

# 爱我

(第2版)

乳房



主编 施俊义  
余建军  
裴 静

主审 周咸亮

——健康咨询400问



第二军医大学出版社

Second Military Medical University Press

# 爱我乳房

——健康咨询 400 问

(第 2 版)

主 编 施俊义 余建军 裴 静  
副主编 胡 薇 张海燕 曹 伟  
主 审 周咸亮



第二军医大学出版社

Second Military Medical University Press

## 内 容 简 介

本书对于乳房保健做了系统而全面的描述,深入浅出地进行了相关卫生知识的宣传,以期提高广大女性在乳房保健方面的意识。同时,本书兼有指导就医治疗,辅助病后康复等重要的参考价值。

本书适于各年龄段,不同文化程度的女性阅读,尤其适合于有乳房疾患的读者。

## 图书在版编目(CIP)数据

爱我乳房——健康咨询 400 问/施俊义,余建军,裴静  
主编. —2 版. —上海: 第二军医大学出版社, 2010. 4

ISBN 978 - 7 - 81060 - 993 - 7

I. ①爱… II. ①施… ②余… ③裴… III. ①乳房疾病—防治—问答 IV. ①R655. 8 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 003381 号

出 版 人 石进英  
责任编辑 许悦  
策划编辑 高标

**爱我乳房——健康咨询 400 问**  
(第 2 版)

主 编 施俊义 余建军 裴 静

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

电话/传真: 021 - 65493093

<http://www.smmup.cn>

全国各地新华书店经销

江苏句容市排印厂

开本: 850×1168 1/32 印张: 6.375 字数: 190 千字

2010 年 4 月第 2 版 2010 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 81060 - 993 - 7/R · 807

定价: 18.00 元

## 再版序

---

《爱我乳房》第1版在2008年1月出版后受到全国广大读者的欢迎,一度供不应求,这对本书的编写者和出版者来说是一个巨大的鼓舞。

本书是乳房保健的科普读物,再版时保留了深入浅出、简明扼要的通俗特点,并增加了一些图片,使读者更易于理解。对常见的检查进行了修订和增加,突显其实用性。

内容上,面向现代女性,传达着来自长期从事乳腺疾病工作的专家的经验 and 信息。本着引领健康科普、增强自我保健为目的,从乳房的基本知识,生理结构和变化,乳房自我检查和护理,常见乳腺疾病及各种检查方法,乳腺癌的发生、诊断、治疗和康复,乳房整形和美容等方面做了深入浅出、简明扼要的阐述。本书具有内容详实,涉及面广,针对性强,语言流畅,贴切实用的特点,是一本通俗易懂,有助于增长知识的参考书,也是现代女性的良师益友。不仅有助于女性朋友更多地了解保护乳房健康的知识,而且有助于帮助大家能够更好地了解自身的健康状况,值得向每一位女性朋友推荐。

感谢读者对本书的认可,衷心希望本书的再版能达到向更广大的民众宣传卫生知识,提高女性乳房保健意识,指导就医方向,以达到无病防病,有病早治的目的。同时,祝愿每一位女性朋友拥有美丽、健康的乳房。

