異是比較類似的。現在國人大腸癌的發生率非常非常高，如果男女比例一起合起來計算的話，可能還是排名第一位。所以，對女性而言，如果得了大腸癌，還要小心子宮內膜癌；反之，如果罹患了子宮內膜癌，也一定要去檢查大腸。

崔：我們常常聽到大腸癌，可是就沒有那麼常聽到子宮內膜癌，今天何主任給聽眾朋友一個很有用的訊息。剛提到卵巢癌跟乳癌關係比較大，跟BRCA1與BRCA2基因有關。我們知道最近美國一個很有名的女星安潔莉娜·裘莉，她媽媽得了乳癌過世，而她自己也被驗出來有BRCA1的基因，因為這樣，她做了雙乳切除手術。另外也有相關報導，因為基因本身就會造成乳癌跟卵巢癌，所以她在考慮要不要做卵巢的切除手術。剛提到了乳癌、子宮內膜癌、子宮頸癌，還有一個很重要的婦癌即卵巢癌，請何主任告訴我們，卵巢癌跟子宮頸癌、子宮內膜癌這兩種癌症有什麼不同，還是症狀一樣？

何：我們一般稱卵巢癌為「沈默的殺手」。為什麼這樣講？因為它沒有什麼症狀，因此被發現的時候大部份都已經是晚期，所以它治癒的機率最低，死亡率也是婦科癌症中最高的。如果是子宮內膜癌，四分之三的人被發現的時候，絕大部份都還是在早期，可是對卵巢癌而言，它正好反過來，在被發現罹患卵巢癌的時候，四分之三的人都是在晚期，所以它棘手的原因是在於沒有很明顯的症狀，這些症狀通常以腸胃上的不舒服為主，比如說肚子脹脹的，或是感覺到腸胃消化不良，所以常常跑去看腸胃科，而不會想到去看婦產科或者是婦癌科。直到被發現有腹水，而且腹部有長腫瘤，才驚覺可能跟卵巢的惡性腫瘤有關係。可怕的是卵巢癌也有可能在短短3個月的時間內從無到有，甚至變成卵巢癌的晚期。所以降低卵巢癌的死亡率是目前全世界的醫師或科學家努力的一個方向。很可惜的是目前並沒有一種有效的篩檢可以提早發現，因此直到目前為止，它的死亡率仍然居高不下。

崔：進展這麼快速的癌症，各位聽眾朋友包括我在

內，聽了都有點膽顫心驚。有沒有什麼樣的危險因子可以讓我們知道自己是不是屬於高危險群？會產生卵巢癌或是子宮內膜癌、子宮頸癌？

何：提到卵巢癌的高危險群，一般來講還是那些月經比較早來、比較晚停經或是不斷被刺激排卵的人，例如不孕的人一直在打排卵針刺激排卵的人，一直都沒有讓卵巢休息，家族有卵巢癌先關遺傳病史的人，這一些人基本上比較容易罹患卵巢癌。其它的高危險族群還有停經後的女性，另外，假如腫瘤指數CA125異常的高，或者是腹部有長腫瘤，一般來講這三者如果同時具備的話，那麼得到卵巢癌的機率就會高達95%，所以到目前為止對於這種因為家族遺傳而罹患卵巢癌的人，或者是屬於停經後的婦女，都被列為是卵巢癌的高危險群。還有剛所講的如果有BRCA1跟BRCA2基因變異的人也是高危險群。醫界也一直在努力，嘗試可否利用抽血檢查、陰道超音波早期發現，降低死亡率。

崔：如果我們家族中的某些人得了婦癌，那自己得到癌症的機會有多大？哪些癌症跟遺傳比較有關係？

何：在這三種癌症當中，以卵巢癌的基因而言，跟遺傳有相關的部份沒有超過10%，所以基本上90%以上卵巢癌的發生都是屬於隨機性，而且其實有很多的因素都有可能導致卵巢癌的發生，它並非屬於單一的因素，遺傳的因素通常沒有佔那麼高的比率。可是如果是屬於血緣很親的母系親人，像媽媽、姐妹等，假如她們當中有一個人是在很年輕的時候就得到了卵巢癌，那麼您得到卵巢癌的機率就會增高3%到5%，如果說有二個人都得到卵巢癌，那罹患機率會上升到7%。另外，還有一種疾病跟家族遺傳特別有關係，叫做「林區氏症候群（Lynch

