

获取世界优秀乳腺癌专家权威指导之必备读物

By the breast-health experts at
Mayo Clinic Cancer Center

梅奥 拯救乳房全书

乳腺癌抗癌权威指南

(美) 林恩·哈特曼 (美) 查尔斯·洛普利◎主编
沈松杰 王昕◎主译 孙强 王翔◎主审

THE MAYO CLINIC
BREAST CANCER
BOOK



中国抗癌协会乳腺癌
专业委员会主任委员

徐兵河 作序推荐

北京科学技术出版社

By the breast-health experts at Mayo Clinic Cancer Center

梅奥 拯救乳房全书

乳腺癌抗癌权威指南

The Mayo Clinic Breast Cancer Book

主编

〔美〕林恩·哈特曼 〔美〕查尔斯·洛普利

主译

中国

主译

主审

北京协和医院乳腺外科 孙 强

中国医学科学院肿瘤医院乳腺外科 王 翔

译者（以姓氏拼音为序）

北京协和医院乳腺外科

曹 希 陈 畅 李 炎 王常珺 王雪霏 姚 儒 赵佳琳

中国医学科学院肿瘤医院乳腺外科

刘嘉琦 王 杰 王文彦 王雪玮 邢泽宇 翟 洁 赵博慧



北京科学技术出版社

THE MAYO CLINIC BREAST CANCER BOOK

by The Breast-Health Experts At Mayo Clinic Cancer Center

© 2012 Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER)

Simplified Chinese translation copyright © (2016)

by Beijing Science and Technology Publishing Co., Ltd.

This edition published by arrangement with Da Capo Press, an imprint of Perseus Books, LLC, a subsidiary of Hachette Book Group, Inc., New York, New York, USA.

through Bardón-Chinese Media Agency

ALL RIGHTS RESERVED

著作权合同登记号 图字：01-2016-2458

图书在版编目 (CIP) 数据

梅奥拯救乳房全书：乳腺癌抗癌权威指南 / (美) 林恩·哈特曼, (美) 查尔斯·洛普利主编; 沈松杰, 王昕译. — 北京: 北京科学技术出版社, 2017. 1

ISBN 978-7-5304-8622-1

I. ①梅… II. ①林… ②查… ③沈… ④王… III. ①乳腺癌—防治—指南 IV. ①R737.9-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 225561 号

梅奥拯救乳房全书：乳腺癌抗癌权威指南

主 编: [美] 林恩·哈特曼 [美] 查尔斯·洛普利

策划编辑: 赵美蓉

责任校对: 贾 荣

责任印制: 李 茗

出 版 人: 曾庆宇

社 址: 北京西直门南大街 16 号

电话传真: 0086-10-66135495 (总编室)

0086-10-66161952 (发行部传真)

电子信箱: bjkj@bjkjpress.com

经 销: 新华书店

开 本: 720mm × 1000mm 1/16

印 张: 26

印 次: 2017 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5304-8622-1 /R · 2168

定 价: 69.00 元

主 译: 沈松杰 王 昕

责任编辑: 周 珊 黄维佳

封面设计: **MX** DESIGN
STUDIO

图文设计: 爻 同

出版发行: 北京科学技术出版社

邮政编码: 100035

0086-10-66113227 (发行部)

网 址: www.bkydw.cn

印 刷: 廊坊市海涛印刷有限公司

字 数: 438 千字

版 次: 2017 年 1 月第 1 版



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。

推荐序一

乳腺癌是女性常见的恶性肿瘤，发病率逐年升高，最新的全国肿瘤登记年报表明，乳腺癌高居我国女性恶性肿瘤发病率的第一位，发病率呈现明显上升趋势，每年递增约 4%，严重影响广大妇女的身心健康，甚至危及生命。