陳允碩

2009年12月1日

# 目 录

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| <b>第一章 美丽一生、风险一生</b> .....    | ( 1 )  |
| <b>第一节 一般知识</b> .....         | ( 1 )  |
| 一、人类是如何认识乳房的? .....           | ( 1 )  |
| 二、为什么说乳房是女性特有的魅力? .....       | ( 1 )  |
| 三、不同人种间的乳房有何差异? .....         | ( 2 )  |
| <b>第二节 认识乳房</b> .....         | ( 4 )  |
| 一、乳房的外观构成有哪些? .....           | ( 4 )  |
| 二、乳房的内部构成有哪些? .....           | ( 4 )  |
| 三、乳房的解剖特点有哪些? .....           | ( 6 )  |
| 四、乳房的位置及血管、神经、淋巴 .....        | ( 7 )  |
| <b>第三节 关心乳房发育</b> .....       | ( 10 ) |
| 一、为什么说乳房的生长发育是个奇妙的过程? .....   | ( 10 ) |
| 二、乳房有哪些功能? .....              | ( 16 ) |
| 三、什么是性早熟? .....               | ( 19 ) |
| 四、什么是青春期泌乳? .....             | ( 21 ) |
| 五、乳房过大或过小对女性有何影响? .....       | ( 21 ) |
| 六、什么是乳房过小? .....              | ( 22 ) |
| 七、什么是双侧乳房不对称? .....           | ( 23 ) |
| 八、乳房与月经周期有联系吗? .....          | ( 24 ) |
| 九、什么是副乳腺症? 副乳腺易发生于什么部位? ..... | ( 25 ) |
| 十、哪些性激素与乳腺有关? .....           | ( 27 ) |
| 十一、哪些非性激素对乳房有作用? .....        | ( 29 ) |
| 十二、人工流产能导致乳腺疾病吗? .....        | ( 29 ) |
| 十三、更年期如何应用激素替代治疗? .....       | ( 30 ) |
| <b>第二章 乳房的自我检查与养护手册</b> ..... | ( 32 ) |
| <b>第一节 乳房的自我检查</b> .....      | ( 32 ) |

|                                       |        |
|---------------------------------------|--------|
| 一、如何进行乳房的自我检查? .....                  | ( 32 ) |
| 二、医生是如何进行乳房检查的? .....                 | ( 34 ) |
| 三、了解乳房的生理结构有助于检查 .....                | ( 36 ) |
| 四、乳房自我检查的具体方法是怎样的? .....              | ( 38 ) |
| <b>第二节 乳房的养护</b> .....                | ( 39 ) |
| 一、维持体内雌激素的正常水平是预防乳腺病的重点吗?<br>.....    | ( 39 ) |
| 二、什么是理想的乳房保养原则? .....                 | ( 41 ) |
| 三、给乳房组织理想的完美生活 .....                  | ( 43 ) |
| 四、女性胸部健康美有标准吗? .....                  | ( 44 ) |
| 五、如何保持乳房的美丽? .....                    | ( 46 ) |
| 六、如何给乳房制订一生的呵护计划? .....               | ( 48 ) |
| 七、为什么要提倡母乳喂养? .....                   | ( 51 ) |
| <b>第三章 常见的乳房疾病</b> .....              | ( 52 ) |
| 第一节 哪些乳房异常现象需向医生求助? .....             | ( 52 ) |
| 第二节 乳房常见的良性疾病 .....                   | ( 55 ) |
| 一、乳腺腺病 .....                          | ( 55 ) |
| 二、什么是乳腺瘤样病变? .....                    | ( 56 ) |
| 三、什么是乳腺导管扩张症? .....                   | ( 56 ) |
| 四、外伤性乳房脂肪坏死 .....                     | ( 58 ) |
| 五、乳腺积乳囊肿 .....                        | ( 59 ) |
| 六、乳腺导管内乳头状瘤与乳腺导管内乳头状癌有何<br>区别? .....  | ( 60 ) |
| 七、乳腺导管内乳头状瘤与乳腺导管扩张综合征有何<br>区别? .....  | ( 62 ) |
| 八、乳腺导管内乳头状瘤与乳腺导管内乳头状瘤病有何<br>区别? ..... | ( 62 ) |
| 九、什么是乳腺增生症? .....                     | ( 63 ) |
| 十、乳房囊肿 .....                          | ( 72 ) |

