主辦機構：

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行
Journeying Together

贊助機構：

MSD

乳癌認知及自強計劃健康講座

護心有法

2025 年 11 月 22 日（星期六）

主辦機構

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行
Journeying Together

贊助機構

MSD

免責聲明

本資訊祇用作教育用途，並為出席人士對相關主題提供基本資訊。

出席人士在使用本資訊時，並不構成代表出席人士與資訊提供者有任何委託關係。

本資訊並非亦不得視作代表專業人士之意見。

主辦機構

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行
Journeying Together

乳癌認知及自強計劃健康講座 ：護心有法 – 乳癌治療資訊

謝思華醫生

臨床腫瘤科醫生

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

香港癌症資料統計中心 – 2023年統計資料

Cancer Incidence 2023						5-yr AGR (vs 2019)
Rank	**Site**	**No.**	**Rel. freq. %**	**Crude rate***	**5-year trend**	
1	Lung	6,111	16.1	81.1		2.3%
2	Breast^	5,603	14.8	74.3		4.0%
3	Colorectum	5,467	14.4	72.5		-0.4%
4	Prostate	3,031	8.0	88.2		4.6%
5	Liver	1,700	4.5	22.6		-2.4%
6	Corpus uteri	1,306	3.4	31.8		2.2%
7	Stomach	1,284	3.4	17.0		-0.3%
8	Thyroid	1,267	3.3	16.8		4.5%
9	Non-Hodgkin lymphoma	1,245	3.3	16.5		5.2%
10	Non-melanoma skin	1,087	2.9	14.4		0.1%
	All sites	**37,953**	**100**	**503.6**		**2.0%**

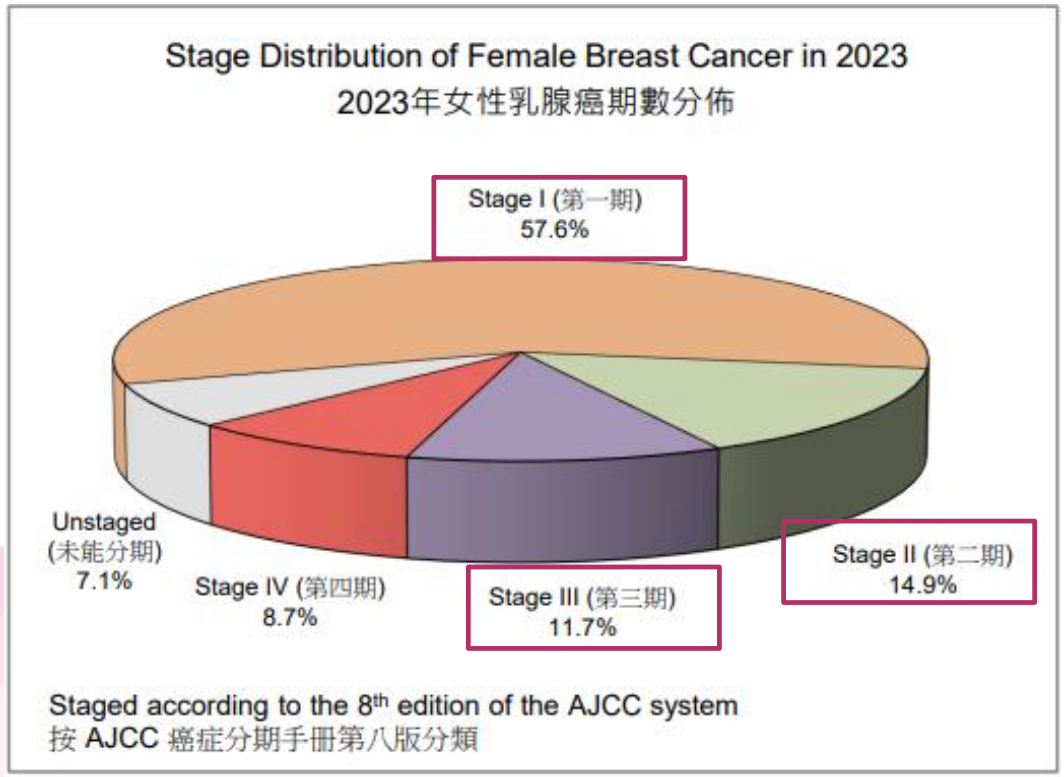
* Crude rate per 100,000 population except in cancers of corpus uteri, ovary, cervix (per 100,000 women) and prostate (per 100,000 men)
^ Included 18 male breast cancer cases.
5-yr AGR = 5-year average growth rate

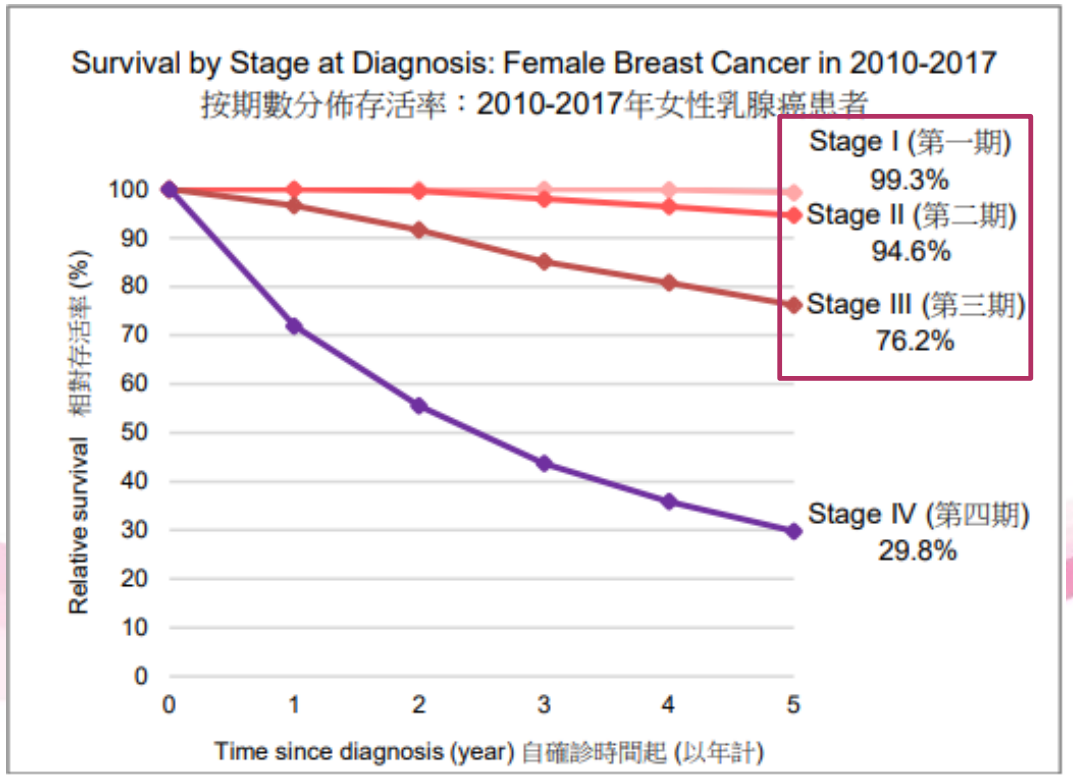
香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

香港癌症資料統計中心 - 大部分患者在早期發現確診乳癌

84.2%患者
在確診時屬於早期階段(第一、二及三期)

早期乳癌患者的五年相對存活率
可達76%甚至99%





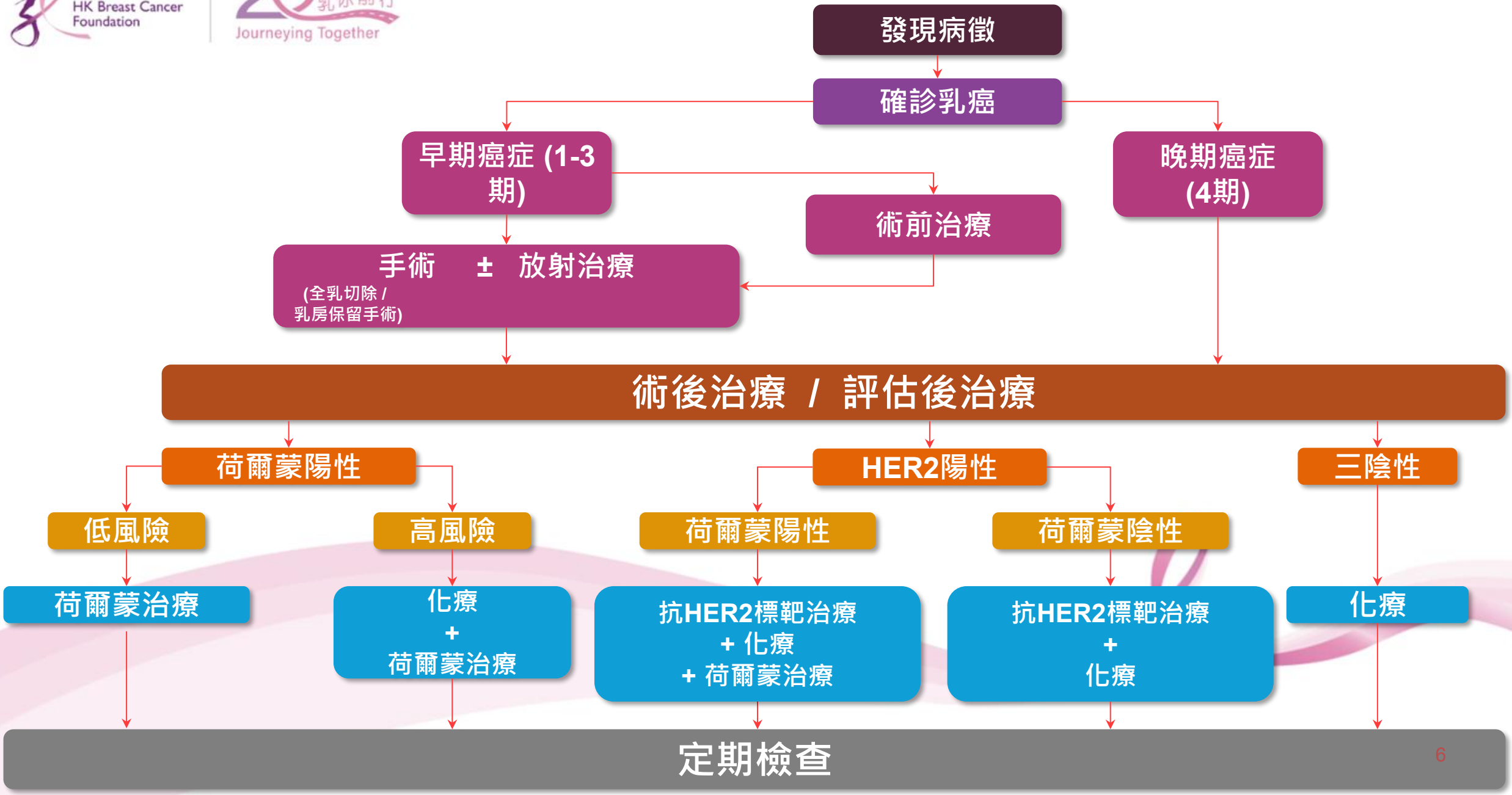
Reference:
2023年女性乳腺癌統計數字 https://www3.ha.org.hk/cancereg/pdf/factsheet/2023/breast_2023.pdf

Modified from ESMO Patient Guide – Breast Cancer. Available at https://www.esmo.org/Patients/Patient-Guides/Breast-Cancer (Accessed 3 Aug 2021)

主辦機構

香港乳癌基金會 HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行 Journeying Together



