

国家彩票公益金资助
协和医生答疑丛书

大字版

乳腺疾病145个 怎么办

孙强 周易冬 主编



中国盲文出版社

乳腺疾病 145 个怎么办

顾 问 黄汉源

主 编 孙 强 周易冬

编 者 (以拼音字母顺序排列)

关竞红 林 燕 茅 枫

潘 博 沈松杰 王常琚

王雪霏 王学晶 徐 颖

徐雅莉 张晓辉 钟 颖

张燕娜

中国盲文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

乳腺疾病 145 个怎么办：大字版 / 孙强，周易冬主编. —北京：中国盲文出版社，2014. 12

ISBN 978-7-5002-5631-1

I. ①乳… II. ①孙… ②周… III. ①乳房疾病—诊疗—问题解答 IV. ①R655.8-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 309052 号

(本大字版图书由中国协和医科大学出版社授权中国盲文出版社在中国大陆地区出版)

乳腺疾病 145 个怎么办

作 者：孙 强 周易冬 主编

责任编辑：高铭坚

出版发行：中国盲文出版社

社 址：北京市西城区太平街甲 6 号

邮政编码：100050

印 刷：北京中科印刷有限公司

经 销：新华书店

开 本：787×1092 1/16

字 数：102 千字

印 张：10.25

版 次：2015 年 10 月第 1 版 2015 年 10 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5002-5631-1/R·818

定 价：20.00 元

销售服务热线：(010) 83190297 83190289 83190292

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

目 录

第一部分 乳腺常见疾病

1. 乳房湿疹是怎么回事，该如何预防和治疗？ … (1)
2. 浆细胞性乳腺炎是什么？ 怎么治疗？
预后怎样？ …………… (1)
3. 乳腺囊肿是怎么形成的，应该怎么处理？ ……… (3)
4. 乳腺脂肪坏死是什么意思，怎样与乳房其他
疾病鉴别，是否需要手术？ …………… (3)
5. 怀孕时更容易患哪些乳腺疾病？ …………… (4)
6. 乳房血肿是怎么回事，如何处理？ …………… (4)
7. 乳房皮肤过敏怎么办？ …………… (4)
8. 我现在怀孕6周，乳房开始胀痛，是怎么回事？
我需要选择怎样的文胸或者做哪些护理？ ……… (5)

第二部分 乳腺癌的基本知识

9. 什么是乳腺癌？ …………… (7)

10. 乳腺癌的发病机制是什么? (7)
11. 肿瘤分期是什么意思? 如何知道我的肿瘤是
早期还是晚期的? (8)
12. Ki-67 是什么? (9)
13. 了解乳腺癌的发病原因与过程有什么意义? ... (9)
14. 什么是乳腺叶状肿瘤? (10)
15. 我才 20 多岁, 应该不会得乳腺癌吧? (10)
16. 我很胖, 是不是更容易得乳腺癌? (11)
17. 我得过乳腺良性疾病, 是不是意味着我更
容易得乳腺癌? (13)
18. 我的奶奶有乳腺癌, 那我是不是更容易得
乳腺癌? (14)
19. 家族中有人患乳腺良性疾病或者乳腺癌,
是不是会增加乳腺癌发病危险性? (14)
20. 乳腺良性增生与乳腺癌有关系吗? (15)
21. 乳腺增生的程度不同, 乳腺癌的发病危险性
也不同吗? (16)
22. 卵巢疾病会增加乳腺癌的发病危险性吗? ... (16)
23. 甲状腺疾病会增加乳腺癌的发病危险性吗?
..... (17)
24. 工作和生活压力大与乳腺癌有关系吗? (17)
25. 豆制品饮食与乳腺癌有关系吗? (18)
26. 吸烟会增加乳腺癌的发病概率吗? (19)

27. 饮酒会增加乳腺癌的发病概率吗? (20)
28. 月经情况与乳腺癌有关系吗? (21)
29. 生育状况与乳腺癌有关系吗? (22)
30. 乳房疼痛与乳腺癌有关系吗? (23)
31. 我偶尔吃避孕药会增加乳腺癌的风险吗? ... (24)
32. 哪种口服避孕药不会增加乳腺癌的发病危险性?
..... (24)
33. 是不是生育后哺乳时间越长, 患乳腺癌的
概率越低? (24)
34. 生孩子越多、哺乳越久, 乳腺癌危险性
越低吗?..... (25)
35. 我在一家医院的放射科工作, 我是不是
更容易得乳腺癌? (25)
36. 哪些工作会为乳腺癌埋下隐患? (26)
37. 增加乳腺癌发病危险性的良性疾病, 主要
有什么表现? (26)
38. 如何评估我的乳腺癌发病风险性? (27)
39. 淋巴结有转移意味着什么? (27)
40. 医生怎样知道有没有淋巴结转移? (28)
41. 我转移的淋巴结全部被清除干净了吗? (29)
42. 什么是前哨淋巴结? 怎么去寻找它? (30)
43. 前哨淋巴结活检真的能够替代腋窝淋巴结
清扫吗?..... (31)