|                            |                |
|----------------------------|----------------|
| 十一、乳腺纤维腺瘤 .....            | ( 73 )         |
| 十二、哺乳期女性为何易患急性乳腺炎? .....   | ( 75 )         |
| 十三、什么是乳头皲裂? .....          | ( 79 )         |
| 十四、什么是乳头炎? .....           | ( 80 )         |
| 十五、什么是浆细胞性乳腺炎? .....       | ( 80 )         |
| 十六、乳腺结核 .....              | ( 81 )         |
| 十七、什么是乳房湿疹? .....          | ( 83 )         |
| 十八、乳房有哪些常见的寄生虫病? .....     | ( 85 )         |
| 十九、如何理解生理性溢液和病理性溢液? .....  | ( 86 )         |
| <b>第三节 乳房的辅助检查手段 .....</b> | <b>( 89 )</b>  |
| 一、乳房的 X 线钼靶检查 .....        | ( 89 )         |
| 二、乳房的超声检查 .....            | ( 91 )         |
| 三、乳腺导管造影 .....             | ( 94 )         |
| 四、乳管镜检查 .....              | ( 95 )         |
| 五、乳房数字化减影 .....            | ( 96 )         |
| 六、乳房的 CT 检查 .....          | ( 97 )         |
| 七、乳房的磁共振成像检查 .....         | ( 98 )         |
| 八、乳房疾病近红外线检查 .....         | ( 100 )        |
| 九、乳房温度造影 .....             | ( 102 )        |
| 十、乳房的细胞学检查 .....           | ( 104 )        |
| 十一、乳房的活体组织检查 .....         | ( 106 )        |
| <b>第四章 乳癌 .....</b>        | <b>( 113 )</b> |
| <b>第一节 乳癌的一般情况 .....</b>   | <b>( 113 )</b> |
| 一、乳癌发病率概述 .....            | ( 113 )        |
| 二、乳癌发病的高危因素 .....          | ( 115 )        |
| 三、乳腺癌复发风险分度 .....          | ( 117 )        |
| <b>第二节 乳癌的手术方法 .....</b>   | <b>( 118 )</b> |
| 一、乳癌的手术方法有几种? .....        | ( 118 )        |

|                              |              |
|------------------------------|--------------|
| 二、是否所有的乳腺癌都要手术治疗呢？ .....     | (120)        |
| 三、什么是乳癌手术中的“三大保卫战”？ .....    | (121)        |
| 四、保乳根治术 .....                | (123)        |
| 五、乳癌前哨淋巴结活检 .....            | (126)        |
| 六、使用乳腔镜治疗乳癌可行吗？ .....        | (129)        |
| 七、什么是乳癌手术中的“无瘤术”？ .....      | (131)        |
| <b>第三节 乳癌手术方案的选择 .....</b>   | <b>(132)</b> |
| 一、早期乳癌如何选择手术方案？ .....        | (132)        |
| 二、中期乳癌如何选择手术方案？ .....        | (133)        |
| 三、晚期乳癌如何选择手术方案？ .....        | (134)        |
| 四、男性乳癌如何选择手术方案？ .....        | (135)        |
| <b>第四节 如何选择乳癌的手术时机 .....</b> | <b>(136)</b> |
| 一、治疗乳癌的手术是否越早越好？ .....       | (136)        |
| 二、做乳癌手术要选好日子吗？ .....         | (137)        |
| <b>第五节 乳癌手术的常见并发症 .....</b>  | <b>(138)</b> |
| 一、乳癌手术后出血 .....              | (138)        |
| 二、乳癌手术后皮下积液的原因有哪些？ .....     | (138)        |
| 三、皮瓣坏死 .....                 | (139)        |
| 四、乳癌手术后的上肢水肿和肩背疼痛 .....      | (139)        |
| <b>第六节 乳癌术后的辅助治疗 .....</b>   | <b>(141)</b> |
| 一、概述 .....                   | (141)        |
| 二、乳癌的内分泌治疗 .....             | (142)        |
| 三、什么是乳癌的化疗？ .....            | (148)        |
| 四、什么是新辅助化疗？ .....            | (151)        |
| 五、化疗的不良反应有哪些？ .....          | (152)        |
| 六、放疗 .....                   | (152)        |
| 七、免疫治疗 .....                 | (155)        |
| 八、肿瘤的基因治疗 .....              | (158)        |
| <b>第七节 乳癌的复发与转移问题 .....</b>  | <b>(159)</b> |