香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

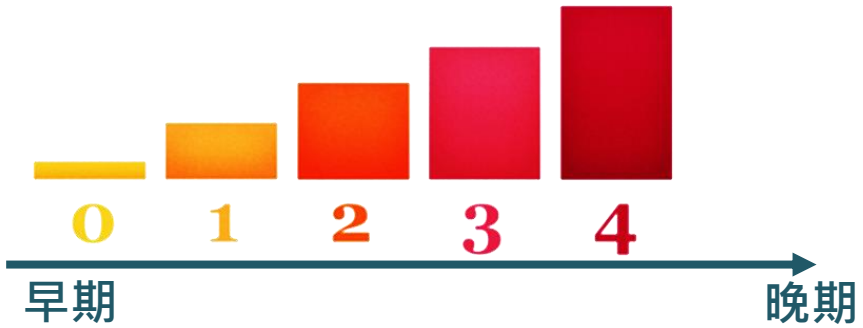
- 乳癌的期數會根據下列因素來釐訂[1,2]：
  - 乳癌屬於入侵性還是非入侵性
  - 腫瘤的大小
  - 癌細胞有沒有影響腋下的淋巴結
  - 受影響的淋巴結數目
  - 癌細胞有沒有擴散至身體其他器官

參考資料
1. American Cancer Society. How is breast cancer staged. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breastcancer/detailedguide/breast-cancer-staging (Accessed on 3 Aug 2021).
2. National Breast Caner Foundation. Breast cancer stages. Available at: https://www.nationalbreastcancer.org/breast-cancer-staging/ (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

- 乳癌主要分為**0-4期**

- 數字**小**: 癌症屬於**早期**
  數字越**大**: 癌症越**接近晚期**



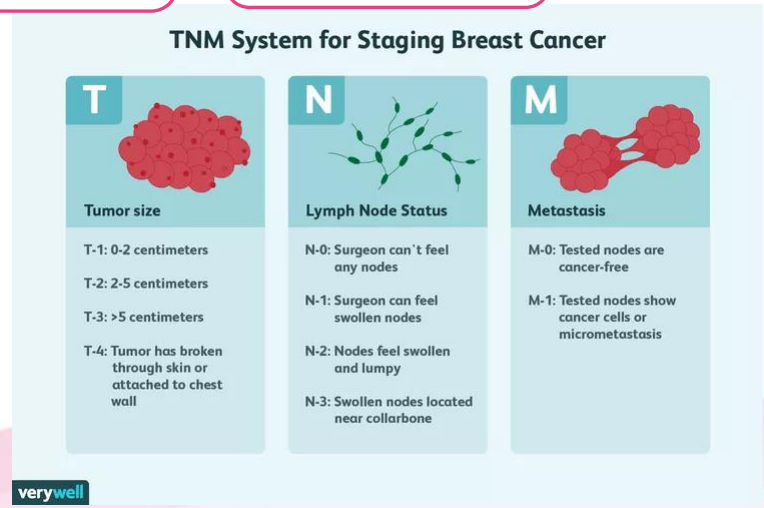
- **0-3期:** 癌細胞**未擴散**至其他器官
  4期:癌細胞已由乳房**擴散**至其他器官

參考資料
1. American Cancer Society. How is breast cancer staged. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breastcancer/detailedguide/breast-cancer-staging (Accessed on 3 Aug 2021).
2. National Breast Caner Foundation. Breast cancer stages. Available at: https://www.nationalbreastcancer.org/breast-cancer-staging/ (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

淋巴結侵襲

癌細胞組織　前哨淋巴結



- 癌細胞可能藉由淋巴管**從乳房的腫瘤侵襲到淋巴結**[1]。
- 受侵襲的淋巴結數量是乳癌分期的一個判斷標準，**受到侵襲的淋巴結越多，癌症分期越高**[1]。
- 醫生會進行「**前哨淋巴結切片檢查**」，前哨淋巴結是距離腫瘤最近的 1-2 個淋巴結，藉由檢查淋巴結內是否有癌細胞，**判斷癌細胞是否有轉移**[1]。

1. Breast Tumor Size and Staging - Verywell health (https://www.verywellhealth.com/know-your-breast-tumor-size-4114640)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

腫瘤細胞分化級數 (Grade)

細胞分化是指與正常細胞相比較時，乳癌細胞的型態結構的差異。一般分為三個等級，分化愈好的（愈像正常組織的），級數愈低；分化愈差的，級數愈高。**級數愈高的腫瘤，通常預後比較差。**

第一級	第二級	第三級
GRADE I	GRADE II	GRADE III
低度惡性	中度惡性	高度惡性
分化良好	中度分化	分化差

分化程度

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

除了期數，原來乳癌都分很多種類

- 研究發現，乳癌與**女性荷爾蒙（雌激素、黃體素）**，以及**人類表皮生長因子受體2（HER2）**關係密切

- 根據病人乳癌細胞所呈現的**雌激素受體（ER)、黃體素受體（PR）**，**以及 HER2受體**的特性，我們可將乳癌分成四大類

參考資料
1. Hong Kong Breast Cancer Registry Report No. 12 (Issue 2020)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

免疫組織化學染色法 (IHC)&分子生物標記

- 免疫組織化學染色（IHC）**是一種檢測腫瘤細胞種類的方式**[1]
- **協助乳癌的預後及治療計畫評估**[1]

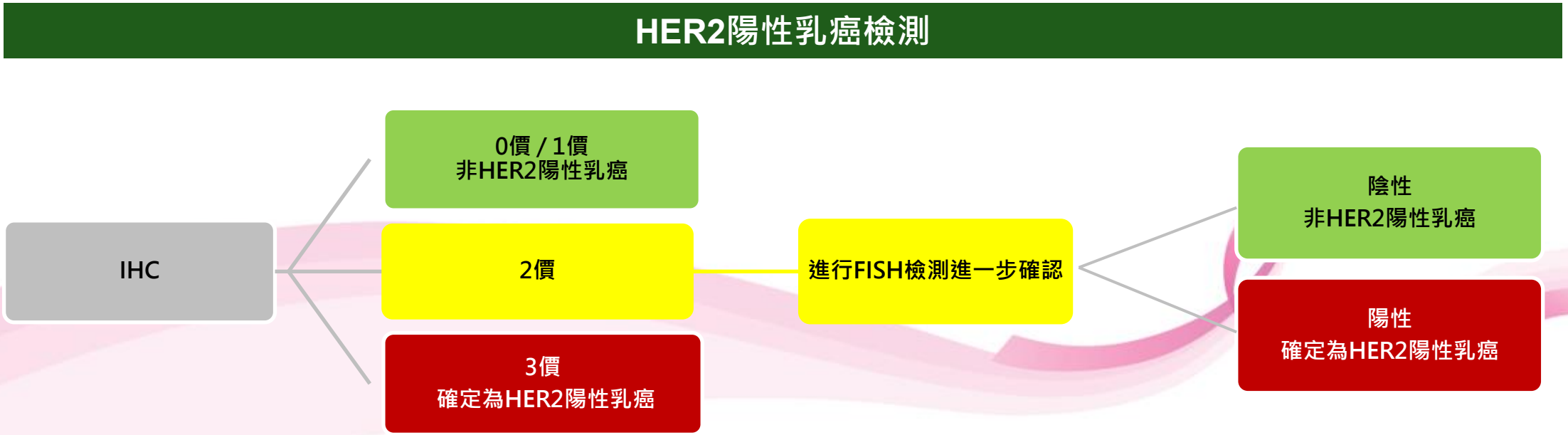
分子生物標記	說明[2]
雌激素接受體(Estrogen Receptor ; ER) 黃體素接受體(Progesterone Receptor; PR)	• 細胞上的荷爾蒙接受體，(-) 代表陰性，(+) 代表陽性。 • 雌激素藉由和雌激素接受體的結合而刺激乳癌細胞生長。 • 腫瘤組織檢體需化驗是否有荷爾蒙 (雌激素和黃體素) 接受體陽性，此已是標準步驟，更是醫師是否給予荷爾蒙治療的依據。
人類表皮生長因子受體-2/neu (Human Epidermal Growth Factor Receptor 2 ; HER2)	• 細胞上的人類生長因子接受體，陽性強度共分為0~3+。 • 許多正常組織都會表現 HER2，但在特定腫瘤上會過度表現，HER2是否陽性可作為是否給予標靶治療的判斷依據。 • 此外，近期研究顯示 HER2-low（即 HER2 表現強度為 1+ 或 2+ 且無基因擴增）在某些情況下也可能成為治療的考量因素，尤其在針對某些新型藥物時。

1.乳癌的病理分類 – 台灣全癌症病友連線 (http://www.ilovetacp.org.tw/Album-1.aspx?uid=146&id=78)
2.乳癌的病理報告– 乳癌防治基金會 (https://www.breastcf.org.tw/contents/text?cid=34&tid=72)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

螢光原位雜交法 (FISH) & HER2

- 利用不同螢光去偵測腫瘤細胞內HER2基因的一種檢測方式
- 目前**針對IHC檢驗結果2+的乳癌患者**，可利用**FISH檢測進一步確認**。

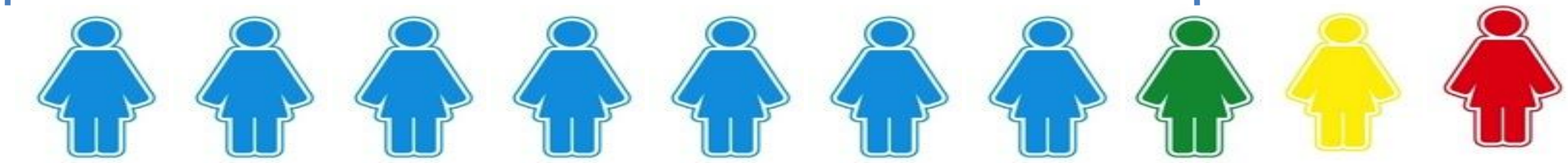


香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

乳癌的分類

雌激素受體呈陽性(ER+)/
黃體素受體呈陽性 (PR+)
此類癌細胞的生長主要受荷爾蒙影響，
這類腫瘤生長速度一般較慢
~80%

三陰性乳癌
荷爾蒙受體及HER2受體都呈陰性，
多見於年輕女性，**惡性也較高**
~10%



HER2受體陽性 (HER2+)
癌細胞擁有較多HER2受體，
這類**癌細胞的生長及擴散速度也較快**
~20-25%

參考資料
1. Hong Kong Breast Cancer Registry Report No. 12 (Issue 2020)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

細胞增殖指標(Ki-67)

- **Ki-67 是在細胞準備分裂時會增加的蛋白質**，如果在特定區域內有高比例的細胞產生 Ki-67，代表該區域的細胞正在**快速分裂**中[1]。
- 常用來檢測細胞的增殖率，比例越高表示癌細胞的生長分裂速度越快[1]。
- 某些研究指出 Ki-67 較高的腫瘤**預後較差**，但也有研究指出 Ki-67 較高的腫瘤**對化療的反應較佳**[1]。

Ki-67 < 10% → Ki-67 的百分比較低，乳房腫瘤惡性程度較低[1]。

Ki-67 ≧ 20% → Ki-67 的百分比較高，乳房腫瘤較可能是高度惡性且會擴散的[1]。

1. The Ki-67 Proliferation Marker Test and Breast Cancer Treatment - Verywell health (https://www.verywellhealth.com/ki-67-tumor-marker-test-430609)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

治療乳癌 -
勇敢面對療程

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

得知患上乳癌後

不知如何是好....

不同階段的乳癌治療方案

乳癌(0-3期) -未擴散的	**局部性**治療 (手術，放射治療) **全身性**治療 (化療，荷爾蒙，標靶治療)
乳癌(4期) -已擴散至其他器官的	**全身性**治療 (化療，荷爾蒙，標靶治療) 一般不適合以手術切除，故治療方法多以藥物治療為主，視乎情況亦有可能配以放射治療

參考資料
1. National Comprehensive Cancer Network. NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology. Breast Cancer. version 5. 2021.

