



关爱乳房健康 ——远离乳腺癌

任国胜 主审

孔令泉 吴凯南 厉红元 主编



科学出版社

关爱乳房健康

远离乳腺癌

任国胜 主 审

孔令泉 吴凯南 厉红元 主 编



科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书是一本关于乳腺良性疾病及乳腺癌预防和诊疗知识的医学科普读物,作者收集了大量国内外文献资料并结合了自身长期的临床工作经验。本书内容全面系统,对乳房的基本知识、乳腺良性疾病的相关知识,乳腺癌的预防、临床症状和常用检查方法、最新综合治疗方法、治疗过程中常见不良反应的预防和处理、康复期间患者的随访计划及乳腺癌复发转移的早期发现和治疗等问题,从普通人群患者和家属的角度深入浅出地进行了详细的阐述、方便读者理解和掌握。本书还增加了乳腺癌确诊后的心理治疗、性和生育、乳腺癌患者中糖尿病、高脂血症、甲状腺功能低下症、甲状腺功能亢进症、甲状腺癌、卵巢癌和乳腺癌化疗期间乙肝病毒再激活的防治等内容,这是以往的医学科普书中很少提及但又非常重要、需要患者和家属认真面对的问题。

本书对临床医师有一定的参考价值,也可作为乳腺疾病患者和家属的参考读物。

图书在版编目(CIP)数据

关爱乳房健康:远离乳腺癌/孔令泉,吴凯南,厉红元主编.—北京:科学出版社,2016.3

ISBN 978-7-03-047499-5

I. 关… II. ①孔… ②吴… ③厉… III. 乳腺癌—防治—普及读物
IV. R737.9-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第044019号

责任编辑:丁慧颖 沈红芬/责任校对:郑金红

责任印制:肖 兴/封面设计:陈 敬

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

新科印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2016年3月第 一 版 开本:720×1000 1/16

2016年3月第一次印刷 印张:13

字数:170 000

定价:39.00元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

主编简介



孔令泉，主任医师、博士、硕士研究生导师、重庆医科大学附属第一医院教学督导，从事乳腺癌、甲状腺癌、甲状旁腺功能亢进症等普外科临床医学教研工作近 20 年，并致力于乳腺癌激素增敏化疗、乳腺癌新内分泌化疗、乳腺癌内分泌化疗、乳腺肿瘤糖尿病学、乳腺肿瘤心理学、乳腺肿瘤甲状腺病学、乳腺肿瘤肝病学的研究。

乳腺肿瘤内分泌学等有关乳腺癌的基础与临床研究和乳腺疾病与甲状腺疾病的科普宣传工作。2009 年 9 月至 2010 年 5 月在法国斯特拉斯堡大学医院学习，2015 年 10 月至 2015 年 12 月在法国图卢兹癌症中心学习。4 次荣获重庆医科大学优秀教师称号，以第一作者或通讯作者发表医、教科研论文 70 余篇，SCI 论文 10 余篇，主研国家自然科学基金 1 项、省级课题 3 项、校级课题 1 项、院级课题 2 项。荣获市级科技进步二等奖 1 项，省（部）级科技进步三等奖 2 项，校级教学成果一等奖 1 项、二等奖 2 项；主编《医学英语词汇》、《乳腺肿瘤糖尿病学》、《乳腺肿瘤心理学》等著作 7 部，副主编《外科手术学基础》（汉英双语教材），参编《实用临床肿瘤学》、《实用乳腺肿瘤学》、《肿瘤学》、《乳腺癌的生物学特性及临床对策》、《乳腺癌的基础理论与临床研究》等著作 8 部。

主编简介



吴凯南，主任医师、教授，中国抗癌协会乳腺癌专委会名誉顾问（原常委），历任四川省抗癌协会理事，中华医学会重庆外科分会委员、秘书，重庆市抗癌协会乳腺癌专委会委员，重庆医科大学省级重点学科“肿瘤学”学科带头人，重庆医科大学基础外科研究室副主任，重庆医科大学附属第一医院普外科副主任，内分泌乳腺外科主任，重庆市乳腺癌中心主任。