syndrome)」，如果去看他們的家族史，會發現最高有50%的機率得到卵巢癌。

崔：如果像子宮內膜癌的話，大部份好發於停經後、平均年齡61歲的女性，如果是40、50歲的女性，需不需要擔心這種癌症？

何：現在因為有25%的人的罹患年齡是在停經前，也就是在50歲之前，所以這些人才是真正比較困難被診斷的，不過這些人罹患的大部份都是第一型，主要還是跟女性荷爾蒙的刺激或者是肥胖有關，所以這些人反而預後會比較好。什麼是不正常的出血？如果是在月經期間之外的出血，一般來講就是屬於不正常的出血，尤其是月經已經乾淨了以後，斷斷續續又來，而且沒有辦法完全乾淨的這種，通常就要很小心，要去找婦產科醫師看看有沒有問題，是不是子宮內膜出了問題。

聽眾：我是肺癌患者，現在在做化療，一個療程有6次，我做到第4次的時候，大便出現鮮血，醫師叫我趕快去急診住院，他說我腸子敏感，也不敢給我做任何檢查，出血控制之後就出院了。這月初本來要再接受第5次化療，可是我跟醫師講我的大便還是有血，醫師說化療先暫停，延緩一下，先幫我安排照大腸鏡。請問做化療為什麼糞便會有血？上次出血醫師說我的紅血球下降，血小板太低所以沒辦法凝血，我很擔心會不會是大腸癌？現在停止化療，會不會延誤治療？醫師說我的腸子現在很敏感，叫我多休息，這樣延遲做化療會不會讓我的貧血狀況更嚴重？

何：這樣的情況，可能要先了解您是使用什麼樣的化療藥物。因為有的化療藥物確實是會造成這些狀況。它的影響分成血液或是非血液的毒性，血液的毒

性就是萬一血小板降得太低，有時候也會有出血的現象，這種出血狀況全身性都有可能發生。至於您剛提到有關大腸癌的部份，目前我對您的狀況不是那麼清楚，不過我想您的醫師選擇幫您做大腸鏡，您就跟醫師配合觀察接下來的情況。醫師之所以幫您將化療療程延後，可能是因為您現在的情況並不適合做化療，所以您若擔心病情延誤的這個部份可以跟醫師討論，例如在這個時候繼續做化療的好處，以及可能帶來的副作用等等。

崔：這位聽眾剛提到會不會是大腸癌，通常來講同時發生二種癌症不是不可能，但機率不是那麼大，況且您這次大腸出血是在化療進行的過程中出現的。化療的藥物就像剛何主任提到，有些對血液會有影響，這可能就是您的醫師跟您提到的血液沒辦法凝固，比如說白血球或血小板降低；另外一種是非血液的影響，這可能會對身體上某些黏膜產生受損，這些黏膜可能包含口腔的黏膜，或者是腸胃道的黏膜，這也許是出血的原因之一。但不論如何，畢竟您發生出血是在化療之後，您現在擔心會不會是大腸出現癌細胞，這種機率還是比較小，也許可以去詢問您的主治醫師，或者在做了大腸鏡之後會比較清楚。雖然大腸鏡對一般人來講風險很低，但是對您來講可能有一點風險，它畢竟是一種侵入性的檢查，大腸鏡進入大腸之後，有可能對您的腸胃道產生一些刺激，怕會有穿孔或其它副作用，我想您現在應該就像何主任說的，跟主治醫師配合及討論，並不用太擔心。再來要請問何主任，婦科腫瘤裡面，剛提到了子宮內膜癌、卵巢癌、子宮頸癌，我想很多婦女朋友想要知道，子宮頸癌的預防方法除了剛提到包括子宮頸抹片篩檢、或者是注射疫苗，其它二種癌症有沒有預防方法？

