

Outstanding Care,  
Compassionate People,  
Healthier Communities



Sherwood Forest Hospitals  
NHS Foundation Trust

# 乳腺科 開放式隨訪 (OAFU)

患者和照顧者須知



**OAFU 電話:** 01623 676174 — 星期一至五, 上午9時至下午5時  
Clinic 14, Kings Mill Hospital, Mansfield Road, Sutton in Ashfield, NG17 4JL

# 什麼是開放式隨訪？

開放式隨訪是Sherwood Forest Hospitals 乳腺科針對接受過乳腺癌手術患者所設立的一種新型隨訪方式。

這種方式取代了原本由外科醫生定期安排臨床檢查的預約制度，改為只要患者有任何問題，就可以直接打電話與我們聯繫。這樣一來，當患者感覺良好、沒有任何症狀時，就不需要特地為例行回診回到醫院。

## 為什麼要引入開放式隨訪？

這種自我管理型的隨訪流程已在區域內推行，因為研究顯示這樣對患者更有益。這表示患者在身體狀況良好時，不再需要為了例行回診而特地前往醫院。

很多患者反映，例行回診本身會讓人緊張，而一想到馬上要回診，有時反而會拖延通報令人擔憂的體征和症狀，因為會覺得「反正快到回診時間了」。

此外，多數新出現的健康問題很少能僅靠臨床檢查發現的，而是患者自己在兩次例行回診期間發現的。

## Sherwood Forest Hospitals是唯一提供開放式隨訪的醫院嗎？

不是（儘管在不同地區有不同名稱）。全國越來越多的醫院正在改變乳腺癌治療後的患者隨訪方式。

## 我會收到哪些資訊？

除了這份開放式隨訪的介紹資料外，您還會在術後結果說明信後收到一份治療摘要（會與您的術後結果說明信一併寄出）。

這份摘要會清楚列出您的診斷、接受的手術和治療、使用的藥物、可能的副作用，以及有哪些症狀需要撥打開放式隨訪電話，這些都會整理在一張方便查閱的表格中。您的全科醫生也會收到一份副本。

您還會被邀請參加一場由護士主持的「治療結束後的說明會」，時間會根據您的個人治療進度安排。工作坊中將進行簡報，幫助您認識乳房與身體的變化，包括應該通報的特定症狀，以及治療後的預期情況、健康與福祉資訊。簡報期間會提供一本手冊，內容包含實用資訊，現場也會提供個人身心健康促進的說明單張資料。

## 如果我有問題，還能聯絡乳腺科嗎？

可以。在您從乳腺科結束全部治療之前，只要有任何疑問或不適，都可以致電開放式隨訪幫助熱線 **01623 676174**。服務時間是週一至週五上午9點到下午5點。

電話將由乳腺護理團隊的成員接聽，對方會詢問您一些問題，以便根據情況作出適當處理。如無人接聽，請留言留下您的聯絡資訊與問題內容；留言將於當日持續收聽，並於24小時內回覆您的來電。

您的問題將由資深護士、外科醫生或腫瘤科醫生評估，必要時我們會聯繫您，進一步說明、安排門診或合適的檢查。

## 我還要定期做乳房X光攝影檢查嗎？

要的。除非在術後結果說明信明確告知您不再需要，否則您將繼續每年接受一次乳房X光攝影檢查，至少為期五年，或直到符合加入NHS乳房篩查計劃的年齡為止。

如果您不需要進行乳房X光攝影檢查，我們會在術後結果說明信中告知您與您的全科醫生。

## 我還需要做其他定期檢查嗎？

在您的術後結果說明信與治療摘要中，將會說明您是否需要進行其他定期檢查，例如骨密度掃描（DEXA 掃描）。這類檢查可以幫助瞭解您是否有骨質變薄的情況，這可能會導致骨質疏鬆症。是否安排這些檢查，會根據您的治療情況來決定，醫院會在適當時間通知您預約。

## 我需要注意哪些體征和症狀呢？

- 乳房、乳房切除後的皮膚、鎖骨上方、脖子附近或腋下出現腫塊或硬塊。
- 乳房或疤痕處出現異常皮膚變化，例如凹陷、皺紋、泛紅或凸起的紅點。
- 乳頭有分泌物流出。
- 淋巴水腫（手術側手臂腫脹）。
- 身體任何部位出現新的持續性疼痛，尤其是背部或臀部，即使服用止痛藥後仍無改善，且通常於夜間更為嚴重。
- 出現針刺感和 / 或四肢麻木、感覺喪失或無力。
- 不明原因的體重下降和食欲不振。
- 持續感到噁心。
- 肋骨下方或上腹部有不適或腫脹感。
- 乾咳或感到呼吸困難。
- 嚴重頭痛，通常在早晨時較為明顯。

## 幫助熱線的運作方式

在您完成術後結果說明回診之後，您將會被安排進入由多學科團隊（MDT）根據您的乳腺癌診斷與治療計劃所評估決定的個人化隨訪方案。

您也會受邀參加一場由專責護士主持的說明會，介紹開放式隨訪的內容、可能的復發症狀、治療後副作用，以及後續的個人身心健康促進資訊。

在您術後的五年追蹤期間，如有任何問題或疑慮，您可以撥打「開放式隨訪幫助熱線」聯絡乳腺護士團隊。您的問題將會被評估，並於 14 天內通知您是否需要安排門診或提供相應建議。

## 其他資訊來源

NHS Choices: [www.nhs.uk/conditions](http://www.nhs.uk/conditions)

我們的網站: [www.sfh-tr.nhs.uk](http://www.sfh-tr.nhs.uk)

## 患者意見反饋團隊（PET）

患者意見反饋團隊（PET）可協助處理您提出的表揚、疑慮或投訴事項，並將確保提供迅速且高效的服務。

**King's Mill 醫院電話：01623**

**672222Newark 醫院電話：01636**

**685692**

**電子郵箱: [sfh-tr.PET@nhs.net](mailto:sfh-tr.PET@nhs.net)**

如果您需要這份資料的其他格式，例如大字版或簡易閱讀版，或您在與我們溝通方面需要協助（例如使用英國手語），請告知我們。您可致電

患者意見反饋團隊，電話：01623 672222 電子郵箱：[sfh-tr.PET@nhs.net](mailto:sfh-tr.PET@nhs.net)

這份資料僅供參考，不能取代相關醫護人員給您提供的建議。在某些情況下，我們可能會參考外部網站。來自外部網站的內容僅供參考與使用便利之用。我們無法對該等網站的資訊準確性負責。若您需要這份介紹資料中使用的完整參考資料（如果有相關），請發送電子郵件至 [sfh-tr.patientinformation@nhs.net](mailto:sfh-tr.patientinformation@nhs.net)，或致電

01623 622515，分機 6927

To be completed by the Communications office

Leaflet code: PIL202505-02C-BUOA

Created: September 2023 / Revised: May 2025 /

Review Date: May 2027