|                                 |              |
|---------------------------------|--------------|
| 一、什么是乳癌的局部或区域复发？ .....          | (159)        |
| 二、乳癌转移了就没治了吗？ .....             | (161)        |
| 三、转移性乳癌的治疗措施有哪些？ .....          | (162)        |
| 四、乳癌的自然存活期有多久？ .....            | (163)        |
| 五、乳癌的预后相关因素是什么？ .....           | (163)        |
| <b>第八节 乳癌患者手术后的康复锻炼 .....</b>   | <b>(166)</b> |
| 一、刚刚乳癌手术如何进行功能锻炼？ .....         | (166)        |
| 二、乳癌术后出院如何进行功能锻炼？ .....         | (167)        |
| <b>第九节 乳癌患者的心理治疗 .....</b>      | <b>(168)</b> |
| 一、乳癌患者的心理变化会影响其生存质量吗？ .....     | (168)        |
| 二、乳癌患者会有怎么样的心理变化？ .....         | (168)        |
| 三、乳癌患者常见的疑虑有哪些？ .....           | (169)        |
| 四、乳癌患者应该怎样看待自己的疾病？ .....        | (170)        |
| 五、家属应该如何照顾患者？ .....             | (171)        |
| <b>第十节 乳癌患者饮食和生活的合理安排 .....</b> | <b>(171)</b> |
| 一、乳癌患者如何合理安排饮食？ .....           | (171)        |
| 二、乳癌患者如何合理安排生活？ .....           | (173)        |
| <b>第五章 女性乳房的整形与美容 .....</b>     | <b>(175)</b> |
| <b>第一节 乳房的整形与美容 .....</b>       | <b>(175)</b> |
| <b>第二节 乳房太大能变小 .....</b>        | <b>(176)</b> |
| 一、何谓乳房过大？ .....                 | (176)        |
| 二、巨乳缩小整形术 .....                 | (176)        |
| 三、巨乳缩小整形术前要注意哪些问题？ .....        | (177)        |
| 四、乳房缩小整形术的并发症有哪些？ .....         | (178)        |
| <b>第三节 乳房下垂能矫正 .....</b>        | <b>(178)</b> |
| <b>第四节 乳房太小能变大 .....</b>        | <b>(178)</b> |
| 一、产生小乳症的原因有哪些？ .....            | (179)        |
| 二、小乳症对女性心理会产生什么样的影响？ .....      | (179)        |

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| 三、什么叫隆胸术？ .....           | (180) |
| 四、隆胸术的适应证 .....           | (181) |
| 五、未婚女性能做隆胸吗？ .....        | (181) |
| 六、隆乳术后乳房会很“假”吗？ .....     | (181) |
| <b>第五节 隆胸手术</b> .....     | (182) |
| 一、隆胸材料必须具备哪些特性？ .....     | (182) |
| 二、隆胸术的方法有哪些？ .....        | (182) |
| 三、什么是自体脂肪颗粒注射隆胸术？ .....   | (182) |
| 四、什么是乳房假体隆胸术？ .....       | (184) |
| 五、硅胶假体是怎样制作的？ .....       | (184) |
| 六、乳腺假体隆胸术有哪些优点？ .....     | (185) |
| 七、假体隆胸术可能会发生哪些并发症？ .....  | (185) |
| 八、硅胶假体好还是盐水假体好？ .....     | (187) |
| 九、乳房假体在体内能保持多久？ .....     | (188) |
| 十、中国女性适合什么形状的乳房假体？ .....  | (188) |
| 十一、如何选择假体大小？ .....        | (188) |
| 十二、假体是怎样放进乳房的？ .....      | (189) |
| 十三、假体隆胸术常用切口有哪些优缺点？ ..... | (189) |
| 十四、乳房下垂能做隆胸术吗？ .....      | (190) |
| 十五、隆胸术选择什么麻醉好？ .....      | (190) |
| 十六、隆胸术需要住院吗？ .....        | (191) |
| 十七、硅胶假体会引起乳癌或其他疾病吗？ ..... | (191) |
| 十八、隆胸手术前应当注意哪些问题？ .....   | (191) |
| 十九、隆胸手术后要注意哪些问题？ .....    | (192) |
| 二十、乳房切除术后能再造吗？ .....      | (193) |
| <b>第六节 乳头整形</b> .....     | (194) |
| 一、乳头内陷整形 .....            | (194) |
| 二、乳头缺失可以做手术再造吗？ .....     | (194) |
| 三、乳头、乳晕过大可以做手术矫正吗？ .....  | (194) |