高发病率自然也将乳腺癌推上了研究热点的行列，近年来相关的基础和临床研究进展显著，治疗理念也从单一的手术治疗发展到外科、化疗、放疗、内分泌及靶向治疗相结合的综合治疗模式。影像学、病理学、分子病理学的进展能够使患者早筛查、早诊断、早治疗，明显改善生存率。随着循证医学的不断积累和精准医学概念的提出，乳腺癌的治疗逐渐从一刀切走向个体化，而技术进步的同时，对于患者的人文关怀也慢慢走进了医务工作者的视野。

美国梅奥医学中心 (Mayo Clinic) 创立于 1863 年，是全美规模最大、设备最先进的综合医疗机构。这家以医学教育和科研为基础建设起来的世界顶级医疗中心拥有最全面、最杰出的专业团队，在医学研究领域一直处于领跑者的地位，并且梅奥医学中心一直秉承“患者的需要为第一”的理念，重视与患者进行沟通，聆听患者的需求，在有效治疗的前提下，尽可能保证患者术后功能及外形，关心患者心理康复。《梅奥拯救乳房全书：乳腺癌抗癌权威指

南》(The Mayo Clinic Breast Cancer Book) 由梅奥医学中心专业团队编写,通过浅显的语言,简明而系统地介绍了乳腺癌的流行病学、疾病发展、诊断、病理、预防、治疗及生存。书中列举了诸多真实而感人的病例故事,为乳腺癌患者提供了最可靠的医疗信息,同时也为医护人员提供了翔实的建议。

本书由北京协和医院、中国医学科学院肿瘤医院的 14 名中青年乳腺科医师精心翻译,并经过国内乳腺癌治疗领域的领军人物孙强主任、王翔主任的仔细审阅,除了面对广大乳腺医务工作者之外,还可帮助患者及家属全面了解乳腺癌的相关诊治问题并通过实际案例的人文分析,使他们重新鼓起生活的勇气,值得一读。

本书的编译得到了国家癌症中心、中国抗癌协会乳腺癌专业委员会相关领导的关心和指导,以及北京乳腺病防治学会的大力支持,在此深表感谢!

中国抗癌协会乳腺癌专业委员会主任委员

北京乳腺病防治学会理事长

中国医学科学院肿瘤医院内科主任

徐兵河

推荐序二

医者看待生命，诚如《日内瓦宣言》所述：“对于人的生命，自其孕育之始，我将保持最高度的尊重。”而将对生命的尊重体现到细节之处的，Mayo Clinic（梅奥医学中心）可谓做到极致。去过梅奥的朋友都有一个深切体会，在这里，看不到白大褂，闻不到刺鼻的消毒水味，更体会不到冰冷的感受。从医生到工作人员，每个人都耐心而又温暖地倾听和回应。而医生在治疗时的团队协作能力更令人感到激动和振奋。梅奥“患者需求至上”的精神所表现的是关怀救助病患和解除疾苦的义务，是以科学研究和学以致用态度推进医学教育进步的愿望，更是将梅奥精神点燃的科学之烛传递并给予他人的希望。这样一种精神成为了梅奥持续努力、追求卓越源泉。也支持着它用 150 年的时间从一个乡间诊所发展成为美国排名第一的最佳医院。

2014~2015 年，是中国移动医疗井喷的年份，从公立三甲医院到私人医疗机构都在寻求如何给予患者更好的医疗体验。而梅奥就在 2015 年成立了中国转诊办公室，惠每·极致医疗成为了其落地中国的火种，将梅奥精神点燃的科学之烛传递给中国的患者、医务人员和医疗机构。

《梅奥拯救乳房全书：乳腺癌抗癌权威指南》其实也是梅奥精神传递的烛火，它以科学的态度、温和的口吻和真实的病例鼓励因乳腺癌而改变了生活的女性，更重要的是教给大众如何去看待疾