曾任国内多家专业杂志编委及审稿专家。参与中国抗癌协会《乳腺癌诊治指南与规范》第一版的编写和审定。

从事外科临床、教学及科研工作 53 年，主要进行内分泌乳腺外科研究 37 年，在乳腺癌的病因探讨、保乳治疗、新辅助化疗、内分泌治疗及综合治疗的规范化、个体化方面进行了深入研究并有建树。曾多次参加国内外大型学术专业会议并担任主持人或做大会报告。已发表专业论文 260 余篇，其中以第一作者发表 160 篇，多篇论文被著名文摘库收录。主编《乳腺肿瘤糖尿病学》、《乳腺癌的生物学特性及临床对策》、《中西医诊疗方法丛书·外科学分册》、《外科手术学基础》（汉英对照），主审《医学英语词汇》、《乳腺癌的基础理论与临床研究》，参编《乳腺肿瘤学》（第 1、2 版）、《临床外科学诊断》等 12 部专著。荣获市级科技进步二等奖 1 项；省（部）级科技进步三等奖 2 项、地厅级医学科技成果奖 2 项（均为第一完成人）；重庆医科大学教学成果一等奖、二等奖各 1 项，优秀教材奖二等奖 1 项。

主 编 简 介



厉红元，主任医师，外科学博士，硕士研究生导师，重庆医科大学附属第一医院内分泌乳腺外科（重庆市乳腺癌中心）主任。中国医师协会外科医师分会乳腺外科委员会常务委员兼秘书长，中国抗癌协会理事，中国抗癌协会乳腺癌专业委员会委员，重庆抗癌协会乳腺癌专业委员会主任委员，重庆市临床医学研究联合会理事长，《中华内分泌外科杂志》编委，《重庆医科大学学报》编委。已从事普外科的医疗、教学及科研工作 30 年；主要从事乳腺、甲状腺的临床工作，对乳腺、甲状腺肿瘤的诊断和治疗具有丰富的临床经验。2002 年 11 月至 2004 年 5 月，在法国斯特拉斯堡路易－巴斯德大学医学院（La Faculté de Médecine de L' Université Louis Pasteur de Strasbourg）附属医院工作和研修，已发表论文 20 余篇，获重庆市科技进步奖和重庆市卫生局医学科学奖各一项。

《关爱乳房健康——远离乳腺癌》

编委会名单

主 审 任国胜

主 编 孔令泉 吴凯南 厉红元

副主编 卢林捷 孔德路 王 泽 孔 榕

编 者 (以姓氏汉语拼音排序)

陈 鑫	陈莉莎	戴 威	范 尧
甘 露	果 磊	胡 燕	黄健波
金梁斌	孔 榕	孔德路	孔令泉
李 欣	李春燕	李英存	厉红元
刘 颖	刘胜春	卢林捷	罗 凤
罗清清	冉 亮	石 果	史艳玲
苏新良	唐 娟	唐秀英	王 泽
王安银	王瑞珏	王忠良	魏余贤
吴凯南	吴玉团	武 赫	徐 周
赵春霞	朱慧琪		

前 言

乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤，也是女性因癌症而死亡的重要原因。在西方国家，每7或8名女性中就有1人在其一生中患乳腺癌。近年来，我国女性乳腺癌发病趋势明显上升，在许多大中城市，乳腺癌已占女性恶性肿瘤的首位，而且发病年龄逐渐年轻化，高发年龄较西方国家提前10年以上，30岁以下患病的人数也在逐年增加。曾有报道一位年仅9岁的小女孩不幸患上乳腺癌。

男性也能得乳腺癌吗？其实，男性的乳房同女性的乳房在组织形态上是相似的，都具有产生乳腺良性疾病和乳腺癌的条件。有数据显示，我国重庆地区男性在整个乳腺癌的发病人数中占3%左右。由于该病没有完全引起患者和部分医生的重视，诊断上多有延误，存在严重的漏诊、漏治现象。因此，男性乳腺癌也应引起重视。

