

卵巢癌知多少？

沉默的威脅，女性更要注意的警訊！

文／臺中榮總腫瘤醫學部個案管理護理師 鍾季純

你知道嗎？卵巢癌被稱為「沉默的殺手」，因為它常常在沒有明顯症狀的情況下悄悄發展。根據統計，卵巢癌是台灣女性癌症死亡率第五位，其存活率與是否早期發現密切相關。因此，提升對卵巢癌的認識與警覺，對於婦女健康至關重要。

▲ 卵巢癌是什麼？

卵巢是女性重要的生殖器官之一，負責排卵與分泌女性荷爾蒙。而卵巢癌，就是卵巢細胞異常增生、無法受控地繁殖所造成的惡性腫瘤。

「卵巢癌常見於50歲以上的女性，尤其是已經停經的婦女，但其實年輕族群也不能掉以輕心。」卵巢癌可分為三大類型：上皮性卵巢癌（最常見，約佔九成）、生殖細胞腫瘤與性索間質腫瘤，不同類型的治療方式與預後皆有所差異。

▲ 哪些人是高危險群？

雖然卵巢癌可以發生在任何年齡層，但大多數病例發生在50歲以上的婦女，尤其是停經後女性。以下為已知的高危險因子：

- 家族病史：若有母親、姊妹或女兒罹患卵巢癌、乳癌或大腸癌，風險相對提高。
- 遺傳基因突變：如BRCA1、BRCA2基因突變者，罹患卵巢癌的風險明顯增加。
- 未曾生育或初經早、停經晚：累積排卵次數越多者，其罹病機率較高。
- 曾罹患乳癌或子宮內膜癌：這些病史也與卵巢癌風險有關。

▲ 卵巢癌有哪些早期警訊？

卵巢癌的可怕之處，就是早期症狀不明顯。很多人以為只是腸胃不舒服、太累，結果卻錯過了黃金治療期。

常見症狀包括：

- 下腹部脹脹的、悶悶的
- 食慾變差、吃不多
- 排尿變頻繁，或總覺得解不乾淨
- 體重突然下降
- 覺得肚子裡有東西在壓迫

「如果這些症狀持續兩週以上沒有改善，千萬別忽視，請務必儘快就醫。」

▲ 如何檢查卵巢癌？

目前並沒有像乳癌那樣的全民篩檢

工具，但醫師仍建議透過以下方式來提高早期發現機率：

- 婦科超音波：檢查卵巢是否有異常腫塊
- CA-125 腫瘤指數檢測：血液檢查，但並非絕對準確作為輔助工具
- 骨盆腔內診：婦產科門診可進行
- 進一步影像學檢查：如電腦斷層 (CT)、MRI，或手術切片確認

▲ 卵巢癌怎麼治療？

治療方式主要是「手術+化療」。早期的患者預後較佳，而晚期病患雖需更長期治療，但現在也有越來越多新型藥物可以搭配使用：

- **手術**：通常會切除子宮、卵巢、輸卵管、淋巴結等
- **化療**：使用鉑類藥物，清除體內殘存癌細胞
- **標靶治療**：如 PARP 抑制劑，針對特定基因突變有效
- **免疫療法**：針對某些類型正在研究中

「目前針對 BRCA 突變患者的標靶藥物，已顯著延長無病存活期，是一大突破。」

▲ 專家小提醒：預防勝於治療！ 早期發現的策略

儘管目前尚無有效的全民篩檢工具可用於卵巢癌早期偵測，但對於高危險群婦女，建議採取以下措施：

- 定期婦科檢查：即使無症狀，仍建議每年進行骨盆腔檢查與婦科超音波。

- 了解家族病史：有家族病史者可考慮進行基因諮詢與檢測。
- 生育與避孕選擇：多次生產與使用口服避孕藥與降低罹患風險相關，但應視個人情況評估使用。
- 健康生活方式：保持適當體重、均衡飲食與規律運動，有助於降低整體癌症風險。

▲ 讓關心取代恐懼，守護健康， 從認識開始

卵巢癌雖然來得悄無聲息，但並非無法預防與對抗，不是遙不可及的疾病，它可能就悄悄藏在我們身邊。透過定期檢查、認識身體警訊與掌握風險因素，每位女性都可以更有信心地守護自己的健康。醫療科技的進步也讓治療成效持續提升，早期發現是關鍵，鼓勵每位女性主動關心自己的身體，也提醒身邊的親友重視婦科健康，一起遠離卵巢癌的威脅。

健康無價，讓我們用知識為自己築一道健康防線！