病和如何战斗。更体现了医生再教育和患者教育对于疾病防治的重要性，而这也正是我们致力于在中国推进的一项重要工作。

今年，我们已经帮助了很多中国患者到梅奥去接受更先进的治疗。我们把患者带到梅奥去，更要把梅奥的精神带到中国来，并且实现本土化。在 Mayo Clinic 的专业支持下，从医院管理、知识体系、患者教育和服务、科室共建、国际会诊等方面，帮助国内的医疗机构提升医疗质量和服务水平、帮助国内的医务人员提升专业能力、帮助国内患者获取疾病与治疗常识，让“梅奥精神”能够与中国医疗体制相生相融，真正服务于中国的广大患者，实现我们的初心：

“严肃对待医疗，温暖对待生命。”

惠每·极致医疗 创始人 /CEO

梅奥中国转诊办公室负责人

屈 伟

推荐序三

作为一名现已康复 8 年多，曾经是乳腺癌三期（T3N2M0）、HER2 阳性的患者，关注和阅读过多种关于乳腺癌防治的医学专著和科普读物。当读到《梅奥拯救乳房全书：乳腺癌抗癌权威指南》一书，很快被这部著作中作者亲切且娓娓道来的语气所触动。

纵览全书框架，它的内容囊括了认识及治疗乳腺癌知识的方方面面。它既给医护人员以全面、科学的理论与实践指导，又能很快帮助患者建立起对乳腺癌的认识，尤其是对自身病情个体特质的清醒认识。

阅读美国的防治乳腺癌的专著，这是第一本。在我治疗期间，我的主治大夫曾去美国交流学习 3 个月，我深切体会到他对我的医治明显带有该书所倡导的理念，让患者知晓病情，理解认可治疗方案，明白治疗的突破口及关键点，克服恐惧心理，医患双方积极配合支持，尽管因病情严重，治愈的可能性很小，在一次次化疗无效时，却也能重新燃起希望。事实证明，我们终于赢了。

这本书开宗明义，前言写道：这本书的目标是，你在更加知情的情况下与你的医生讨论治疗方式的选择，因此你可以综合你的健康情况做出最好的决定。这本书便是用来提供可靠且容易理解的信息来帮助你更好地理解你的疾病、根据身体情况作出适当决定以及处理好因肿瘤治疗带来的身心问题。读完此书，心悦诚服，的确如此，好的途径直指目标，使得抵达目的地的胜数成倍增长。

希望有更多人读到该书，拯救乳房，拯救心灵，拯救生命。

乳腺癌康复患者

周飞琴

原著前言

如果选择了这本书，那你可能像许多阅读过此书的女性一样，因乳腺癌而有所触动。如果你属于乳腺癌高风险人群，那么本书可以为您提供相关的诊断、治疗及预防乳腺癌的知识。

在如今信息丰富的时代，本书讲了些什么呢？它的内容包括在认识及治疗乳腺癌方面最准确、最可靠的知识，同时提供这些知识的来源。

本书通过实事求是地讲述许多女性成功战胜乳腺癌的故事而为广大女性带来了希望。当治愈可能性很小时，本书可提供重燃希望的相关指南及其他选择的优先次序。

本书每章都由梅奥医学中心的专家审核。我们试着为你提供一个平衡处置的方案——与梅奥医学中心的医生给他们患者的指导相似。但是，书中的信息不适用患者与医生一对一的关系。本书的宗旨是使你在更加知情的情况下与你的医生讨论治疗方式的选择，因此你可以结合自身的健康状况做出最好的决定。