目前乳腺癌的确切病因尚不清楚，但研究已发现与乳腺癌发生有关或对乳腺癌发生有促进作用的多种因素。世界卫生组织提出的五条一级预防乳腺癌的生活习惯对预防乳腺癌的发生具有重要意义。乳腺癌的早期诊断与患者的预后密切相关，如果能够在早期发现并接受恰当的治疗，大多可望痊愈。因此，乳腺癌的早期预防、早期发现和早期治疗至关重要。在临床工作中发现，无论在乳腺癌的预防、诊断、治疗还是治疗后的康复和随访方面，患者和家属在理解上都存在许多误区，这将直接影响乳腺癌预防、诊断与治疗的顺利进行。

本书作者在临床工作之余，收集了大量国内外文献资料并结合自身近20余年的临床工作经验，编写出这本有关乳腺癌预防和诊疗知识的最新医学科普读物。本书以专科理论知识及临床实践经验为基础，兼顾知识层面的专业性和阅读过程的通俗性，对有关乳房的基本知识、

乳腺良性疾病的相关知识、乳腺癌的预防、乳腺癌的临床症状和常用检查方法、最新综合治疗方法、治疗过程中常见不良反应的预防和处理、康复期间患者的随访计划以及乳腺癌复发转移的早期发现和治疗等问题，从普通人群以及患者和家属的角度深入浅出地进行详细的阐述，方便读者理解和掌握。书中还特别加进了乳腺癌确诊后的心理治疗、性和生育，乳腺癌患者中糖尿病、高脂血症、甲状腺功能低下、甲状腺癌和乳腺癌化疗期间乙肝病毒再激活的防治等内容，这是以前的医学科普书中很少提及但又非常重要、需要患者和家属认真面对的问题。

本书内容全面系统，涵盖了乳腺良性疾病以及乳腺癌预防、诊断和治疗中患者迫切需要了解的各种临床问题，具有较强的实用性，广大读者以及患者和家属在阅读之后，可以全面了解目前乳腺癌的预防方法以及最新的治疗理念 and 治疗方法，对预防和控制乳腺癌有重要的意义。本书同时对广大临床医师和医学研究生、实习生也有一定的参考价值。

参与本书编写与校对的人员有重庆医科大学附属第一医院的吴凯南、朱慧琪、厉红元、刘胜春、苏新良、果磊、孔令泉、陈鑫、冉亮、甘露、魏余贤、罗凤、石果、刘颖、陈莉莎、唐秀英、李春燕、孔德路、罗清清、赵春霞、武赫、戴威、李欣、吴玉团、史艳玲、徐周、唐娟，重庆医科大学附属儿童医院的李英存、王忠良、胡燕、王瑞珏，重庆医科大学公共卫生与管理学院的范尧，广西柳州市人民医院的卢林捷，复旦大学附属华山医院的黄健波，河北医科大学的王泽，中国医科大学的王安银，湖南师范大学的孔榕，宁波市医疗中心李惠利东部医院的金梁斌等。

由于编著者水平有限，难免出现错漏之处。我们殷切期待广大读者对本书提出宝贵意见（联系邮箱：huihuikp@163.com），以便再版时修正和完善。本书在编写过程中得到了重庆医科大学、重庆医科大学附属第一医院的支持和帮助，在此致以衷心的感谢！

编 者

2015 年 12 月于重庆

目 录

第一篇 乳腺癌的早期预防..... 1

1 乳房的结构及功能	2
1.1 女性乳房的结构	2
1.2 生命各阶段女性乳腺的发育和生理变化	3
1.3 女性乳房的主要生理功能	6
1.4 男性乳房的结构	7
1.5 生命各阶段男性乳房的生理性变化	7
2 如何做乳房自我检查	9
2.1 为何要做乳房自我检查	9
2.2 乳房自我检查的时间	9
2.3 乳房自我检查的方法	10
2.4 乳房自我检查的注意事项	11
3 乳房定期体检、筛查的重要性	13
4 乳房疾病该看什么科	14
5 什么是乳腺癌	15
6 乳腺癌离我们有多远	16
6.1 乳腺癌在国内外流行的现状	16
6.2 年轻女性会得乳腺癌吗	16
6.3 老年女性还会得乳腺癌吗	17
6.4 男性也会得乳腺癌吗	17
6.5 乳腺增生会变成乳腺癌吗	17
6.6 乳腺纤维腺瘤会恶变吗	18