## 第一章

# 美丽一生、风险一生

## 第一节 一般知识

### 一、人类是如何认识乳房的？

在现代社会,随着社会文明的发展和物质生活水平的提高,女性乳房的功能已逐渐引起人们重视。同时,优美的乳房也被认为是时尚的标志,成为女性美的必备条件之一。每一位女性都期盼着拥有一对丰满而富于弹性的乳房,这些特征构成女性特有的流畅、圆润、优美的曲线美。古希腊艺术家雕刻的裸体女性和文艺复兴时期欧洲画家创作的美丽女神中都强调乳房的完美。

现代女性对自身乳房的价值观念已发生很大的转变,除了懂得乳房美的重要性,还懂得如何保护和维持乳房的形态美。故成年女性对乳房的要求除外在的美观外,还要求具备乳房的内在功能,即乳房除了有分泌乳汁的功能外,它还是一个性欲发生区。

女性曲线美是生命的奇迹,而丰满且富有弹性的乳房是女性最具魅力的一部分。发育成熟的年轻女性,乳房坚挺、腰肢柔软、臀部丰圆,显示出女性“S”形的特有体型。

### 二、为什么说乳房是女性特有的魅力？

乳房一向是女性魅力的标志之一。现代社



图 1-1 爱神维纳斯

会中,男性似乎无一例外地偏爱较大乳房,认为这样女性才比较性感,富有诱惑力。丰满、挺拔的乳房在夫妻美满婚姻生活中也起着重要作用。作为第二性征的乳房是女性的性感带,可激发性爱。性解剖学者指出,对乳头的刺激会使性的兴奋及时达到顶点而增强性的快感;生理学家的研究表明,凡乳房丰满、乳头如珠、发育良好、色泽正常象征其卵巢、子宫发育健全。

总之,丰满健美的乳房,象征着生命的源泉和人类自身的发展,是美和爱的标志。人类是惟一能够欣赏自己健美身体的生物,对健美乳房的颂扬显示出人类对自身的骄傲与自信以及对美的渴望与企盼。同时人们也懂得:获得一个完美的体型是非常高尚和不可或缺的。

理想的乳房美要有形体的美和健全的精神互为表现,高隆的、大小适度的、匀称的半球形乳房被认为是最具情感魅力和时代精神的。被美术家米洛所推崇的维纳斯女神像,就是因为拥有一对迷人的半球形乳房,而被后人赞为最理想的身材。

乳房角度是指乳房矢状断面上乳头至乳房基底与胸壁连接处的连线所成的夹角,不同形态的乳房表现出的乳房角度也不同,半球形乳房成直角;圆锥形乳房成锐角;圆盘形乳房成钝角。而黑种人多为梨形乳房,即圆锥形乳房;白种人为苹果形,即半球形乳房;黄种人则为圆盘形乳房。

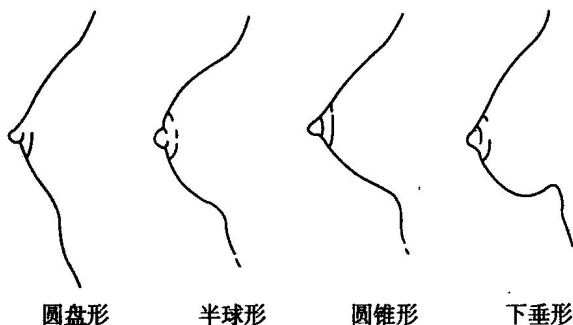


图 1-2 乳房形态示意图

### 三、不同人种间的乳房有何差异?

根据人类学博物馆的记载,乳房的形状能够透露出人类的种族信

息。面对黑人姑娘咄咄逼人的大乳房,你可能会感到惊讶。其实她们乳房最初也是圆锥体形的,但是分娩后为了哺乳背在背上的婴儿,她们的乳房被拉长了,使北非女性的胸脯享有“声誉”。亚洲女性的乳房是圆盘形乳房,富含乳腺。法国女性的乳房,差不多是半球形的,上面有点凹,下面有点凸。完全半球形乳房,除了在希腊雕塑中可见外,很少见。乳房的外形千姿百态。圆盘形或半个苹果形的乳房,有些凸出,受重力作用较小,持久保持美丽,直到衰老;梨形乳房,正相反,底部窄,并且凸出,是非常美丽的,但是昙花一现。此外,还有奶油圆球蛋糕形状,其乳晕上常有水肿。部分年轻女性的乳头,无立体感,扁平或因退化而嵌入乳晕。