谨以本书向那些非凡的女性，特别是向那些让我们更加了解乳腺癌的女性们致敬。

林恩·哈特曼(Lynn C. Hartmann) 医学博士
查尔斯·洛普利(Charles L. Loprinzi) 医学博士

目 录

第一部分 癌症基础.....1

第一章 当癌症来袭.....3

第二章 读懂恶性肿瘤.....9

什么是恶性肿瘤.....10

恶性肿瘤如何发生.....13

病因.....15

提高对恶性肿瘤的认知.....17

图谱.....25

癌症生物学.....25

癌症的发展.....26

乳腺癌的分期.....28

前哨淋巴结活检.....30

外科手术.....31

放射治疗.....31

化疗.....32

第五章 遗传性乳腺癌.....67

乳腺癌会遗传吗.....67

遗传突变的遗传.....71

遗传咨询与检测.....73

做出决策.....78

第六章 预防乳腺癌.....83

生活方式因素.....84

高风险女性.....91

未来的发展方向.....100

第七章 乳腺癌的最新筛查.....101

目前的争议.....102

筛查建议.....104

乳房自检.....105

临床乳腺检查.....109

乳腺钼靶.....109

新的检查方法.....114

第二部分 乳腺癌.....33

第三章 乳腺癌概要.....35

乳房.....37

乳腺癌.....37

乳腺癌的诱因.....41

乳腺癌的普遍性.....46

研究前沿.....48

第四章 乳腺癌风险评估.....53

何为风险，如何评估.....54

风险量化.....58

风险因素.....59

第八章 乳腺癌的诊断.....117

症状和体征.....118

病史.....118

体格检查.....119

影像学检查.....119

乳腺活检.....122

病理报告.....126

分期.....131

第九章 乳腺癌的癌前病变.....137

不典型增生.....138

小叶原位癌.....138

你的选择.....138

第十章 导管原位癌	141	随访	211
诊断	142	不确定性的处理	216
关键因素	142	第十五章 当乳腺癌复发时.....	219
治疗选择	143	复发类型	220
做出治疗选择	147	癌细胞如何播散	220
第十一章 浸润性乳腺癌的治疗	149	局部复发	222
治疗意见	150	区域复发	225
外科手术	150	远处转移性复发	227
放射治疗	158	第十六章 晚期乳腺癌的治疗..	229
辅助治疗	162	决定预后的因素	230
治疗选择	167	治疗的选择	231
临床试验	188	治疗监测	243
第十二章 乳房重建	189	局部治疗	244
即刻 vs. 延迟	189	治疗失效	246
不同方法	190	第十七章 卵巢癌	253
需要考虑的问题	194	卵巢	253
第十三章 乳腺癌的特殊情况..	197	卵巢癌是什么	255
局部进展期乳腺癌	197	卵巢癌发病率	256
易于罹患第二原发癌的女性	200	危险因素	256
双侧乳腺癌	201	预防卵巢癌	257
原发灶不明的恶性肿瘤	202	筛查方法	259
化生性乳腺癌	202	早期警示症状	263
淋巴瘤和肉瘤	203	卵巢癌的转移	264
佩吉特病	204	诊断与治疗	264
乳腺癌和妊娠	204	第十八章 子宫癌	269
男性乳腺癌	206	子宫	269
第十四章 乳腺癌的随访和监测	209	子宫癌概述	270
理解癌症的复发	210	危险因素	271
		可以进行预防吗	274
		危险信号	275
		子宫癌的诊断	275

确定癌症程度	270
治疗目标	280

第三部分 癌症确诊后的生活

283

第十九章 情绪调节和情感呵护	285
一次奇妙的旅行	285
一些建议	291
与家人交流	296
与孩子交流	297
与朋友交流	302

第二十章 治疗所致的不良反 应	303
--------------------------	-----

乏力感	303
恶心及食欲减退	305
脱发	309
上肢及肩关节活动受限	310
淋巴水肿	314
月经停止	316
性生活改变	321
骨质疏松	324
神经病变	326
关节痛	326
体重增加	327
认知改变	328