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

乳癌的治療方案眾多
我應接受什麼治療?

- **醫生會考慮下列因素為患者訂下治療方案[1]：**
  - 患者病情
  - 病人的意願
  - 年齡
  - 停經與否
  - 身體狀況
  - 腫瘤的特性

- **可能會使用一種療法**
  或 同時使用多種療法[1]

參考資料
1. National Comprehensive Cancer Network. NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology. Breast Cancer. Version 5. 2021.

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

互相溝通：主動參與治療過程

在會見醫生前準備希望諮詢的問題

以下是一些問題例子以供參考：

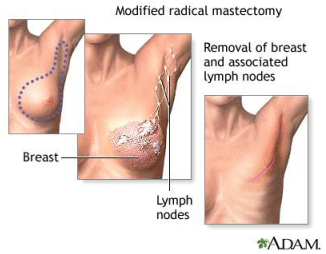
- 我需要先接受進一步的診斷測試嗎？應該何時開始接受治療?
- 目前有哪些可行的治療方案？它們有什麼好壞？
- 這些治療方案旨於根治，抑或控制症狀？
- 目前情況會否適合手術或放射治療？
- 如何得知治療有效與否？
- 我需服用的藥物名稱、功效和常見的副作用是什麼？
- 我應如何應對這些副作用？我在什麼情況下需立即尋求醫生協助？
- 治療需時多久？相隔多久覆診一次？
- 我需使用的藥物是自費藥物還是受資助藥物？(如撒瑪利亞基金、關愛基金或其他社區資源)
- 我應如何調整日常作息及飲食以配合治療？

外科醫生建議我進行乳房切除手術

但我很害怕會失去乳房...

我適合進行乳房保留手術嗎?

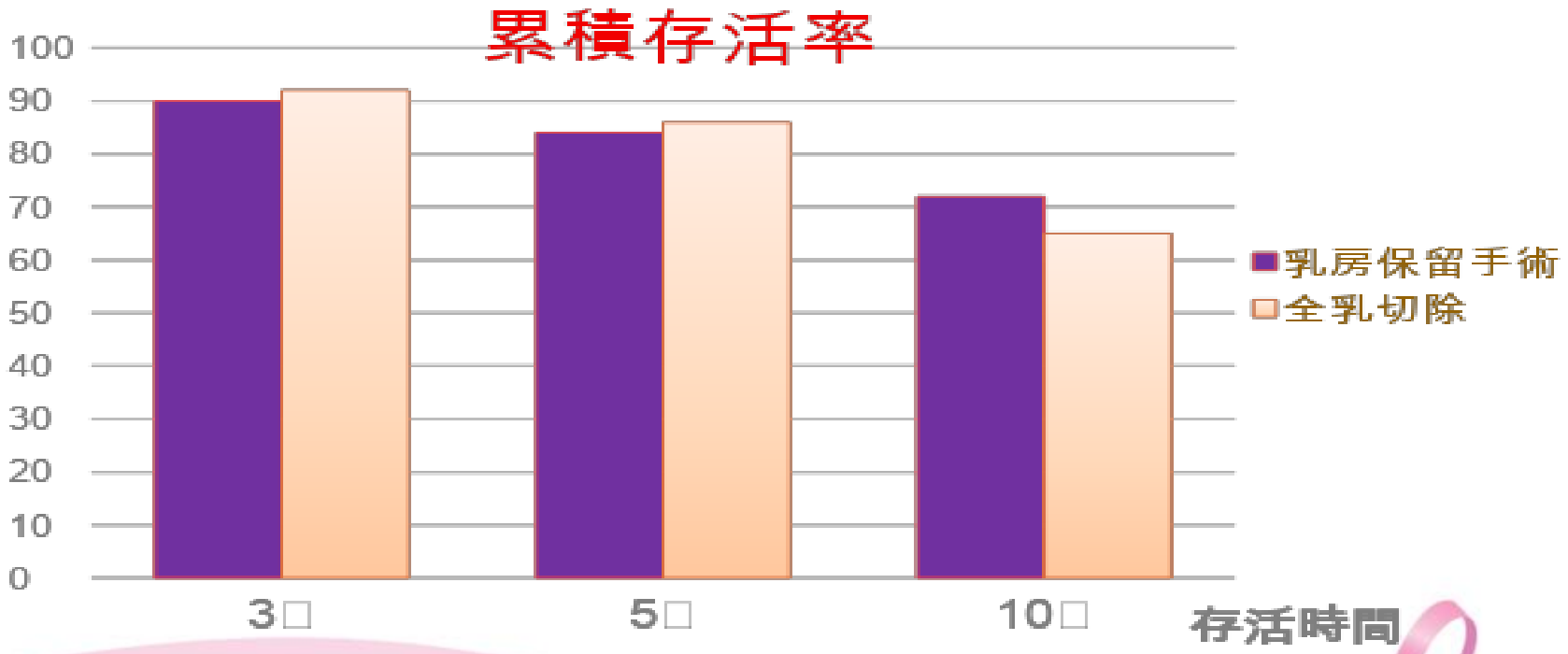
切除的範圍取決於腫瘤的大小、性質和擴散的程度[1]

	乳房保留手術	全乳房切除
		
合適的病人	腫瘤較小及在乳房的外圍	腫瘤較大，或不同部位都有癌細胞，並已影響皮膚
詳情	將乳房的腫瘤及周邊組織切除	將整個乳房切除，甚至可能把腋下淋巴腺一併切除
	多輔以放射治療	對外觀影響較大

資料來源：參考資料二至四

參考資料:
1. Hong Kong Cancer Fund. Breast Cancer. Available at: https://www.cancer-fund.org/breast-cancer/ (Accessed on 3 Aug 2021)
2. Smart Patient. Breast Cancer. Available at: https://www21.ha.org.hk/smartpatient/SPW/en-US/Disease-Information/Disease/?guid=bc5c075d-d161-4abc-9b1b-1b1ca15d6947 (Accessed on 3 Aug 2021).
3. MedlinePlus. Lumpectomy. Available at: http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/imagepages/17030.htm (Accessed on 3 Aug 2021).
4. MedlinePlus. Mastectomy series. Available at: http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/presentations/100031_1.htm (Accessed on 3 Aug 2021).

聽說要根治乳癌，便要全乳切除....



研究發現，乳房保留手術(需配合放射治療)與全乳切除的整體存活率無分別

所以乳房保留手術及全乳切除亦同屬安全

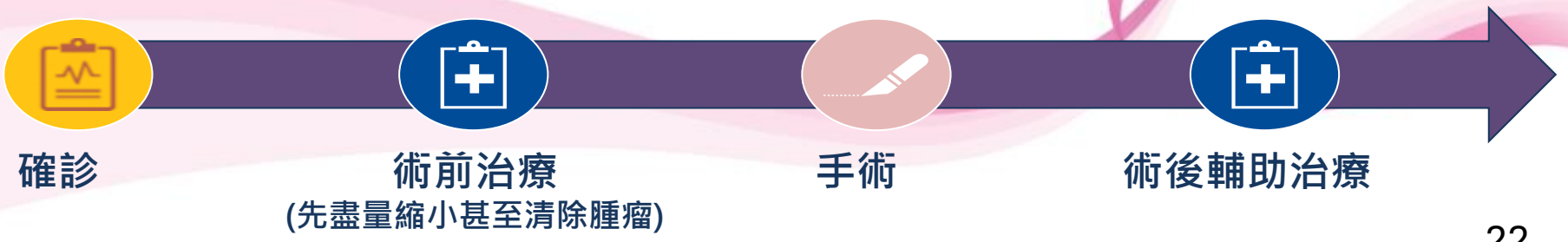
參考資料:
Adedayo A. Onitilo, et al. Survival Comparisons for Breast Conserving Surgery and Mastectomy Revisited: Community Experience and the Role of Radiation Therapy. Clin Med Res. 2015 Jun; 13(2): 65–73.

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

我的腫瘤較大
未必適合進行乳房保留手術？

若條件許可，可先使用術前治療將腫瘤縮小，有更高機會進行乳房保留手術

治療方案1 - 主要適用於**腫瘤較小**，淋巴結沒有受影響的患者



香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

術前輔助治療有哪些優點？

- 術前輔助治療是一種**誘導療法，在進行主要治療 (通常是手術) 之前所給的治療**，包括**化學治療、標靶治療、放射線治療、免疫治療和賀爾蒙療法**，和術後輔助治療沒有太大差異[1,2]。

- 術前輔助治療的**目的是縮小腫瘤**，好處舉例來說包括[2,3]：

降低癌症期別

縮小淋巴結，讓手術較易進行

增加保留乳房機會

根據腫瘤對治療的反應，決定使用的藥物治療是否有效[2]

1. Neoadjuvant therapy – National cancer institution (https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/neoadjuvant-therapy)
2. Neoadjuvant Therapies - Susan G. Komen (https://www.komen.org/breast-cancer/treatment/type/neoadjuvant-therapy/)
3. 乳癌專區 – 台灣癌症基金會 (https://www.canceraway.org.tw/cancerinfo.php?id=EC4BC652-18B3-464C-B19D-CB0C49C64285)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

醫生說即使是全乳切除亦不用太擔心，可進行乳房重建手術

- **乳房重建手術：**
  - 在穿戴胸圍時，讓兩邊乳房看起來一樣
  - 讓乳房的外形看起來與以前一樣或相似
  - 不必在胸圍內穿戴義乳

- **可分為兩大類：**
  - 植入體: 最常用的是填滿鹽水的硅膠袋
  - 組織皮瓣手術: 利用腹部、背部、大腿或臀部的組織來重建乳房

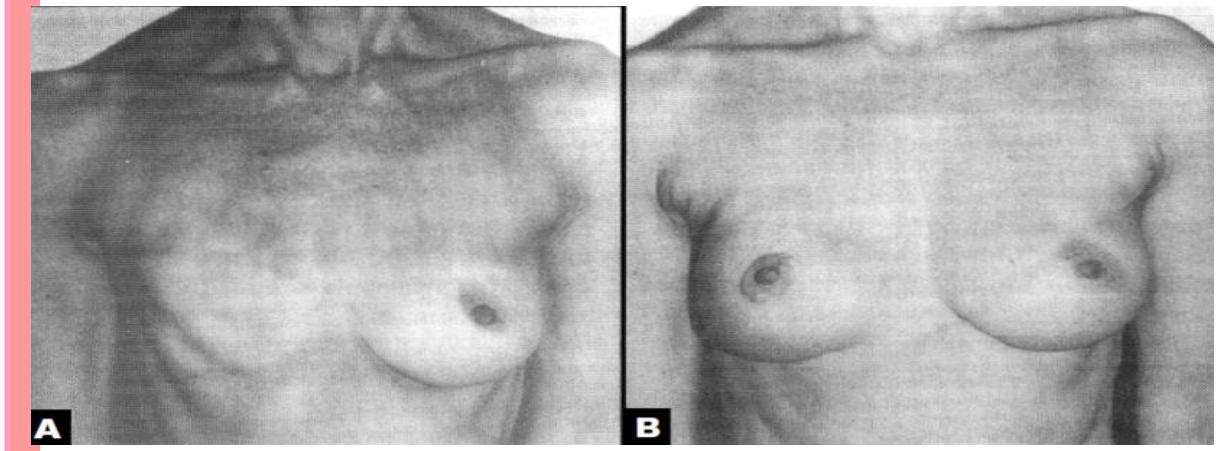
現時乳房重建手術技術成熟，即使患者進行全乳切除，術後仍能重拾女性的自信

參考資料
1. American Cancer Society. Breast Reconstruction Options. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/reconstruction-surgery/breast-reconstruction-options.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