44. 既然淋巴结有转移，那么其他部位有没有转移啊？..... (32)
45. 乳腺癌是怎样远处转移的？我的乳腺癌有全身转移吗？ (33)
46. 我怎样就能知道我的乳腺癌是否发生了转移？
..... (33)
47. 什么是乳腺癌的复发和转移？ (34)
48. 复发转移是否意味着绝望？复发转移以后还有治愈的机会吗？ (34)
49. 复发转移后的治疗和手术后的治疗一样吗？
..... (34)
50. 复发转移后预后如何？ (35)
51. 复发转移以后还有治愈的机会吗？ (35)

第三部分 乳腺癌的早期预防

52. 乳腺癌可以预防吗？ (36)
53. 什么样的饮食习惯有助于预防乳腺癌？ (36)
54. 患过增加乳腺癌发病危险性的良性疾病后，如何预防乳腺癌的发生？ (37)
55. 怎样做才能把乳腺癌患病风险性降到最低？
..... (38)

56. 为什么说可以通过改变行为模式来降低
乳腺癌发病危险性呢? (39)
57. 红酒能预防乳腺癌吗? (39)
58. 我的工作要求吸烟饮酒, 怎么办? (40)
59. 怎样的心态有助于我们远离乳腺癌? (41)
60. 运动对于乳腺癌早期预防的意义是什么? ... (41)
61. 适当运动能够预防乳腺癌的发生吗? (43)
62. 为了预防乳腺癌, 怎样的运动方式和运动量
是最佳的? (43)
63. 运动时乳房需要怎样的保护? (44)
64. 在怎样的环境中生活最能降低乳腺癌的
发病率? (44)
65. 在平时的生活中, 我需要做乳房保健吗? ... (45)
66. 选用怎样的胸罩最能远离乳腺癌? (45)
67. 晚上睡觉时怎样的睡姿有助于远离乳腺癌?
..... (46)
68. 乳房按摩能降低乳腺癌的发生风险吗?
具体方式及按摩时间是怎样的? (46)
69. 吃中药能治疗乳腺增生从而预防乳腺癌吗?
..... (46)
70. 我很担心自己患乳腺癌, 但又不知道如何和
别人交流这个问题, 该怎么办? (47)

第四部分 乳腺疾病的诊断

- 71. 我想知道如何进行乳腺自检? (48)
- 72. 自检时发现乳头内陷, 就肯定得了乳腺
疾病吗? (51)
- 73. 乳腺的哪些变化不必立即就医? (51)
- 74. 乳腺出现怎样的变化应立即就医? (54)
- 75. 每年在医院应该做怎样的检查才能尽早地
发现乳腺疾病? (56)
- 76. 在医院做乳腺检查的最佳时机? (57)
- 77. 哪些体检结果不必担心? 哪些需要到乳腺
专科就诊? (57)
- 78. 乳腺 B 超检查和彩超检查一样吗? (58)
- 79. 体检拿回来的彩超报告怎么看啊? (58)
- 80. 如何看钼靶检查报告? (60)
- 81. 超声检查报告和钼靶检查报告上的 BI-RADS
分级是什么意思? (61)
- 82. 我需要常规做乳腺 MRI 吗? (61)

第五部分 乳腺癌的治疗

- 83. 检查发现患有乳腺癌, 一定要手术吗? (63)

84. 李小姐今年 35 岁，刚刚发现乳腺癌，她想
选择保乳手术，可以吗？ (63)
85. 陈奶奶今年 80 岁了，医生检查后说“乳房
上的东西不太好”，需要选择手术吗？ (64)
86. 我想知道乳腺癌常用的手术方式有哪些？ ... (64)
87. 什么是石蜡病理报告？与我的治疗有关系吗？
..... (66)
88. 我得乳腺癌了，就是想知道还能活多少年？
..... (67)
89. 我每次做完骨扫描检查，都觉得身体特别虚弱，
骨扫描检查放射性伤害特别大吗？ (68)
90. 乳腺癌不同的术式复发转移风险是否相同？
..... (68)
91. 化疗这么难熬，真的对乳腺癌患者有好处吗？
..... (69)
92. 我想知道哪些人需要接受化疗？化疗时如何
选择药物？ (69)
93. 我想对乳腺癌的化疗药物有个全面地了解，
能帮助我吗？ (70)
94. 常见的化疗副作用有哪些？如何应对？ (71)
95. 什么样的情况需要放疗？我想知道自己
需不需要进行放疗？ (72)