第二十一章 补充疗法	331
充分利用补充疗法	333
治疗方法	334
查询可靠信息	342

第二十二章 癌后生存	345
继续生活	346
注意身体健康	352
支援团队	356
公益活动	358

第二十三章 向支持治疗过渡 ..	359
接受你的现状	360
保持希望	361
当你与家人意见不一致时	362
控制症状和体征	363
临终关怀	369

第二十四章 写给乳腺癌患者的 伴侣	373
----------------------------	-----

如何处理爱人的诊断结果	374
如何提供帮助	376
相互交流沟通	381
保持性亲密	383
关注你自己	385
应对不可治愈的癌症	386
可利用的资源	388
成长的阶段	390

词汇表	391
-----------	-----



第一部分

癌症基础



第一章

当癌症来袭

当我不仅被叫回医院做乳房X线摄影，而且还做了超声检查时，我瞬间开始担心了。

玛丽·阿蒙森
乳腺癌患者

癌症尤如晴天霹雳。一提到癌症，似乎便意味着生命的终结。日常生活被打乱，感情变得苍白，注意力消失殆尽，曾经无比重要的事情也变得毫无意义。

海量的信息、数据、问题与考验如暴风骤雨般随之而来。也许需要的仅是一些温暖和庇护，但依然走不出这场暴风雨，需要不断的制订计划，做出决定，采取行动。

有时，很难知道从何开始，或者有求于谁。撰写本书为你提供真实可靠、言简意赅的咨询，帮助你更好地认识恶性肿瘤疾病，做出关于治疗的明智决策，更好地处理肿瘤治疗造成的身心后果。

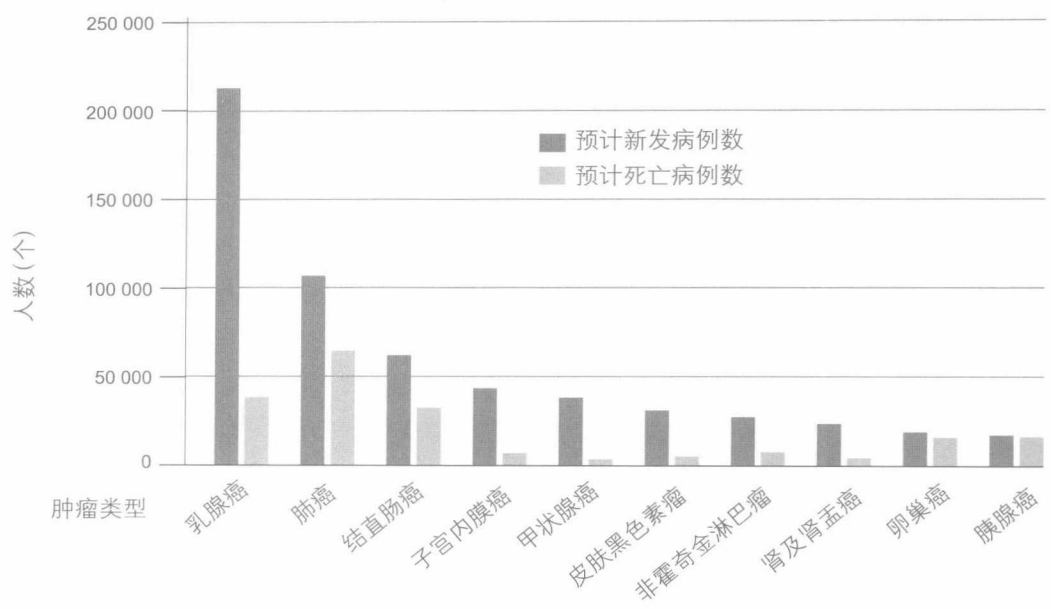
这本书主要针对最常见最严重的女性恶性肿瘤——乳腺癌。在美国，每年有超过 200 000 名女性被确诊乳腺癌。好消息是，随着在诊断及治疗方面科学研究的发展与进步，乳腺癌的死亡率逐渐降低。你还可以了解到关于女性的另外两种肿瘤：卵巢癌和子宫恶性肿瘤。此书谈及这两种肿瘤的原因是乳腺癌患者更易发生这两种肿瘤。

这本书分为三部分。第一部分讲述了恶性肿瘤的概况：什么是恶性肿瘤、它如何发生及扩散；第二



玛丽·阿蒙森(右侧第一位)
与她的女儿及丈夫

美国女性新发肿瘤排序



来源 American Cancer Society.Cancer Facts &Figures2012.Atlanta, Ga.: American Cancer Society,Inc.