6.7 乳腺癌会遗传给后代吗	18
6.8 乳腺癌会传染吗	20
6.9 肥胖及饮酒等不良生活方式会增加患乳腺癌的风险吗	20
6.10 分娩后不哺乳会提高患乳腺癌的风险吗	20
6.11 避孕药会导致乳腺癌吗	21
6.12 更年期激素替代疗法会导致乳腺癌吗	22
6.13 戴胸罩与乳腺癌有关吗	22
6.14 隆胸与乳腺癌有关吗	23
6.15 精神压力过大会增加患乳腺癌的风险吗	23
6.16 进食黄豆制品与乳腺癌有关吗	24
6.17 环境因素会增加患乳腺癌的风险吗	25
6.18 经常熬夜会增加患乳腺癌的风险吗	27
7 乳腺癌的发生过程	28
8 乳腺癌的病因	30
9 乳腺癌的危险因素	31
9.1 女性乳腺癌的危险因素(图9)和高危人群有哪些	31
9.2 男性乳腺癌的危险因素和高危人群有哪些	32
10 乳腺癌的分级预防	33
10.1 一级预防	33
10.2 二级预防	34
10.3 三级预防	34
11 日常生活、工作中如何减压防癌	35
12 关于食物、营养和身体活动预防癌症的专家建议	37
13 哪些食物和制剂可能有利于预防乳腺癌	39

**第二篇 易与乳腺癌相混淆的乳腺常见良性疾病的鉴别诊断
与治疗 41**

14 乳腺常见良性疾病的诊断与治疗	42
14.1 乳腺纤维囊性增生病	42
14.2 乳腺纤维腺瘤	43

14.3	乳腺叶状肿瘤及乳房肉瘤	44
14.4	浆细胞性乳腺炎	44
14.5	急性乳腺炎	45
14.6	副乳腺	46
14.7	乳腺结核	47
14.8	乳腺脂肪坏死	47
14.9	乳腺积乳囊肿	48
14.10	乳头溢液	49
14.11	男性乳房发育	51

第三篇 乳腺癌的早期诊断..... 53

15	如何早期发现乳腺癌	54
16	乳腺癌的临床表现	55
17	乳腺影像学等相关辅助检查	59
17.1	乳腺彩超联合乳腺钼靶 (X 线) 摄片检查有助于发现早期或 隐匿性乳腺癌	60
17.2	乳腺磁共振 (MRI) 检查	61
17.3	增强 CT 检查	62
17.4	PET-CT 在乳腺癌诊治评估中的应用	62
17.5	放射性核素 (ECT) 检查	63
17.6	乳管镜检查	63
18	乳腺的病理学检查	64
18.1	为什么要做活检	64
18.2	穿刺针活检会不会引起乳腺癌的复发转移	65
18.3	乳头溢液细胞学检查	65
18.4	乳头病变的刮片及印片检查	65
18.5	细针吸取细胞学检查	65
18.6	空心针穿刺活检	66
18.7	乳房包块切除活检或包块切取活检	66
18.8	乳房包块超声定位下麦默通微创切除活检	66