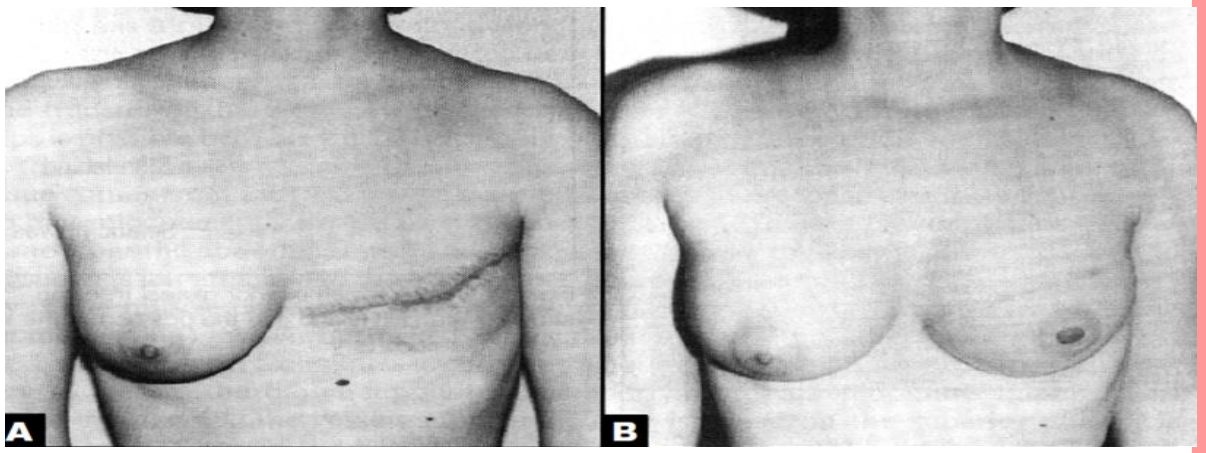
乳房重建手術

植入體乳房重建



全乳房切除手術後　　乳房重建手術兩年後

組織皮瓣乳房重建



全乳房切除手術後

用臀部組織重建乳房，
及後進行乳頭和乳暈重建
手術十八個月後

資料來源：參考資料一

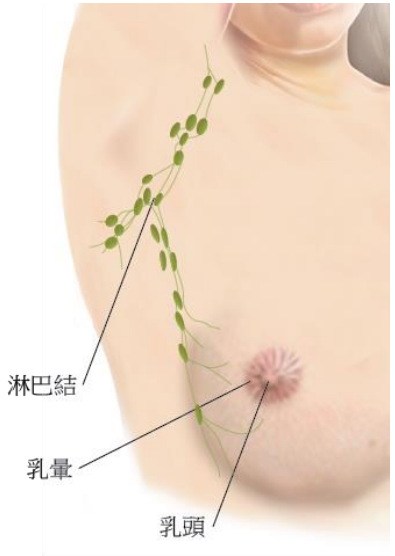
參考資料
1. Bostwick J 3rd. CA Cancer J Clin. 1995 ;45:289-304.

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

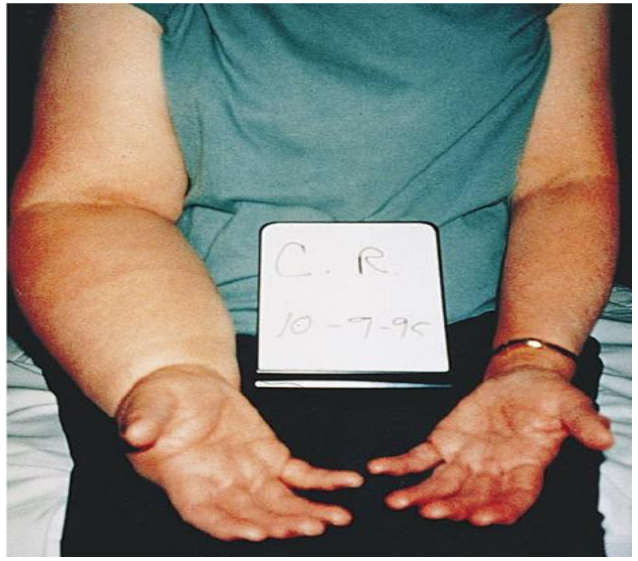
什麼是腋下淋巴腺切除？

惡性腫瘤除了會侵襲乳房組織，亦可能會擴散至腋下淋巴腺，外科醫生往往會切除同一邊腋下的淋巴腺

- 如發現淋巴腺有癌細胞，醫生會用手術切除在手臂下的淋巴腺，或者會採用放射治療[1]
- 移除淋巴腺有時可能會造成淋巴水腫，譬如手臂腫大[1]
- 淋巴水腫的出現代表手和手臂會較易受到感染[1]



根據參考資料二修改



資料來源：參考資料三

參考資料
1. Hong Kong Cancer Fund. Breast Cancer. Available at: https://www.cancer-fund.org/breast-cancer/ (Accessed on 3 Aug 2021)
2. National Cancer Institute. Breast Cancer Treatment – Patient Version. Available at: https://www.cancer.gov/types/breast/patient/breast-treatment-pdq#_222 (Accessed on 3 Aug 2021)
3. Ko DSC, Lerner R, Klose G and Cosimi AB. Arch Surg. 1998;133:452-458.

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

治療乳癌 -
積極進行術後治療

經醫生轉介，腫瘤科醫生
讓我更能了解術後治療的詳情

腫瘤科醫生為我講解各個治療的特點

為尋求最合適的治療的方案，妳或許希望尋求第二意見。如妳決定尋求**第二意見**，妳需要向妳的醫生要求一些報告副本，包括病理報告、影像檢查結果的光碟，以及其他檢查報告等等

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

進行手術後
醫生便安排我接受放射治療

- 多用於乳癌外科手術後[1]

  目的是殺死任何殘留的癌細胞，減低復發的機會[1]
- 利用高能量射線殺死癌細胞[1]

體內放射治療	體外放射治療
將放射物質置於腫瘤內或腫瘤附近	利用儀器將輻射線只照射在腫瘤部位
將放射物質短時間置於體內，比如說療程一日兩次，為期五天[4]	療程大多一星期五日，為期三至六個星期

資料來源：參考資料二至四

參`考資料
1. Hong Kong Cancer Fund. Breast Cancer. Available at: https://www.cancer-fund.org/breast-cancer/ (Accessed on 3 Aug 2021)
2. Cancer research UK. About breast cancer radiotherapy. Available at: https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/breast-cancer/treatment/radiotherapy (Accessed on 3 Aug 2021).
3. American Cancer Society. Radiation therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/radiation-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

放射治療有甚麼副作用

- 皮膚發紅及疼痛、噁心 (在療程過後會逐漸消失)[1]
- 疲累，會持續數個月[1]
- 乳房會感覺稍硬[1]
- 淋巴水腫[2]
- 長期的副作用如神經痛、刺痛、手或手臂軟弱無力或麻木[1]
- 呼吸困難、肋骨疼痛（較少出現）[1]

參考資料
1. Hong Kong Cancer Fund. Breast Cancer. Available at: https://www.cancer-fund.org/breast-cancer/ (Accessed on 3 Aug 2021).
2. Hong Kong Cancer Fund. Managing Side Effects of Radiotherapy. Available at: https://www.cancer-fund.org/en/coping/?cat=79 (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

除了放射治療，我也需要接受藥物治療

雌激素/黃體素受體		陽性(+)	陽性(+)	陰性(-)	陰性(-)
HER2受體		陰性(-)	陽性(+)	陽性(+)	陰性(-)
化療		√	√	√	√
荷爾蒙治療		√	√	X	X
標靶治療	抗HER2標靶藥物	X	√	√	X
	CDK4/6抑制劑	√	X	X	X
	mTOR抑制劑	√	X	X	X
	PI3K抑制劑	√	X	X	X
	PARP抑制劑 (BRCA 突變患者)	√	X	X	√
	免疫治療 (PD-L1 陽性患者)	X	X	X	√

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

化療原來沒有想像中可怕.....

- 利用抗癌藥物來破壞癌細胞[1]，同時亦會殺死代謝較快的正常的細胞[2]
- 分口服和靜脈注射兩種[1]
- 每次療程只有幾天，隨後有數星期的休息[1]
- 療程的次數需視乎癌症種類及對藥物的反應而定[1]

參考資料
1. Hong Kong Cancer Fund. Breast Cancer. Available at: https://www.cancer-fund.org/breast-cancer/ (Accessed on 3 Aug 2021).
2. American Cancer Society. Chemotherapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breastcancer/detailedguide/breast-cancer-treating-chemotherapy (Accessed on 3 Aug 2021).

為了更高機會進行乳房保留手術
術前我已開始接受化療

- 化療主要在以下三種情況使用[1]：

情況	目的
手術前的化療	將比較大的腫瘤先行縮小再動手術，避免切除整個乳房
手術後的化療	消滅在手術後殘留在身體的癌細胞，降低癌細胞復發或擴散的可能性
癌細胞擴散後	縮小腫瘤，改善症狀，維持生活的質素，以及盡可能延長生命

參考資料
1. Hong Kong Cancer Fund. Breast Cancer. Available at: https://www.cancer-fund.org/breast-cancer/ (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

治療乳癌的化療藥物有甚麼副作用

下列是部分用來治療乳癌的化療藥物及其副作用[1-5]：

化療藥物種類	化療藥物例子	藥物常見的副作用*
紫杉醇類 (taxane)	太平洋紫杉醇 (paclitaxel)	白血球減少(leukopenia)、嗜中性白血球減少 (neutropenia)、貧血、脫髮、週邊神經病變、敏感反應、肌肉疼痛或關節痛、嘔吐和噁心、肚瀉、口腔黏膜炎、等
蒽環類 (anthracycline)	多柔比星 (doxorubicin)	手足症候群 (hand-and-foot syndrome)、噁心、口腔炎 (stomatitis)、無力、嘔吐、等
抗代謝物類 (anti-metabolite)	卡培他濱 (capecitabine)	淋巴細胞減少、貧血、手足症候群(hand-and-foot syndrome)、肚瀉、嘔吐、噁心、皮膚炎、疲倦、等
微管抑制劑 (microtubule inhibitor)	艾立布林 (eribulin)	嗜中性白血球減少(neutropenia)、貧血、乏力或疲倦、脫髮、週邊神經病變、噁心、等

參考資料
1. National Cancer Comprehensive Network. NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology – Breast Cancer. Version 5. 2021.
2. Paclitaxel US prescribing information.
3. Doxorubicin US prescribing information.
4. Capecitabine HK prescribing information.
5. Eribulin US prescribing information.