部分着重于乳腺癌，这部分内容从乳腺癌的危险因素、预防、最新诊断治疗方式等各个方面进行了综合讨论；第三部分讨论了如何应对伴随恶性肿瘤治疗及生存而来的情绪、社会、精神及身体上的挑战。

这本书也包括了确诊乳腺癌女性的人物故事。她们讲述了当疾病降临时她

们的决定、做出的选择及现在的生活。

我们从玛丽的故事开始。玛丽·阿蒙森是一名注册护士及执业心理学家。玛丽不仅自己战胜了恶性肿瘤，她也目睹了很多其他女性在面临这个挑战时的恐惧、担心及勇气。玛丽通过分享自己的故事及提出的建议来告诉你，你并不是一个人在战斗。

玛丽的故事

我每年都会进行一次乳腺X线检查。尽管之前被叫回医院进行额外的检查，我觉得是因为放射科医师对工作十分负责，并不觉得特别紧张，因为我已经超过了50岁，即使没有家族史，患乳腺癌的风险也在增加。我的亲属没有人患过乳腺癌，但是我的女儿曾进行过卵巢癌治疗。因此，当我被告知不仅需要做乳腺X线检查，还安排了超声检查时，我的紧张不安开始猛增。

我的丈夫和我一起与放射科医师见了面，他支持我并与我一起倾听结果。医生解释了在我的乳腺X线片上发现了聚集性微小钙化点，建议我6个月后再进行一次乳腺X线检查。没有人甚至我自己都感觉不到乳房上有肿块，X线片也没有显示明显的肿块。但是我要一直等到肿块发生吗？问题是，矛盾的情绪与恐惧已经开始产生了。我们询问了第二种选择，第二位放射科医师告诉我们，现在微小钙化点在目前的X线片上明显存在，由于呈聚集性，暗示了癌症的可能。尽管我仍然可以选择6个月后进行第二次乳腺X线检查，但他建议我进行活检。那是第一次需要做选择。

恐惧和不确定

当面临这个选择时，我想到了作为一名护士及曾任乳腺癌支持小组的领导人这么多年的经历，曾经听说很多人等待很长

时间才决定活检并且因此无法得到足够信息做出明智的决定，这让我觉得需要迫切做个决定。突然感觉到我的生命再一次的失控。仅仅6年前，我的女儿在30岁时即被确诊为卵巢癌，那时我多么希望患病的是我而不是她。4年后，我的丈夫也因癌症进行了手术及放射治疗。我感觉我的家庭已经向“可怕的癌症”付出了太多，而令我愤怒的是我们可能会再次面对这种严峻的考验。放射科医师试着安慰我们，说大多数活检都是良性的，但是女儿跟丈夫的经历让我们惴惴不安。活检并不是紧急到需要当天就做决定，所以我有时间去获取相关信息、与专业人员进行交流，但是到现在我知道了我不想等6个月再进行一次乳腺X线检查。

恶性肿瘤的诊断可能带来不良情绪，并让人想起种种不良后果。尽管我清楚地知道有大量乳腺癌女性仍然活着，但还是忍不住去想那些因乳腺癌去世的人。

我甚至感到强烈的悲伤和内疚，我感觉因为自己让家庭再次陷入这种困境而悲伤内疚。我的女儿在两次手术及化疗后身体状态很好，我们每次都焦虑地等待丈夫的检查结果。这种感觉很熟悉，即使我知道自己这次肯定也能渡过难关，但心情还是非常沉重。

当我决定尽快进行活检时，又遇到了另一个选择。