18.9 乳房微小钙化灶钼靶定位下开放手术活检	67
-------------------------------	----

第四篇 乳腺癌临床和病理的深入了解..... 71

19 乳腺癌临床分期.....	72
19.1 医学专业上常用的乳腺癌临床分期	72
19.2 患者容易了解的乳腺癌临床分期	73
19.3 乳腺癌临床分期对治疗方案选择及预后评估的意义	73
20 如何读懂有关乳腺癌的病理报告和相关生物学指标.....	75
20.1 病理类型	75
20.2 病理组织学分级	76
20.3 肿瘤大小和切缘状态	76
20.4 腋窝淋巴结转移情况	77
20.5 有无脉管癌栓（脉管浸润）	77
20.6 常用免疫组化检测指标的临床意义	77
20.7 什么是三阴性乳腺癌	80
21 乳腺癌的复发风险分级.....	81
22 乳腺癌同期转移腋窝淋巴结的 ER、PR 等生物学指标需要 检测吗.....	82
23 有关循环肿瘤细胞检测在乳腺癌中的应用.....	83
24 乳腺癌相关肿瘤标志物检测的意义.....	84

第五篇 乳腺癌的综合治疗..... 85

25 乳腺癌为何要进行综合治疗.....	86
26 乳腺癌综合治疗之手术治疗	87
26.1 乳腺癌手术治疗的意义	87
26.2 乳腺癌保乳根治手术	87
26.3 乳腺癌改良根治术	88
26.4 单纯乳房切除术	88
26.5 乳腺癌患者的乳房重建术.....	88
26.6 乳腺癌前哨淋巴结活检的意义	90

26.7	乳腺癌患者术前应如何配合医护人员做好准备工作	91
26.8	乳腺手术后注意事项	93
26.9	乳腺癌手术为什么要安置引流管及何时拔管	94
26.10	乳腺癌术后镇痛泵的临床效果	94
26.11	乳腺癌患者术后早期活动的意义及注意事项	95
27	乳腺癌综合治疗之化学药物治疗(化疗)	97
27.1	化疗的意义及必要性	97
27.2	化疗的时机和疗程	97
27.3	关于化疗输液途径的选择	98
27.4	乳腺癌常用的静脉化疗药物及方案	99
27.5	乳腺癌的脂质体类化疗药物	100
27.6	口服化疗药及抗血管生成药	101
27.7	化疗前的实验室检查和辅助检查	102
27.8	化疗的不良反应及处理	102
27.9	(癌症所伴随的)疲乏	107
27.10	深静脉血栓形成的预防及处理	107
28	乳腺癌综合治疗之放射治疗(放疗)	109
28.1	放疗在乳腺癌综合治疗中的地位	109
28.2	哪些乳腺癌患者根治术后还需要放疗	109
28.3	精确放射治疗(精放)在乳腺癌放射治疗中的作用	110
28.4	放疗需持续多长时间及注意事项	110
28.5	放疗时机和放疗、化疗的顺序	111
28.6	放疗和内分泌治疗的顺序	111
28.7	放疗的不良反应及处理	111
29	乳腺癌综合治疗之内分泌治疗	113
29.1	内分泌治疗的机制及意义	113
29.2	哪些乳腺癌患者需要行内分泌治疗	113
29.3	何谓辅助内分泌治疗和新辅助内分泌治疗	114
29.4	何谓卵巢去势治疗,其方法有哪些	114
29.5	什么是绝经	115