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

化療出現副作用該怎麼辦

可能出現的副作用	一般的應對方法
疲勞	• 多休息 • 讓別人分擔工作，以免過勞
噁心、嘔吐	• 少食多餐 • 慢慢進食，仔細咀嚼 • 多飲水、多吃容易消化的清淡食物
口腔潰爛	• 用軟毛牙刷刷牙，使用醫生處方的特效漱口水有助防止口瘡 • 將一茶匙鹽溶入一杯溫水，每天漱口4至6次
脫髮	• 梳頭時力度要輕，最好選用疏齒梳或軟毛梳 • 切勿電髮和染髮
貧血	• 避免接近咳嗽、感冒或有其他感染的人 • 避免損傷，以免滋生細菌 • 如廁後和進食前要用肥皂洗手，以免散播細菌
便秘、腹瀉	• 要多吃蔬果、粗麵、全穀麵包、麥麩等高纖維食物 • 可喝清湯，吃餅乾、芝士等輕食，戒辛辣、肥膩、煎炸 • 多進食溫熱流質食物

參考資料
1. Hong Kong Cancer Fund. Understanding Chemotherapy. Available at: https://www.cancer-fund.org/wp-content/uploads/2017/04/Chemo-Dec15CC.pdf (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

荷爾蒙治療

- 直至更年期，卵巢會製造雌激素，而雌激素有助具有荷爾蒙受體的乳癌細胞生長[1]
- 荷爾蒙治療透過減少雌激素、或抑制雌激素的作用，從而減緩或停止乳癌細胞的生長[1]
- 只適合荷爾蒙受體陽性的患者[1]

參考資料
1. American Cancer Society. Hormone therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/hormone-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 5 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

甚麼情況會使用荷爾蒙治療

- 荷爾蒙治療可在下列的情況使用[1]：
  - 手術前
  - 手術後（較常見）
  - 乳癌復發
  - 癌細胞擴散後

參考資料
1. American Cancer Society. Hormone therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/hormone-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 5 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

荷爾蒙治療有哪幾種

- 荷爾蒙治療大致可分為三類[1]：

類別	治療方式	藥物例子	備註
抑制卵巢功能	手術切除 卵巢或藥物	戈舍瑞林 (goserelin) 亮丙瑞林 (leuprolide)	
抑制雌激素的製造	藥物	來曲唑 (letrozole) 阿那曲唑 (anastrozole) 依西美坦 (exemestane)	比如說 適用於更年期後的女性
抑制雌激素的作用	藥物	三苯氧胺 (tamoxifen) 氟維司群 (fulvestrant)	

參考資料
1. American Cancer Society. Hormone therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/hormone-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

荷爾蒙治療有甚麼副作用

- 毒性一般較為輕微[1]
- 副作用會因應治療種類和藥物而有所不同[2]
- 常見的副作用包括[2]：
  - 潮熱
  - 夜間盜汗
  - 陰道乾澀
  - 經期變得不規律

參考資料
1. National Comprehensive Cancer Network. NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology. Breast Cancer. version 5. 2021
2. National Cancer Institute. Hormone therapy for breast cancer. Available at: https://www.cancer.gov/types/breast/breast-hormone-therapy-fact-sheet (Accessed on 3 Aug 2021)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

標靶治療

- 識別、鎖定並且攻擊癌細胞的藥物，且不會對正常細胞造成傷害[1]
- 副作用與傳統化療不同，並且較少出現嚴重的副作用[2]
- 僅適用於部分病人，如HER2陽性型、荷爾蒙受體陽性型的病人[2]

參考資料
1. National Cancer Institute. Breast cancer treatment: treatment option overview. Available at: https://www.cancer.gov/types/breast/patient/breast-treatment-pdq#_185 (Accessed on 3 Aug 2021).
2. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

治療乳癌的標靶治療有哪幾種

- 治療乳癌的標靶治療大致上可分為6種[1]：
  - **抗HER2標靶藥物**
  - CDK4/6抑制劑
  - mTOR抑制劑
  - PI3K抑制劑
  - PARP抑制劑
  - 免疫治療 (PD-1 / PD-L1抑制劑)

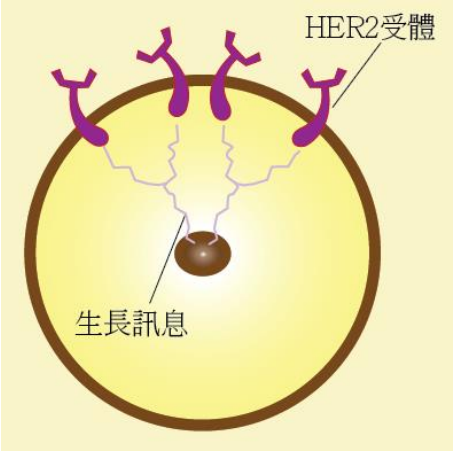
參考資料
1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

HER2型乳癌有什麼特點?

- 細胞表面的一種受體蛋白[1]，負責將生長訊息由細胞外傳送至細胞內，以控制細胞生長[2]
- 約1/5的乳癌病人屬HER2陽性型 (癌細胞表面有大量的HER2受體) [1]

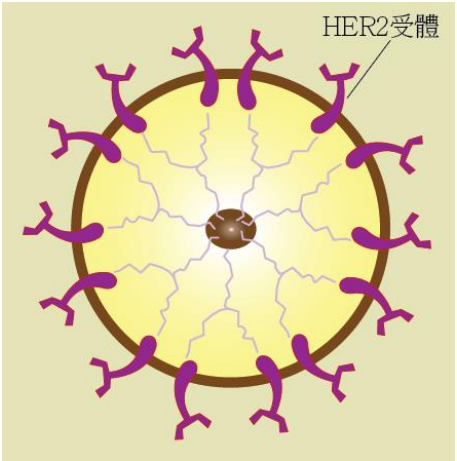
正常細胞



HER2受體的數目正常

- **細胞正常地生長和分裂**

HER2陽性的癌細胞



大量的HER2受體

- **細胞快速地生長和分裂**

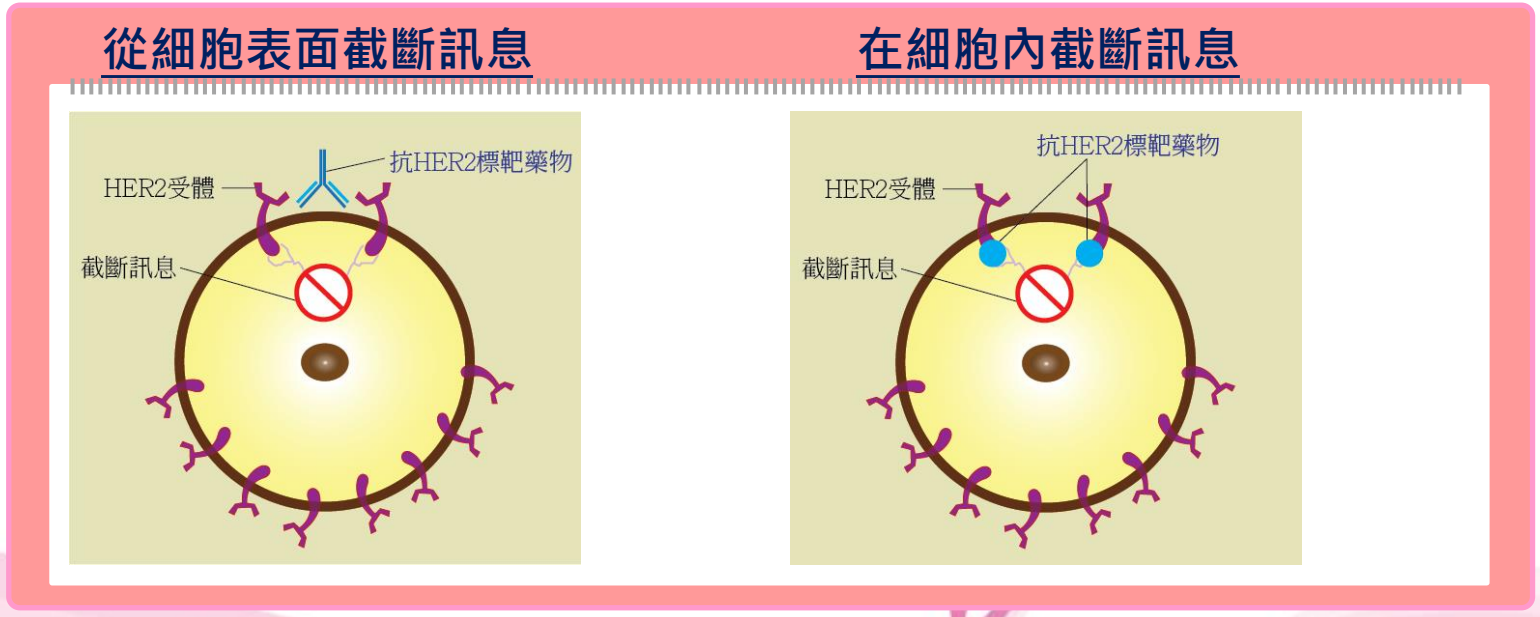
根據參考資料二來繪製

HER2 = human epidermal growth factor receptor 2

參考資料
1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).
2. Hong Kong Breast Cancer Foundation. Targeted therapy. Available at: https://www.hkbcf.org/en/breast_cancer/main/90/ (Accessed on 3 Aug 2021).

原來對抗HER2型乳癌的方法便是抗HER2標靶藥物

- 透過從癌細胞表面或進入癌細胞內截斷HER2受體生長訊息的傳遞，從而抑制癌細胞生長[1,2]
- 只適用於HER2陽性型的病人[2]
- 分口服、靜脈注射、和皮下注射三大類[2]



根據參考資料一至二來繪製

參考資料
1. Hong Kong Breast Cancer Foundation. Targeted therapy. Available at: https://www.hkbcf.org/en/breast_cancer/main/90/ (Accessed on 3 Aug 2021).
2. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

有甚麼抗HER2標靶藥物

- 曲妥珠單抗 (*Trastuzumab*)
  - 針對HER2型乳癌最常用的治療藥物為曲妥珠單抗及化療的單標靶藥物組合
- 帕妥珠單抗 (*Pertuzumab*)
  - 近年美國National Comprehensive Cancer Network(NCCN)的指引提出，部分患者可考慮在曲妥珠單抗(trastuzumab)組合上再加上新一代的帕妥珠單抗(pertuzumab)成為雙標靶藥物組合[1]
- T-DM1 (*Trastuzumab Emtansine*) ／T-DXd (*Trastuzumab Deruxtecan*)
  - 本體已結合了曲妥珠單抗(trastuzumab)及化療藥物的標靶藥物，故適合單獨應用
- 拉帕替尼 (*Lapatinib*)
  - 口服HER2型標靶藥物，可與化療藥卡培他濱 (Capecitabine) 組成全口服組合
- 圖卡替尼 (*Tucatinib*)
  - 口服HER2型標靶藥物，可與曲妥珠單抗(trastuzumab)及化療藥卡培他濱 (Capecitabine) 一起使用
- 來那替尼 (*Neratinib*)
  - 口服HER2型標靶藥物，適合於早期已接受過含有曲妥珠單抗藥物治療的患者

參考資料
1. National Comprehensive Cancer Network. NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology. Breast Cancer. version 4. 2023

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

抗HER2雙標靶藥物

即在曲妥珠單抗(trastuzumab)組合上再加上新一代的帕妥珠單抗(pertuzumab)成為雙標靶藥物組合

針對早期 HER2 型乳癌

- 部分患者可考慮雙標靶藥物組合作為術前輔助治療，以助提高達到病理完全緩解的機會。

主辦機構

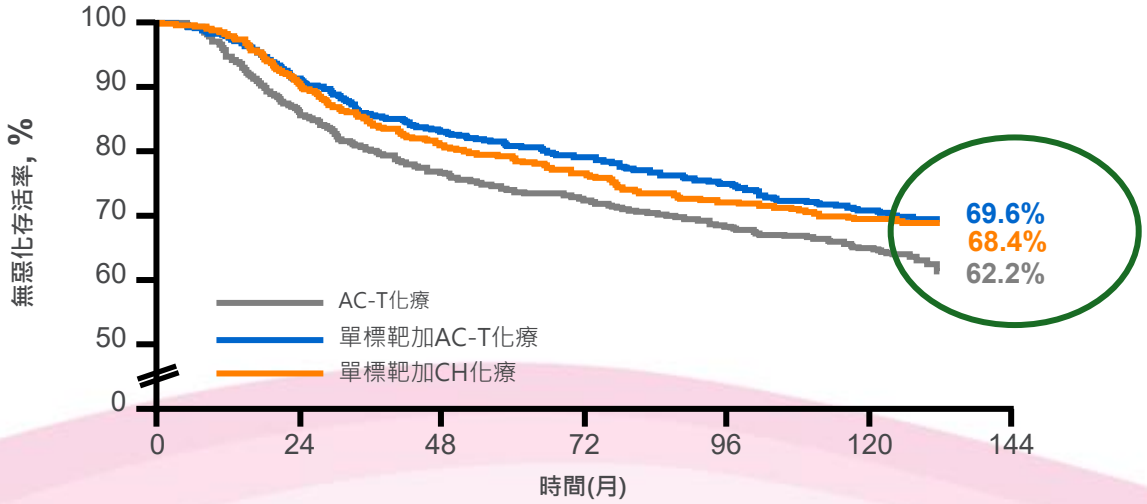
香港乳癌基金會 HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行 Journeying Together