除了形状外,乳房的良好姿态有赖于人的举止。青少年时期尤为关键。每位妈妈应该关注女儿的胸部情况并要求她们保持正确的挺直身姿。告诉她们,胸部必须保持直立挺拔才会有优美的体型。胸部在女性的一生中会有形态变化,不可能从头到尾完全一样。有些女性比起其他人受时间变化的影响要小些。当然,这里也有遗传因素。一般来说,多数女性的乳房与她母亲或祖母年轻时的乳房相似。幸运的女性,胸部高挺、细小,但这样的胸部的头号敌人是重力。重力作用可使维持乳房正常形态的悬韧带松弛,可导致乳房的下垂。

乳房形态可以反映出女性的种族性,欧洲女性 20 岁最漂亮,亚洲女性 40 岁最漂亮,非洲女性则更晚一些。

通常,被人们认可的完美乳房是饱满、结实、中等体积、皮肤光滑并绷紧、乳晕直径为 3~5 厘米、乳头不凹陷、乳房下部皱纹不明显。乳房一般定位在胸部上方偏高水平。根据形态学和种族类型,两侧乳房多少有点分开。中等身材的欧洲女性,两个乳头位于接近中臂的高度,相当于肩和肘连线中点水平,并且从胸骨窝出发,两边为 20 厘米的等边三角形,两侧对称。

乳房大小因人而异,无绝对的标准,欧美人种的乳房相对较大;发育好的比发育差的大;胖人皮下脂肪多,乳房也相应较大。在我国,南方人体型瘦小,乳房较小;北方人体型高大,乳房较肥大,以半月形突出体表,是女性体表外形标志。



## 第二节 认识乳房

### 一、乳房的外观构成有哪些？

乳房的中心部位是乳头。正常乳头呈筒状或圆锥状，两侧对称，表面呈粉红色或棕色。乳头直径为 0.8~1.5 厘米，其上有许多小孔，为输乳管开口。乳头周围皮肤色素沉着较深的环形区是乳晕，乳晕直径为 3~5 厘米，各年龄段其色泽也各异，青春期呈玫瑰红色，妊娠期、哺乳期色素沉着加深，呈深褐色且永不褪色。乳房部的皮肤在腺体周围较厚，在乳头、乳晕处较薄，有时甚至可透过皮肤看到皮下浅静脉，乳晕上又有些小突起——乳晕腺（分泌油脂、保护娇嫩的乳头和乳晕）。正常时乳头应突出于乳房并位于乳房的最高峰，也有先天性乳头内陷，它可进一步

4 细分为可复出和不可复出。可复出者一般不影响哺乳，而不可复出者则影响哺乳且易反复发生感染。日常生活中要注意乳头的清洁卫生，尽早纠正乳头内陷。乳晕的皮肤较薄，易受伤，日常应注意保护。乳晕皮脂腺阻塞可引起局部感染，表现为乳晕处出现肿大的颗粒样结节，伴有触痛、红肿甚至有脓头产生。

### 二、乳房的内部构成有哪些？

乳房内部结构是生理功能的主要组成部分，由腺体、导管、脂肪组织和纤维组织以及丰富的神经末梢、血管、淋巴网及结缔组织组成。其内部结构有如一棵倒着生长的小树。

乳房腺体由 15~20 个腺叶组成，是乳房生理功能的主要部分。每一腺叶分成若干个腺小叶，每一腺小叶又由 10~100 个腺泡组成。这些腺泡紧密地排列在小乳管周围，腺泡的开口位于小乳管，多个小乳管汇集成小叶间乳管，多个小叶间乳管再进一步汇集成一根包含整个腺叶的乳腺导管，又名输乳管。输乳管共有 15~20 根，以乳头为中心呈放射状排列，汇集于乳晕，开口于乳头，称为输乳孔。输乳管在乳头处较为狭窄，继之膨大为壶腹，称为输乳管窦，有储存乳汁的作用。乳腺导管开口处为复层鳞状上皮细胞，狭窄处为移行上皮，壶腹以下各级导管为双层