何：第一型的子宮內膜癌是跟女性荷爾蒙的刺激以及肥胖有關，所以如果要做預防，應該是要好好的控制體重，例如若食用的是動物性脂肪，也會刺激子宮內膜癌發生，所以我們在飲食上還是要非常的小心。另外有關卵巢癌的部份，目前大概還沒有一個可以有效預防跟篩檢的方式。基本上應該是說，如果您身上有任何沒辦法解釋的症狀，尤其像腸胃不舒服，當不斷出現持續發生的時候就是警訊，就應該要就診，但如果只是平常偶爾發生，拉肚子後就好了，這樣通常比較沒有問題。

聽眾：從去年開始，我的生理期結束後大概一、兩個禮拜又會來，我去看婦產科，醫師給我開21天份的荷爾蒙，可是我如果停掉之後，大概兩、三天或一個禮拜月經又會來，這種情況已經持續4個月了，這是什麼問題？

何：請問您現在幾歲？

聽眾：我現在46歲，這是更年期的現象嗎？

何：基本上這不是更年期的現象，一般來講我們把這種情況稱為「荷爾蒙失調」。46歲的卵巢已經沒辦法像年輕時的功能那麼好，例如，像月經很準時28天來一次，中間也比較不會發生出血的現象。荷爾蒙失調基本上都是來自於外在的影響，比如說情緒、壓力，這些都會干擾到腦下垂體，影響到卵巢的功能，進而影響月經的週期，或是出現不正常出血。您剛有提到說醫師開給您3個星期的藥，基本上因為這是荷爾蒙的藥，會幫你調經，吃藥的時候會停，可是當您把藥停掉以後月經就會來，所以醫師把它改到下一次要來的時候，讓它像正常的月經。假如說這種藥對您是有效的，大部份還是屬於荷爾蒙失調，如果真的是癌症的話，通常這樣的治療方

式還是無法避免不正常的出血。

聽眾：我今年83歲了，為什麼小便都只能排一半，剩下要壓一下膀胱才能繼續排出來？我脊椎開過刀，這有沒有關係？還是不用理會它？

何：脊椎開過刀的人，要看手術部位是哪一節，有可能會影響到排便，也包括排小便的動作，有的時候真的是因為當初脊椎開刀的影響，也有可能是因為年紀的關係，所以有的人需要用手增加腹部的壓力，小便才會出來，這種情況要怎麼判斷要不要緊，第一個是看小便解得乾不乾淨，如果解得乾淨就不容易發生泌尿道感染，也就是所謂的膀胱、腎臟發炎；另一個是假如小便裡面有帶血，就需要去看醫生了，因為小便不應該帶有血。但是無論如何，假如行動還方便的話，還是請您去看個醫生，好好的檢查一下。

崔：剛聽眾提到服用女性荷爾蒙，子宮內膜癌好像跟女性荷爾蒙比較有關，像這種服用女性荷爾蒙，而且特別是停經的婦女，為了改善更年期症狀服用女性荷爾蒙，對癌症的發生機率會不會升高？

何：其實在女性荷爾蒙剛問世的時候，大家把它視為長生不老藥，每個女性都希望自己永遠年輕貌美，而且吃了以後皮膚會變好，也比較不會有萎縮的現象。過去認為女性荷爾蒙只有優點沒有缺點，可是到目前為止我們已經很清楚看到，如果女性荷爾蒙使用超過五年以上，有增加乳癌的風險，這樣的風險已經相當明確。從2014年來看，女性荷爾蒙使用在停經症候群或者是更年期症候群的這些人，醫師通常會建議如果真的有出現像急性熱潮紅、流汗、盜汗，晚上熱得沒辦法睡覺、脾氣變得很暴躁，或是情緒低落等這些徵狀，在急性期發作時，使用女性荷爾蒙是沒問

題的，但原則上要使用最低劑量及最短時間，如果太常用的話，還是怕會增加乳癌的風險；假如只有使用女性荷爾蒙，沒有搭配黃體素的話，同時也會增加子宮內膜癌的風險。

崔：更年期是婦女很關心的議題，尤其更年期使用的藥物荷爾蒙剛提到會不會增加癌症的風險，如果連續使用五年，風險會提高，特別是乳癌，這是給即將進入更年期的女性一個很重要的資訊。