3成HER2乳癌淋巴擴散患者復發或死亡

- 早期HER2陽性乳癌患者**接受1年單標靶及化療後約30%淋巴擴散患者**仍出現**復發或死亡**

HER2陽性乳癌並帶有淋巴擴散患者無惡化存活機會



AC, doxorubicin/cyclophosphamide; C, carboplatin; H, trastuzumab; T, docetaxel

高風險復發因素包括：

- 擴散至淋巴結
- 35歲以下
- 肥胖
- 腫瘤較大

1. Slamon, D, et al. "Abstract S5-04: Ten Year Follow-up of BCIRG-006 Comparing Doxorubicin plus Cyclophosphamide Followed by Docetaxel (AC→T) with Doxorubicin plus Cyclophosphamide Followed by Docetaxel and Trastuzumab (AC→TH) with Docetaxel, Carboplatin and Trastuzumab (TCH) in HER2 Early Breast Cancer." Cancer Research (Chicago, Ill.) 76.4 Supplement (2016): S5-S5-04. Web.
2. https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/recurrent-breast-cancer/symptoms-causes/syc-20377135

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

抗HER2雙標靶藥物

針對早期 HER2 型乳癌

- 不論妳有否接受術前治療， 部分較高復發風險的患者可考慮雙標靶藥物作為術後輔助治療，以進一步降低復發風險

*須由主診醫生按病情需要而訂

抗HER2雙標靶藥物

針對轉移性 HER2 型乳癌

- 雙標靶藥物為首選的一線治療方案。

- 如在帕妥珠單抗(pertuzumab)不適用的情況下，可使用曲妥珠單抗(trastuzumab)及化療的單標靶藥物組合

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

抗HER2雙標靶皮下注射

抗HER2雙標靶皮下注射用作治療HER2型乳癌適用於:

- 早期HER2型乳癌的治療
- 轉移性HER2型乳癌的治療

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

抗HER2雙標靶皮下注射

雙標靶皮下注射時間短至5分鐘*，與靜脈注射相比，每次療程可節省多達數小時，意味病人有更多時間休息。

注射流程比較

Picture Reference: https://www.her2morrow.com.hk/%E6%8A%97her2%E9%9B%99%E6%A8%99%E9%9D%B6%E7%9A%AE%E4%B8%8B%E6%B3%A8%E5%B0%84/

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

抗HER2雙標靶皮下注射

抗HER2型雙標靶藥皮下注射及靜脈注射有什麼分別？

	雙標靶藥物（靜脈輸注）	雙標靶藥物（皮下注射）
適應症	適用於早期HER2型乳癌及轉移性乳癌	
副作用	兩者相若	
護士支援	注射期間護士未必長期在旁	注射期間可向護士交代最近身體狀況及諮詢意見
照顧者	等待病人時間較長	等待病人時間較短
注射時間	1 - 2.5 小時	5 - 8分鐘
注射方法	需刺入血管，或增加出現感染的機會	不需刺入血管，入侵性較低
注射程序	2種標靶藥需分開先後輸注	只需1次注射

Picture Reference: https://www.her2morrow.com.hk/%E6%8A%97her2%E9%9B%99%E6%A8%99%E9%9D%B6%E7%9A%AE%E4%B8%8B%E6%B3%A8%E5%B0%84/

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

抗HER2標靶藥物有甚麼副作用

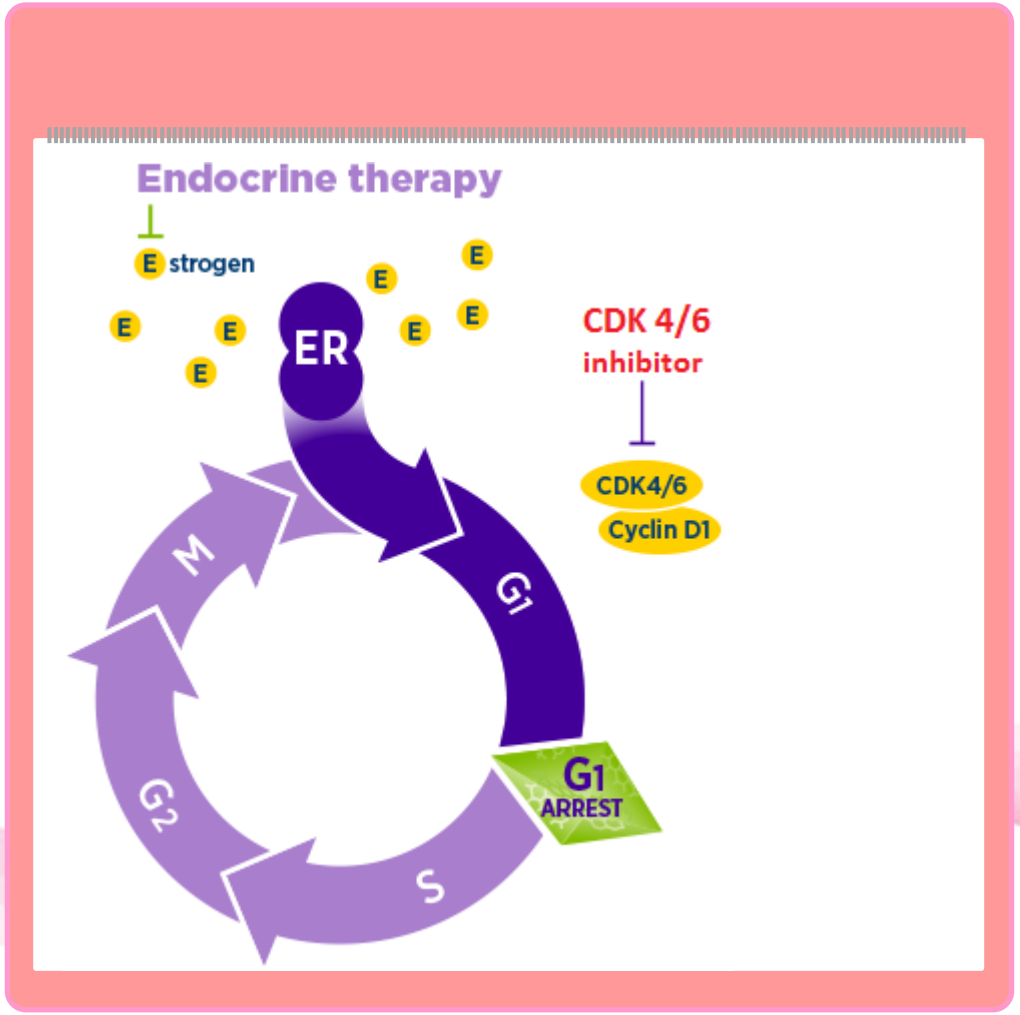
- 副作用會因應藥物而有所不同[1]
- 有可能出現的副作用有[1]：
  - 身體虛弱
  - 嚴重肚瀉
  - 手足候群症
  - 腳腫
  - 疲倦
  - 呼吸急促
  - **心臟功能受損，如嚴重時見充血性心衰**

參考資料
1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

CDK4/6抑制劑

- CDK是一個在細胞周期中控制細胞生長和分裂的蛋白[1]
- 透過抑制CDK來停止癌細胞的生長[1]
- 口服形式[1]
- 需與荷爾蒙治療(letrozole或fulvestrant)一併使用[1]
- 適合荷爾蒙陽性受體且HER2陰性的更年期後患乳癌的女性使用[1]



參考資料二

參考資料
1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).
2. Palbociclib Product Information. http://labeling.pfizer.com/ShowLabeling.aspx?id=2191 (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

CDK4/6抑制劑有甚麼副作用

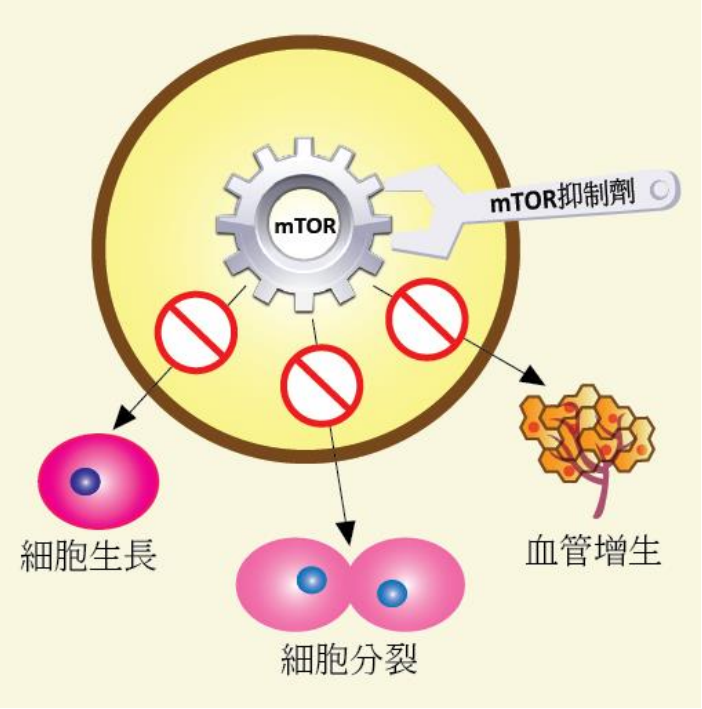
- 常見的副作用包括[1]：
  - 血細胞指數過低
  - 身體虛弱及疲倦
  - 噁心
  - 口腔潰爛
  - 脫髮
  - 肚瀉
  - 頭痛
  - 增加嚴重感染的機會

參考資料
1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

mTOR抑制劑

- mTOR是一個控制細胞生長和分裂的蛋白[1]
- 透過抑制mTOR來停止癌細胞的生長和抑制血管增生[1]
- 口服形式[1]
- 需與荷爾蒙治療(exemestane)一併使用[1]
- 適合曾接受來曲唑 (letrozole) 或阿那曲唑(anastrozole) 的治療但乳癌未能受控的荷爾蒙陽性受體且HER2陰性的更年期後女性使用[1]



根據參考資料一來繪製

參考資料
1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

mTOR抑制劑有甚麼副作用

- 常見的副作用包括[1]：
  - 口腔潰爛
  - 肚瀉
  - 噁心
  - 疲倦
  - 身體虛弱
  - 血細胞指數過低
  - 氣促
  - 咳嗽

參考資料
1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 6 Dec 2019).