96. 哪些病人不适合做放疗？我有免疫性疾病，
不知道对放疗有没有影响？…………… (73)
97. 医生告诉我需要做化疗和放疗，我现在正接
受化疗，我想知道什么时候开始做放疗？… (73)
98. 放疗有哪些副作用？…………… (73)
99. 激素受体阳性和阴性是什么意思？…………… (74)
100. 如果激素受体阴性，还要进行内分泌
治疗么？…………… (75)
101. 服用这么长时间的内分泌治疗药物，有没有
副作用啊？…………… (75)
102. 什么是 HER-2，赫赛汀治疗是怎么回事？
…………… (76)
103. HER-2 阳性一定要进行赫赛汀治疗吗？… (76)
104. 为什么还要用 FISH 法重测一次 HER-2
状态呢？…………… (77)
105. 赫赛汀真的有用吗？我到底用不用呢？…… (78)
106. 赫赛汀非要用 1 年吗？…………… (78)
107. 我是“三阴性乳腺癌”吗？…………… (78)
108. 三阴性乳腺癌预后很差吗？…………… (79)

第六部分 乳腺癌术后及康复

109. 乳腺癌术后常见的并发症有哪些？…………… (80)

110. 乳腺癌术后最大的生命威胁是什么? (80)
111. 乳腺癌术后复查包括哪些内容? (81)
112. 乳腺癌术后复查到底查不查血? (82)
113. 乳腺癌术后放疗是怎样实施的? (83)
114. 乳腺癌术后内分泌治疗就是吃5年的药吗?
..... (83)
115. 乳腺癌患者怎么制订术后上肢功能康复
计划? (83)
116. 乳腺癌患者术后何时开始运动合适? 每天、
每周的运动量应该为多少? 有较好的运动
时间表吗? (85)
117. 术后如何进行上肢功能锻炼? (86)
118. 如何预防乳腺癌术后上肢水肿? (89)
119. 我是一名乳腺癌患者, 目前上肢水肿很厉害,
有什么办法吗? (91)
120. 病友患侧上肢水肿了, 我也觉得自己有点儿水肿,
我想知道是不是真的水肿了? (92)
121. 术后, 我又想活动又怕水肿, 怎么办啊?
..... (93)
122. 乳腺癌术后的饮食应该注意哪些方面?
每日食物的摄入量是否需要特别注意? ... (94)
123. 在术后康复中如何调整情绪? 乳腺癌的
突然来袭让我不知所措, 是否可以给我

- 一些这方面其他人的生活信息？我需要
服药调节我的情绪吗？…………… (95)
124. 乳腺癌手术后多久就能如常地坐飞机火车？
…………… (96)
125. 我平时能负重吗？能做重体力劳动吗？
哪些是我不能做的，哪些是我能做的？…… (97)
126. 乳腺癌术后康复中，性生活时应注意的
问题有什么？…………… (97)
127. 乳腺癌术后还能吃避孕药吗？该如何避孕？
…………… (99)
128. 我想问一些手术后的生活琐事，比如在围
手术期的洗澡时间怎么安排？应选择什么
样的康复环境？术后我的乳房需要怎样的
保健？…………… (99)
129. 乳腺癌患者出现的绝经期症状有什么应对
方法吗？…………… (100)
130. 乳腺癌患者出现其他疾病时的应对方法
是什么？…………… (101)

第七部分 其 他

131. 为什么会感觉自己的乳房时大时小？
是错觉吗？…………… (103)