29.6	绝经前乳腺癌患者的内分泌治疗	115
29.7	绝经后乳腺癌患者的内分泌治疗	116
29.8	应何时开始内分泌治疗	117
29.9	内分泌治疗的不良反应及处理	117
30	乳腺癌综合治疗之分子靶向治疗	119
30.1	分子靶向治疗的机制及相关药物	119
30.2	哪些乳腺癌患者需要行分子靶向治疗	120
30.3	应何时开始分子靶向治疗及用药持续时间	120
30.4	分子靶向治疗的不良反应及处理	121
31	乳腺癌综合治疗之生物治疗和免疫治疗	122
31.1	生物治疗(自体免疫细胞治疗)的机制及意义	122
31.2	哪些乳腺癌患者可以选择生物治疗(自体免疫细胞治疗)	123
31.3	生物治疗(自体免疫细胞治疗)的流程及注意事项	124
31.4	生物治疗(自体免疫细胞治疗)的不良反应及相应处理 ...	124
31.5	乳腺癌免疫治疗的其他常用免疫制剂	124
32	乳腺癌综合治疗之中医中药治疗	127
32.1	中医中药治疗在乳腺癌治疗中的作用	127
32.2	抗癌中(成)药是否都没有毒副作用	127
33	乳腺癌综合治疗之心理治疗	129
33.1	什么是“患癌苦恼”	129
33.2	心理治疗也是乳腺癌综合治疗的一个重要组成部分	131
33.3	“患癌苦恼”的程度判定及乳腺癌患者精神抑郁的自我心理 检查	132
33.4	如何帮助自己应对癌症的苦恼和心理问题	133
33.5	乳腺癌患者如何应对失眠	135
33.6	乳腺癌患者几种常用的心理治疗方法	137
33.7	音乐治疗在乳腺癌患者心理治疗中的应用	144
34	关于乳腺癌治疗的随机临床试验	146
34.1	什么是临床试验	146

34.2	参加临床试验的好处	146
34.3	参加新药临床试验的相关风险	147
34.4	如何了解到适合自己的临床试验	147
35	几类特殊人群乳腺癌的治疗	148
35.1	男性乳腺癌	148
35.2	妊娠哺乳期乳腺癌	148
35.3	双侧乳腺癌	149
35.4	炎性乳腺癌	150
35.5	湿疹样乳腺癌	150
35.6	隐匿性乳腺癌	151
35.7	副乳腺癌	151
35.8	合并高血压、心脑血管疾病的乳腺癌	152
35.9	合并乙肝或肝功受损的乳腺癌	153
35.10	合并肾衰或肾功能不全的乳腺癌	154
35.11	合并肺功能不全的乳腺癌	154
35.12	合并甲亢的乳腺癌	155
36	乳腺癌患者中易漏诊的常见重要疾病的诊治	156
36.1	乳腺癌患者中糖尿病的防治	156
36.2	乳腺癌患者中高脂血症的防治	158
36.3	乳腺癌患者中甲状腺功能低下的诊治	159
36.4	乳腺癌患者中甲状腺癌的防治	159
36.5	乳腺癌患者中卵巢癌的防治	160
第六篇 乳腺癌的康复及术后随访		161
37	乳腺癌手术、放化疗等综合治疗结束后的随访	162
37.1	完成手术及放化疗后，还应注意什么	162
37.2	患者出院后如何进行随访复查	163
38	如何参加癌症康复组织	164
39	患侧上肢淋巴水肿的防治	165
39.1	什么是淋巴水肿	165

39.2	淋巴水肿有哪些表现	165
39.3	容易产生上肢淋巴水肿的危险因素	165
39.4	如何预防淋巴水肿	166
39.5	淋巴水肿的治疗	167
40	如何佩戴义乳(假乳)	169
41	乳腺癌患者如何健康饮食	170
41.1	健康饮食的基本原则	170
41.2	乳腺癌患者如何合理饮食	172
41.3	哪些食物有利于缓解便秘	174
42	乳腺癌患者如何锻炼	175
42.1	什么是有氧运动和无氧运动	175
42.2	乳腺癌患者适宜进行哪些运动	176
42.3	乳腺癌患者怎样掌握运动强度	176
42.4	乳腺癌患者可以游泳吗	177
42.5	乳腺癌患者可以外出旅游吗	177
43	乳腺癌患者可以注射流感疫苗吗	179
44	乳腺癌患者术后能过性生活吗	180
45	乳腺癌患者的生育及哺乳问题	182

第七篇 第二原发癌及乳腺癌复发、转移的诊治..... 183

46	第二原发癌诊治	184
47	乳腺癌复发、转移的诊治	185
47.1	乳腺癌治疗后会复发、转移吗	185
47.2	如何早期发现乳腺癌复发及转移	185
47.3	乳腺癌局部复发的表现及处理	186
47.4	乳腺癌远处转移的表现及处理	187