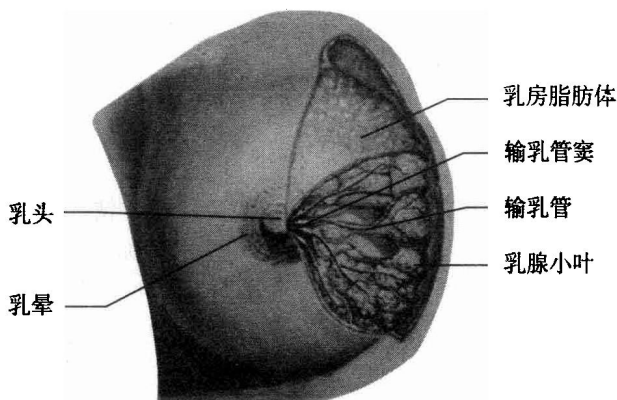


图 1-3 乳房内部构成

柱状上皮或单层柱状上皮，终末导管膨大为腺泡，无数的腺泡构成了腺小叶，也就是通常我们触到的青春期乳腺腺体结节，腺泡内衬立方上皮。认识乳房的内部结构最形象的方法就是将它比作一棵倒着生长的小树，树的“叶子”即乳腺小叶，沿着小导管系统的“树枝”引流合成乳汁，依次引流到 15~20 个大导管中，然后排空到乳头表面，乳头相当于“树干”，乳腺中，“树叶”和“树枝”之间的间隙，均充满结缔组织。这些组织起着支持作用，它们包绕树叶，嵌入树叶之间，形成的乳房悬韧带在深面连接于胸筋膜上，浅面连接于乳头及皮肤，起到了固定乳房作用。哺乳时间过长或哺乳期未注意保护乳房，可以使乳房悬韧带松弛而表现为双乳下垂。围绕在这些结缔组织周围的是乳腺泌乳部和皮肤之间的一层脂肪组织，乳腺深层是胸部肌肉，起着支撑乳腺的作用。

乳房内的脂肪组织呈囊状包于乳腺周围，形成一个半球形的整体，这层囊状的脂肪组织称为脂肪囊。脂肪囊的厚薄可因年龄、生育等原因而不同，个体差异很大。脂肪组织的多少是决定乳房大小的重要因素之一。不同年龄阶段其脂肪比例不同，青春期乳房主要以腺体组织为主，脂肪组织少许，仅起陪衬作用。随着年龄的增大，腺体组织逐渐萎缩，脂肪组织比例逐渐升高，在绝经后的乳房其主要成分是脂肪组织。所以说，脂肪组织也是维持乳房外形的重要部分。

乳房大部分位于胸大肌表面，其深面外侧位于前锯肌表面，内侧与



下方位于腹外斜肌与腹直肌筋膜表面。除上述结构外,乳房内还遍布着丰富的血管、淋巴管及神经,对乳腺起到营养作用及维持乳腺的新陈代谢作用。

### 三、乳房的解剖特点有哪些?

正常成年女性乳房的质量为 200~500 克。正常情况下,未经哺乳的女性两侧乳房不是完全等大的,但应两侧基本对称。在哺乳后,由于哺乳习惯不同两侧乳房的大小可出现明显的不同和不对称。乳房在体表的位置上为第 2~6 肋,其内侧在胸骨缘,外侧位于腋前线,腺体尾部指向腋窝前皱襞。