132. 乳头、乳晕颜色变化是怎么回事? (103)
133. 纤维瘤等良性乳房疾病手术后,
乳房会变形吗? (104)
134. 为什么男性也会乳房发育? (104)
135. 如何预防哺乳期乳腺炎? (104)
136. 哪些乳腺疾病适合做微创手术? (105)
137. 围产期如何进行乳房保健? (105)
138. 才出生的婴儿, 乳头有泌乳, 应该挤干净吗?
..... (106)
139. 我妹妹双侧腋窝出现肿物, 医生诊断为
副乳腺, 请问什么是副乳腺? (107)
140. 单侧卵巢手术后对乳腺有什么影响? (107)
141. 患乳腺癌以后还能再怀孕吗? (108)
142. 如何判断乳腺癌患者是否绝经了? (108)
143. 患乳腺癌以后顺利怀孕、生产, 请问生产
后可以给宝宝哺乳吗? (109)
144. 他莫昔芬、托瑞米芬对怀孕有影响吗? ... (109)
145. 现在乳腺癌患者有很多“患友会”性质的组织,
能否为我介绍一些影响力大的, 方便各地加入
的组织? (110)

附 件

- 附件 1 乳腺癌的医学定义及发病机制 (113)
- 附件 2 乳腺癌相关高危因素 (117)
- 附件 3 乳腺癌 TNM 分期详细标准 (127)
- 附件 4 淋巴系统的医学定义 (132)
- 附件 5 乳腺癌远处转移的常见部位和
临床表现 (136)
- 附件 6 BI-RADS 分级详细解释 (137)
- 附件 7 各种手术方式介绍 (140)
- 附件 8 常见化疗药物和化疗方案 (142)
- 附件 9 赫赛汀的作用机制 (146)

第一部分 乳腺常见疾病

1. 乳房湿疹是怎么回事，该如何预防和治疗？

乳房湿疹多见于哺乳期女性，表现为乳头、乳晕、乳房暗红斑，可伴糜烂、渗出和裂隙，可单侧或对称发病，瘙痒明显，发生裂隙时可出现疼痛。可仅发生于乳头部位。

预防乳房湿疹应注意不要用过热的水冲洗乳房，防止过度搔抓刺激，尽量避免辛辣食物刺激，应该穿棉质内衣。可在医生指导下使用外用药膏治疗，避免自行使用含激素类的药物治疗。如果乳房湿疹治疗2~3个月未愈，需及时行进一步检查除外乳房佩吉特病（Paget's病）。乳房佩吉特病临床表现与乳房湿疹类似，主要表现为乳头脱屑、组织液渗出（患者常常描述为“流黄水儿”）、结痂，痂皮脱落后会再次循环出现上述表现，任何治疗湿疹的药物都不起作用。某些情况下，乳房湿疹与佩吉特病非常难以鉴别，需要到皮肤科进行“活检”以明确诊断。

2. 浆细胞性乳腺炎是什么？怎么治疗？预后怎样？

浆细胞性乳腺炎是乳腺炎症的一种。普通乳腺炎是由于乳汁淤积同时伴随细菌感染导致的，临床表现为全身发

热，乳房局部红、肿、热、痛，抽血检测发现白细胞增多，应用抗生素治疗后效果明显，一般不复发，再次出现乳汁淤积合并细菌感染时可再发。而浆细胞性乳腺炎通常不伴随细菌感染，其发病原因并不十分清楚，大部分观点认为是由于导管内的脂肪性物质堆积、外溢，引起导管周围化学性刺激和免疫性反应，伴随大量浆细胞浸润导致的。其临床表现为伴或不伴有全身发热，乳房局部红、肿、热、痛常常不如普通乳腺炎明显，局部破溃后可形成窦道甚至瘘管，可以继发细菌感染。不伴随细菌感染时，抽血检测常常没有白细胞增多，应用抗生素治疗可以延缓病情发展，但无法根治。浆细胞性乳腺炎保守治疗多无效，经常出现用抗生素后能稍加控制病情，停用后病情继续发展的棘手情况。当出现窦道或瘘管时，如果手术仅仅切除窦道和瘘管，也是无法根治的，表现为一段时间之后出现复发。罹患浆细胞性乳腺炎的患者非常痛苦，经常四处求医几年不能彻底解决问题，甚至怀疑自己得了乳房恶性肿瘤。

其实，浆细胞性乳腺炎的治疗依赖于手术彻底清除病变组织，术中需要进行仔细观察，将病变累及的部分进行彻底切除，切除得越彻底，才能最大程度降低复发的可能性。早期浆细胞性乳腺炎经过彻底切除和换药后，可以达到根治，乳房外形通常也较好。晚期浆细胞性乳腺炎彻底切除十分困难，常常需要将绝大部分的乳腺组织切除掉，严重时会出现皮肤切除过多而导致缝合困难、乳房外形难看，甚至完全失去乳房外形。总之，越早切除越好，切除