主辦機構

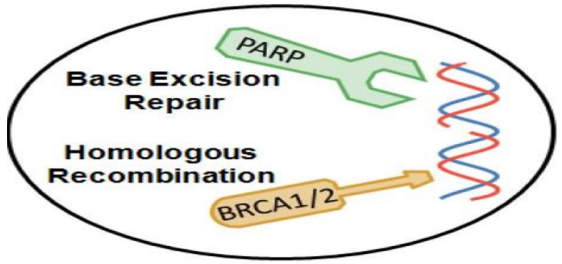
香港乳癌基金會 HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行 Journeying Together

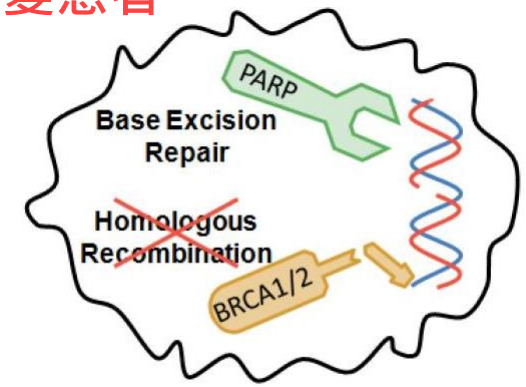
PARP抑制劑

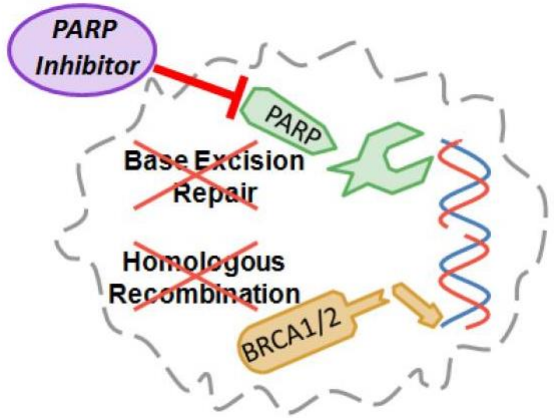
- 細胞複製過程中容易產生DNA錯誤，BRCA 和 PARP 分別擔當修復細胞DNA損傷的重要角色
- 在BRCA突變患者中，由於腫瘤細胞DNA損傷修復的一條通路已經存在缺陷，因此PARP抑制劑能發揮作用，令腫瘤細胞無法修補DNA錯誤並引致死亡[1]
- 適合於HER2陰性、帶遺傳性BRCA突變的擴散性乳癌患者[1]

正常細胞



BRCA 突變患者癌細胞





參考資料二

參考資料
1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).
2. Ellisen L.. Cancer Cell. 2011;19:165-167

主辦機構

香港乳癌基金會 HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行 Journeying Together

PARP抑制劑副作用

副作用[1]

- 貧血、
- 噁心
- 疲倦、
- 腹瀉等

參考資料

1. American Cancer Society. Targeted therapy for breast cancer. Available at: http://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/targeted-therapy-for-breast-cancer.html (Accessed on 3 Aug 2021).

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

認識免疫系統與癌細胞

- 免疫系統一般能夠偵測並清除異常細胞（如癌細胞）
- 然而，免疫系統可能無法偵測某些癌細胞，而其中一種令它們得以隱藏的方法，是利用一種名為 PD-L1的蛋白。
- 癌細胞上的PD-L1蛋白可能會與免疫系統的T細胞結合，當兩者結合後，癌細胞會被視為健康細胞，以致T細胞可能無法識別及進行攻擊。

參考資料
1. Immune Checkpoint Inhibitors and Their Side Eects. American Cancer Society. 2017. (Accessed 3 Aug 2021 at https://www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-eects/treatment-types/immunotherapy/immune-checkpoint-inhibitors.html)
2. Understanding Immunotherapy. Cancer.net. 2017 (Accessed 30 3 Aug 2021 at https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/immunotherapy-and-vaccines/understanding-immunotherapy)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

抗PD-L1免疫療法

- 針對PD-L1的癌症免疫治療藥物，透過阻斷PD-L1蛋白的作用，揭穿癌細胞的身分，令T細胞回復識別癌細胞的能力並發動攻擊消滅癌細胞
- 如果符合下列情況，抗PD-L1免疫療法可與化療藥物聯合使用來治療**三陰性乳癌**：
  - 癌細胞已轉移或無法經手術切除；及
  - 「PD-L1」測試結果呈陽性；及
  - 未接受轉移性乳癌的化療

參考資料
1. Immune Checkpoint Inhibitors and Their Side Eects. American Cancer Society. 2017. (Accessed 3 Aug 2021, at https://www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-eects/treatment-types/immunotherapy/immune-checkpoint-inhibitors.html)
2. Understanding Immunotherapy. Cancers.Net. 2017 (Accessed 3 Aug 2021, at https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/immunotherapy-and-vaccines/understanding-immunotherapy)
3. Atezolizumab HK Prescribing Information.

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

三陰性乳癌的特色

1. 容易發生於40歲以下的女性病患
（一般乳癌發生的高峰期為45~69歲）

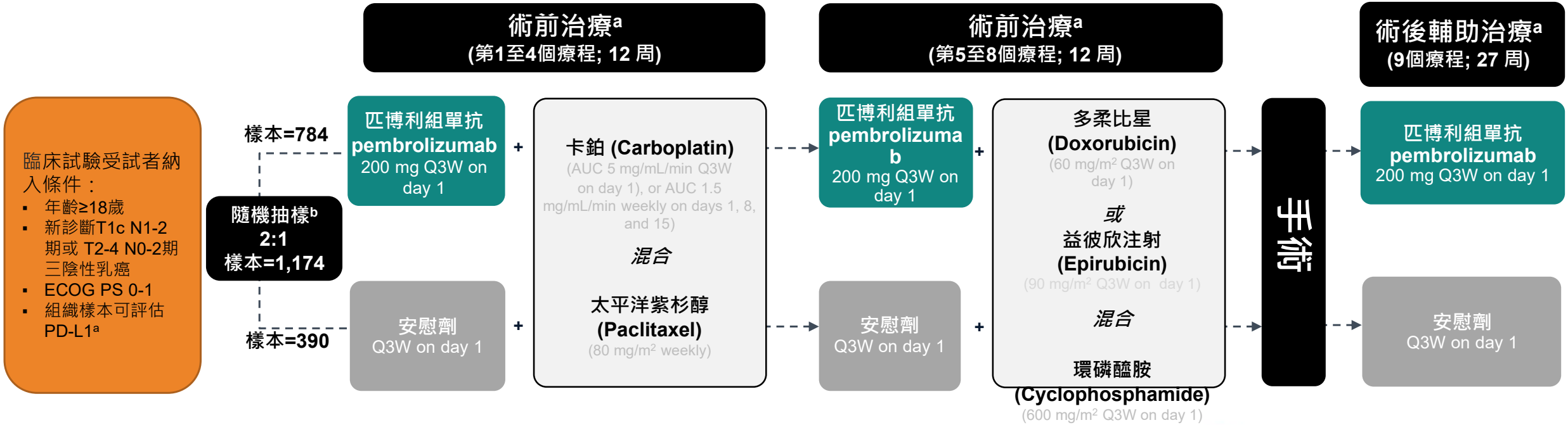
2. 癌細胞分化速度快，腫瘤會在短時間內成長與轉移，屬於高惡性度

3. 較容易出現復發及轉移，如至腦部與淋巴結，死亡率高

三陰性乳癌具有高度的基因變異性，
復發率、轉移率高，
所以多數化療患者的預後都不理想
常被形容為「最惡乳癌」

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

KEYNOTE-522 臨床試驗設計



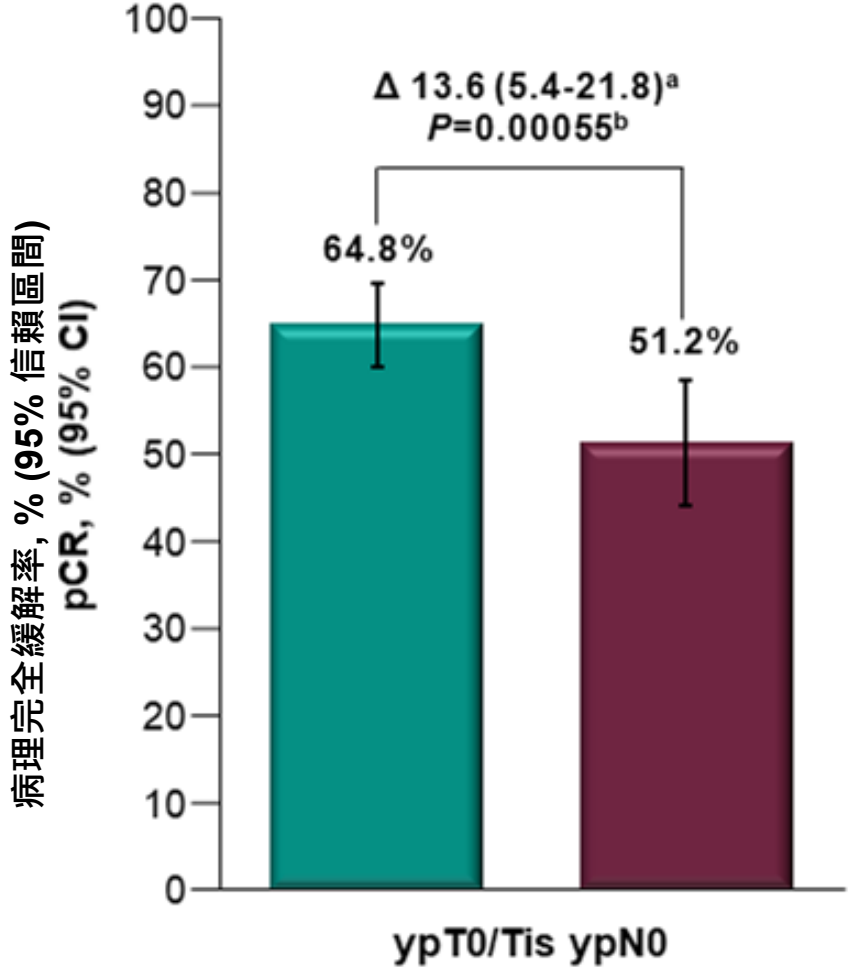
術前治療: 從第一次術前治療開始直到確定性手術後結束（包括治療後）
術後輔助治療: 從第一次術後輔助治療開始並包括放射治療的適應症（包括治療後）

分層因素:
- 淋巴結狀態 (+ vs -)
- 腫瘤大小 (T1/T2 vs T3/T4)
- 卡鉑方案 (每周一次 vs 每3 周一次)

ECOG PS：美國東部腫瘤協作組體力狀況評分; PD-L1: 細胞程序性死亡-配體1
[a]All study medications were administered intravenously. [b]Treatment with KEYTRUDA or placebo continued until completion of the treatment (17 cycles), disease progression that precludes definitive surgery, disease recurrence in the adjuvant phase, or unacceptable toxicity.
Ref: Schmid P et al. N Eng J Med 2020;382:810-21

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

病理完全緩解率 (pCR) 分析



匹博利組單抗混合化療 (樣本 = 401)
安慰劑混合化療 (樣本 = 201)