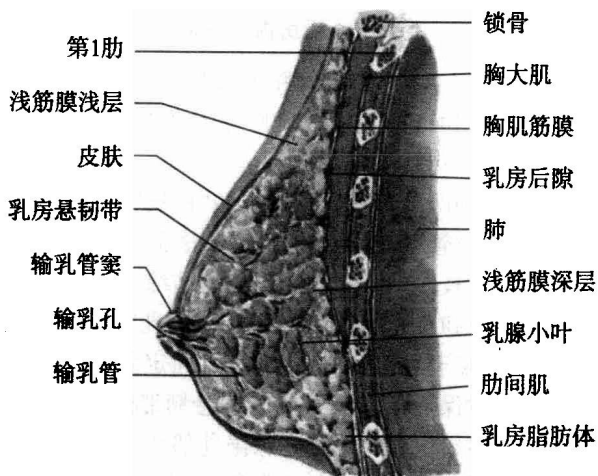


图 1-4 乳房解剖(纵切面)

乳房形态为半球形,其表面是皮肤,皮肤下面是脂肪组织,再下方才是乳房腺体组织。在腺体组织中又分为许多乳腺小叶,每个小叶中都有乳腺导管和腺体,它们是具有泌乳功能的单元。乳腺导管由乳腺深部向乳头的方向延伸并集中开口于乳头上。乳房小叶被很多纤维隔分开,这些纤维隔呈放射状分布。在腺体的后面是一层疏松的结缔组织,称为乳房后筋膜。它的存在是乳房在胸壁上可以上下移动的原因。乳房深层的组织是胸大肌。乳房皮肤表面中央是乳头和乳晕,其上有较多的色素

沉着。乳晕的大小因人而异,直径为 30~50 毫米。乳晕区的皮肤上有汗腺、皮脂腺和乳晕腺的开口,以及少量柔细的汗毛生长。乳头及乳晕内含有较多的环形及放射状的平滑肌纤维环绕在乳腺导管周围,并与皮肤的基底相连接。这些肌纤维还控制着乳腺导管、汗腺及皮脂腺开口的开放和闭合。当这些肌纤维收缩时,可引起乳头、乳晕部皮下的静脉阻塞、淤血,从而使乳头勃起。

#### 四、乳房的位置及血管、神经、淋巴

##### 1. 乳房的正常位置在哪里?

一般来说,未授乳的健康乳房,乳房组织以乳腺为主,脂肪较少,因此较紧绷而有弹性,外观呈半球形或圆锥状,双侧大小虽不完全相等但基本对称,乳头位于乳房正中偏下,凸出,约如花生米样大小,乳头周围有环形色素沉着。怀孕期间,女性的乳房会增大,随着泌乳细胞的增殖,导管系统的扩张,乳房质量会成倍增加,乳头及乳晕颜色会加深,血管更明显,所有这些变化都是乳房对女性孕期产生的各种激素的自然反应。然而,一旦乳头颜色加深将不会恢复到以前状况。伴随着年龄增加,机体内所有的组织开始失去弹性,乳房也不例外,它们开始下垂,并且在绝经期后,由于女性雌激素水平的降低,乳房腺体开始萎缩,乳房由此可能变得更小。绝经后乳房以脂肪组织为主。

乳房的解剖位置,位于两侧胸大肌的前方,成年女性的乳房一般位于胸前,多在第 2~6 肋之间的范围内,其内缘到胸骨旁,外缘达腋前线,大者也可到腋中线,乳房内 2/3 位于胸大肌表面,外侧 1/3 超过胸大肌边缘,在前锯肌的表面,乳房的下部,覆盖在腹直肌的腱膜表面,乳房外上部狭长的部分称为乳房尾叶,伸向腋窝。由于遗传、发育、年龄、营养状况及形体的个体差异,乳房的大小也有很大差异,乳头所处位置也略有不同。青春女性乳头一般位于第 4 肋或第 5 肋间水平,锁骨中线外 1 厘米;中年女性乳头位于第 6 肋间水平,锁骨中线外 1~2 厘米。

##### 2. 乳房的血液供应来自哪里?

1) 从胸骨方向来的(胸廓内动脉),约占乳房供血量的 60%。

2) 从胸部外上方来的(腋动脉、胸肩峰动脉、肩胛下动脉),约占乳房供血量的 30%。