聽眾：第一個問題，我在3年前有去做檢查，掃描出來結果確定是子宮肌腺瘤，二個都是5公分；最近又去做追蹤，檢查出來結果一個是7公分，一個是2公分，我想知道為什麼會這樣？第二個問題，我本身有吃素的習慣，偶爾會攝取到一些豆類製品，豆類製品會不會有類黃酮？像豆漿也是豆類製品，會不會因為這個關係導致肌瘤長大？

何：子宮肌腺瘤基本上是子宮的一種良性腫瘤，子宮腫瘤最常見的大概就是子宮肌瘤，也有另一種叫子宮肌腺症，子宮肌腺瘤就是介於肌瘤跟肌腺症之間，它基本上是良性的腫瘤，有時候會引起月經來的疼痛，或是月經量多。您說二個肌瘤原來都是5公分，後來變成7公分跟2公分，基本上應該這樣看待，肌瘤雖然是良性腫瘤，但隨著時間還是會慢慢長大，如果期待它一直維持在那裡不會動，可能跟您的期待會是相反的，它只是長得比較慢而已，重點還是在於對您產生的影響。如果對您的影響是像疼痛或是出血量多而引起貧血，而這些都沒辦法用藥物矯正的時候，那應該是最佳的開刀時機，把它拿掉基本上問題就解決了。第二個問題是長期吃豆類製品，豆類製品本身裡面確實含有植物性的荷爾蒙，會不會因為這些荷爾蒙導致子宮肌腺症的長大？這是有可能的。基本上假

如已經到達停經年齡，或是已經停經，這個問題就好辦了，因為月經不再來，也不再產生剛剛講的這些症狀，對您的影響也就變小；另外停經之後沒有女性荷爾蒙的刺激，基本上從食物當中如果也能夠控制的話，它就不會再繼續長大，甚至經過很多年以後，它有可能會縮小。

崔：提到了食物，很多人猜想吃大豆、喝豆漿會不會影響？喝多少豆漿？這就是見仁見智的問題。

聽眾：我太太有子宮肌腺瘤，為了改善經痛，有吃低劑量的避孕藥，這對子宮會不會有影響？是不是會致癌？

何：對於子宮肌腺瘤的治療，有的人確實是為了抑制經痛而使用避孕藥。子宮肌腺瘤轉變成惡性腫瘤的機率大概是1%，若有子宮腺瘤，當月經來的時候會痛，會很不舒服，如果使用避孕藥，可以緩解它的疼痛。當然避孕藥並不是唯一一種可以緩解這種疼痛的藥物，也有一些專門針對經痛的藥，不過如何使用，所以就看醫師的處理，還有每個人服用藥物之後的反應。如果避孕藥對經痛有很好的改善效果，那不妨使用避孕藥，但還是要定期做檢查，看子宮肌腺瘤有沒有發生變化，並且跟醫師好好的配合，才有辦法達到治療的效果。

崔：現在有些健康食品含大豆異黃酮，會改善更年期婦女包括骨質疏鬆或心臟的問題。這類健康食品對於婦女的健康，特別像是子宮內膜癌，會不會有影響？

何：基本上因為這些健康食品裡大豆異黃酮的含量很低，所以到目前為止，大豆異黃酮都沒有被報告會有導致子宮內膜癌等癌症的風險，所以有一些高危險

群、不適合接受動物性脂肪、服用女性荷爾蒙的人，大豆異黃酮應該是可以考慮作為替代的方式。從食物當中攝取的營養素基本上都可以吃，主要是量的問題，如果是偶爾喝豆漿和把豆漿當開水喝，是完全不同的意義。其實食物中並沒有包含那麼多的女性荷爾蒙，如果是一般的吃法跟用法，應該是沒問題的。

崔：謝謝何主任今天跟我們談到卵巢癌、子宮內膜癌跟子宮頸癌三種很重要的婦女癌症，這三種癌症中，能夠預防的是子宮頸癌，而減肥也是很重要的。今天節目進行到這裡，我是國泰綜合醫院臨床病理科崔可忠醫師，非常謝謝大家的收聽，我們下次再會！



生物醫學
BIOMEDICINE JOURNAL