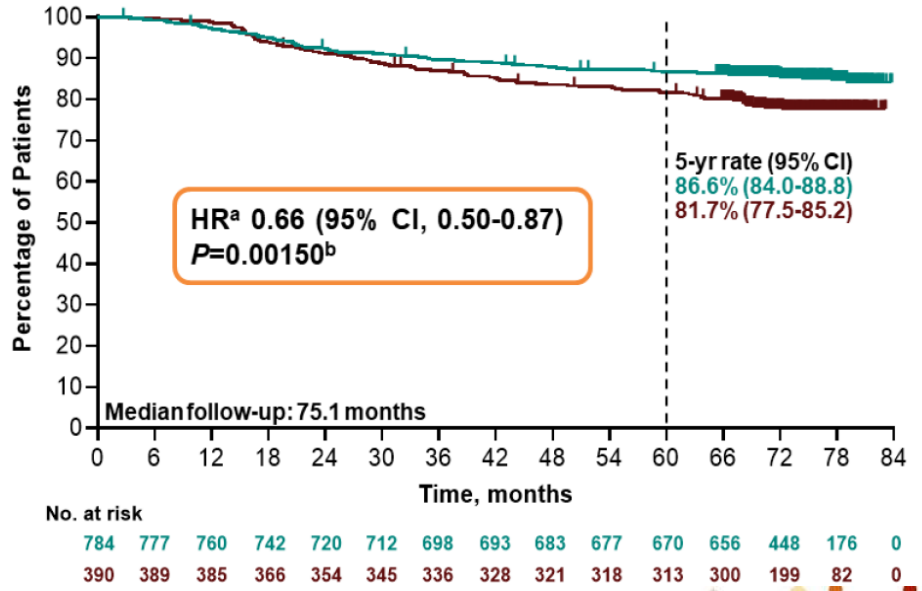
- 根據預先指定的前 602 名患者進行病理完全緩解率分析，以測試病理完全緩解率的主要臨床研究終點假設（預先計算的顯著性 P 值邊界為 0.003）
- 病理完全緩解率所帶來的一致性益處定義為 ypT0 ypN0 和 ypT0/Tis

顯著提升病理完全緩解率（即病理上已找不到癌細胞）**13.6%**

[a]Estimated treatment difference based on Miettinen & Nurminen method stratified by randomization stratification factors. Data cutoff date: September 24, 2018.
Ref: Schmid P et al. N Eng J Med 2020;382:810-21

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

Key Secondary Endpoint: Overall Survival



	Pts w/ Event
Pembro + Chemo/Pembro	14.7%
Placebo + Chemo/Placebo	21.8%

BARCELONA 2024 ESMO congress

BARCELONA SPAIN
13-17 SEPTEMBER 2024

整體存活期
–中期分析 (IA7)

2024年歐洲腫瘤內科學會（ESMO）年會上也更新關鍵的次要終點整體存活期的數據，數據已達統計學顯著性，風險比率為0.66，
即顯著降低了34%的死亡風險。

- 隨訪時間中位數: 75.1個月
- **五年存活率可達八成六以上！**

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

抗PD-L1免疫療法有甚麼副作用

- 常見的副作用包括[1]：
  - 肺部感染
  - 貧血
  - 血小皮缺乏
  - 中性粒細胞減小
  - 白血球減小症
  - 甲狀腺機能低下
  - 周邊神經病變
  - 暈眩
  - 頭痛
  - 便秘

參考資料
1. Atezolizumab HK Prescribing Information.

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

甚麼是臨床研究?

臨床研究著眼於預防、檢測或治療疾病的新方法。
治療可能是新藥物或新的藥物組合、新的外科手術或設備，或現有治療的新使用方法。

目標是確定新的測試或治療是否有效和安全，目的如：

- 測試新的治療方法
- 研究既有治療方法的新組合方式，或改變既有治療方法，提升效果，降低副作用
- 比較不同藥物控制症狀的效果
- 了解癌症治療的原理

為甚麼患者願意參加臨床研究?

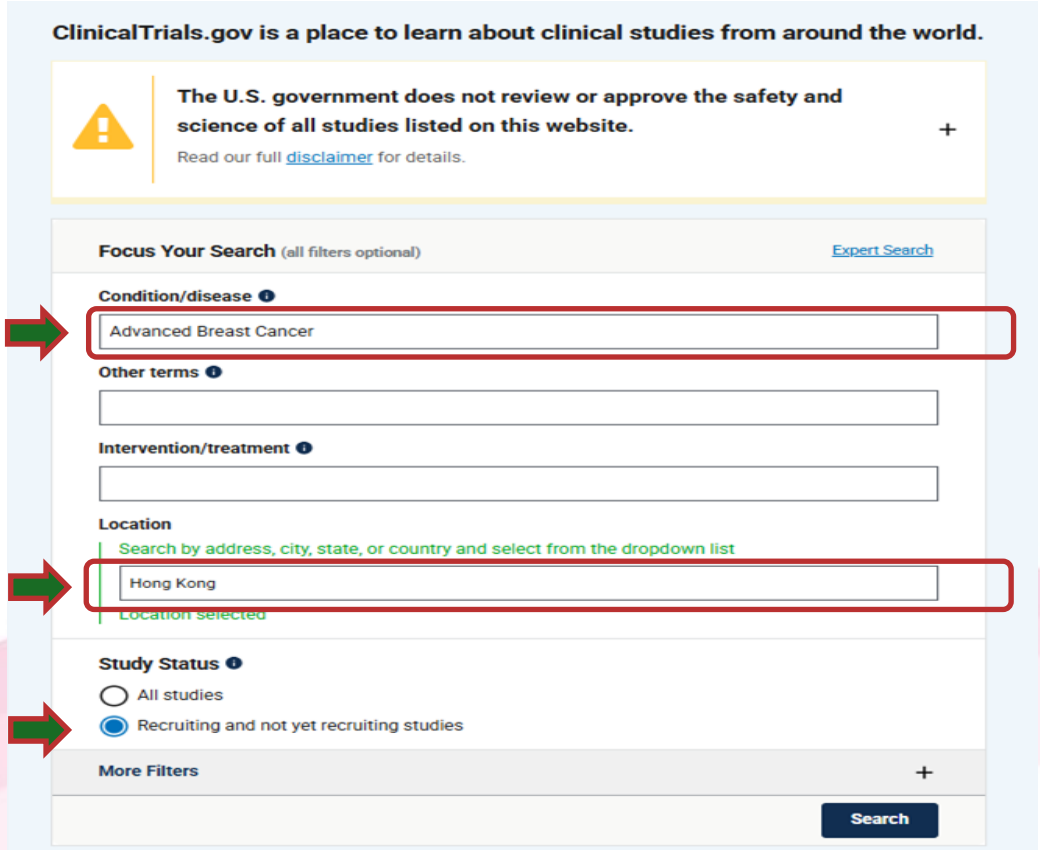
- 協助開發新的治療方法
- 治療新希望
- 接受更嚴謹的臨床照顧：

References:
1.National Institutes of Health. Why Should I Participate in a Clinical Trial? Available at: https://www.nih.gov/health-information/nih-clinical-research-trials-you/why-should-i-participate-clinical-trial (accessed 5 Mar 2025)
2.台大卓越臨床試驗與研究中心. 什麼是臨床試驗？臨床試驗對病人有什麼幫助？Available at: https://www.vghtc.gov.tw/UploadFiles/WebFiles/WebPagesFiles/Files/fc597c44-39cf-40a3-85fe-3359d6be8d96/%E4%BB%80%E9%BA%BC%E6%98%AF%E8%87%A8%E5%BA%8A%E8%A9%A6%E9%A9%97%E8%87%A8%E5%BA%8A%E8%A9%A6%E9%A9%97%E5%B0%8D%E6%88%91%E6%9C%89%E4%BB%80%E9%BA%BC%E5%B9%AB%E5%8A%A9.pdf (accessed 5 Mar 2025)
3.ESMO Breast Cancer Patient Guide Available at: https://www.esmo.org/content/download/515563/9828673/1/ZH-Breast-Cancer-Guide-for-Patients-Chinese-Traditional.pdf (accessed 5 Mar 2025)

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

如何得知有關臨床研究的資訊?

ClinicalTrials.gov 是一個由 U.S. National Library of Medicine 提供, 包括世界各地進行的臨床研究的數據庫。
每個 ClinicalTrials.gov 記錄都提供有關研究方案的摘要信息。



1. 於 **“Condition or disease” (狀況或疾病)** 輸入想要搜尋的關建詞，例如 **“Advanced Breast Cancer”**。若使用更詳細的關建詞，有助更準確搜尋相關的臨床研究，如：
- **ER-Positive, HER2-Negative Advanced Breast Cancer**
- **HER2-positive Breast Cancer**
- **Triple Negative Breast Cancer**

2. 在下方的 **“Locations” (地點)** ，選擇 **Hong Kong**

3. 在**Study Status(研究狀況)**選擇**Recruiting and not yet recruiting studies(正在招募和尚未招募的研究)**

4. 按下最下方的藍色 **“Search” (搜尋)** 鍵

請注意: 搜尋結果僅供教育及參考之用，並不能取代醫生或醫護人員的專業意見，亦不可視作醫療建議。
如有任何有關藥物治療或參加臨床研究的疑問,請諮詢您的醫生。

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

治療乳癌 -
積極進行術後治療

乳癌患者對同路人的話

- 儘管這段路走得不平坦，但感謝路途有親人、朋友的陪同以及醫護人員的全力協助
- 現時情況穩定，可以說是完全康復，但亦有定期作檢查，以監察復發的風險
- 現在我以同路人的身份，將我的乳癌經歷分享出去，讓大家知道，患癌並不是末路，陰霾後亦可以活得精彩

謹記：要好好照顧自己！

- **定期覆診[1]**

  定期覆診和檢查一段時間。如出現持續性的骨痛、氣促、肢體麻痺無力等不適，應立刻告訴醫生

- **避免搬動重物[1]**

  接受外科切除手術後，應避免搬動重物，以免手臂再受損傷，影響復原的進度

- **簡單運動[1]**

  按醫生及物理治療師指示，進行簡單手臂運動來鍛鍊上肢，以保持肩關節靈活及減少水腫

參考資料
1. Smart Patient. Breast cancer. Available at: http://www21.ha.org.hk/smartpatient/tc/cancerin_focus/details.html?id=93#2 (Accessed on 27 July 2017).

如你需要更多的資訊

- 想了解更多有關支援病人的社區實用資源?
  - Hong Kong Cancer Fund
  - Hong Kong Anti-Cancer Society
  - Hong Kong Breast Cancer Foundation
  - Hong Kong Breast Oncology Group
  - SUPPORT+家支援

主辦機構

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行
Journeying Together

贊助機構

MSD

社區支援

(支援癌症患者組織/機構)

香港乳癌基金會
乳健檢查熱線: 3143 7333 / 患者支援熱線: 2525 6033

銘琪癌症關顧中心
電話: 2465 6006

香港遺傳性乳癌家族資料庫
電話: 3155 6500

香港乳癌研究組
電話: 2330 2151

衛生署 家庭健康服務
電話: 3166 6631

香港防癌會
電話: 3921 3821

香港癌症基金會
電話: 3656 0800

癌症資訊網
電話: 2121 1328

同路人同盟 (www.cancerpatientalliance.org)
電話: 5111 2504

主辦機構

香港乳癌基金會 HK Breast Cancer Foundation

20 乳你前行 Journeying Together

贊助機構

MSD

社區支援

(病人組織)

網上支援	乳您一起 – You are not alone (Facebook) 電話：9881 7216 網頁：bcyouarenotalone.hk
香港島	展晴社（於東區尤德夫人那打素醫院提供服務） 電話：2595 4202 / 2595 4165 東華醫院傳情舍（於東華醫院 / 瑪麗醫院提供服務） 電話：2589 8151 妍康會（於東華醫院 / 瑪麗醫院提供服務） 電話：3667 3288
九龍	全球華人乳癌組織聯盟（於8間公立醫院提供化療陪診服務） 電話：3618 8330 (粉紅天使) 向日葵互協會（於伊利沙伯醫院提供服務） 電話：3656 0838 妍進會（於廣華醫院提供服務） 電話：3517 6103 乳你談天病人支援小組（於瑪嘉烈醫院提供服務） 電話：6461 0559 外科妍勵會（於基督教聯合醫院提供服務） 電話：3949 4746
新界	紫荊社（於屯門醫院提供服務） 電話：2468 5045 顥智會（於北區醫院提供服務） 電話：2683 7515

香港乳癌基金會
HK Breast Cancer Foundation

~完~

謝謝！