



家庭护理与康复系列

总主编 单保恩

主编 张振亚 张伟 彭利

乳腺癌

JIATINGHULI YU KANGFUXILIE RUXIANAI



河北科学技术出版社

家庭护理与康复系列

乳腺癌

总主编 单保恩

主编 张振亚 张伟 彭利

RUXIANAI

河北科学技术出版社

总主编 单保恩
主 编 张振亚 张 伟 彭 利
副主编 薛文勇 刘洪杰 高淑清 焦俊芹
编 委 郝京生 高明秀 陈学谦 张雪娜 牛文博
杜秀敏 郭丽霞 马红献

图书在版编目 (C I P) 数据

乳腺癌/张振亚等主编. — 石家庄:河北科学技术出版社,2006

(家庭护理与康复系列/单保恩总主编)

ISBN 7-5375-3352-0

I. 乳... II. 张... III. ①乳腺癌 — 治疗②乳腺癌 — 护理 IV. R737.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 016121 号

家庭护理与康复系列

乳腺癌

总主编 单保恩

主 编 张振亚 张 伟 彭 利

出版发行 河北科学技术出版社

地 址 石家庄市友谊北大街 330 号(邮编:050061)

印 刷 昌黎太阳红彩印公司

经 销 新华书店

开 本 850 × 1168 1/32

印 张 6.5

字 数 158000

版 次 2006 年 8 月第 1 版

2006 年 8 月第 1 次印刷

印 数 4000

定 价 14.00 元

<http://www.hkpress.com.cn>

前言

乳腺疾病是妇女的常见病、多发病，特别是乳腺癌的发病率在近 10 年来处于持续和明显上升的状态，目前已跃居女性恶性肿瘤的第一位，严重威胁着广大妇女的身心健康。为了使广大群众用科学的态度认识乳腺癌，了解其防治的有关知识，提高乳腺癌的治疗水平，我们编写了这本书，献给我们的姐妹和家人，衷心希望她们走出癌症阴云的纷扰，让生命之花重新灿烂开放。

本书采用问答的形式，结合近年来国内外乳腺癌诊治的最新进展，比较全面地介绍了乳腺癌的发病原因、临床症状、相关检查、诊断与治疗、保健与预防以及康复与护理等方面的知识，旨在使广大患者对乳腺癌树立正确的观念，认识疾病的发展规律，保持良好的心态，积极配合治疗，早日痊愈。全书力求语言由浅入深，通俗易懂，内容丰富，希望奉献给读者一本具有较强科学性、实用性及可读性的科普读物。

由于水平有限，不足之处在所难免，欢迎广大读者批评指正。

编者
2006 年 7 月

基本知识

一、概念

1. 什么是肿瘤？肿瘤分为哪几类？ /3
2. 什么是癌症？它对人有什么危害？ /3
3. 为什么有人会得癌症？ /4
4. 乳房有哪些生理结构特点？ /5
5. 什么是乳腺癌转移？ /6
6. 癌症为什么会复发？ /8

二、一般常识

1. 乳腺疾病中的“癌”和“瘤”是一回事吗？ /9
2. 乳腺癌的发生与哪些因素有关？ /9
3. 乳腺癌的主要病因是什么？ /11
4. 乳腺癌好发于哪些年龄？ /11
5. 乳腺癌好发于哪些部位？ /12
6. 乳腺癌的发病率和死亡率怎样？ /12
7. 为什么老年人容易患癌症？ /13
8. 为什么近年肿瘤发病日趋年轻化？ /14
9. 特殊类型的乳腺癌有几种？ /14
10. 乳腺增生疾病是否都会癌变？ /16

11. 男性是否也会患乳腺癌? /17
12. 如何消除对乳腺癌的恐惧心理? /18

三、分类

1. 乳腺癌的分类依据是什么? 乳腺癌的常见分类包括哪些? /19
2. 什么是乳腺癌 TNM 分期? /19
3. 何为高分化、中分化与低分化? /20
4. 如何划分恶性肿瘤的程度? /21
5. 恶性肿瘤是如何划分早期、中期、晚期的?
/21

住院期间治疗与护理

一、就医常识

1. 到医院就诊如何挂号? /25
2. 如何办理入院手续? /26
3. 患者及陪护人员在住院期间应注意什么? /27
4. 看乳腺疾病就一定找女医生吗? /28

二、临床表现

1. 当乳腺出现哪些“信号”时我们应该去就医?
/28
2. 您了解乳腺的癌前病变吗? /31
3. 乳房病病史有哪些特殊性? /32
4. 经常有乳头溢液和乳腺癌有关系吗? /34
5. 医学常说的“酒窝征”和“橘皮样变”是指什么? /35
6. 同侧锁骨上窝发现质地较硬的肿物提示什么?
/36

7. 乳房疼痛一般有哪些原因? /36
8. 癌为什么会迅速扩散转移? /37

三、相关检查与诊断

1. 如何判别乳腺肿块的良恶性? 通常都有哪些检查方式? /38
2. 何时检查乳房是最佳时间? /40
3. 钼靶 X 射线检查是怎么回事? /41
4. 针吸细胞学检查是否会造成癌症的扩散和转移? /42
5. 乳腺的近红外线扫描能发现乳房恶性肿瘤吗? /42
6. 乳腺癌能早期发现吗? /43
7. 进行乳房体格检查应特别注意些什么? /44
8. 为什么说病理检查是诊断乳腺癌最重要的依据? /46
9. 乳腺肿瘤切除活检应注意哪些问题? /46
10. 乳腺前哨淋巴结活检有什么意义? /47
11. 晚期乳腺癌的诊断标准是什么? /48

四、手术治疗与护理

1. 乳腺癌可自行消失吗? /49
2. 乳腺癌有哪些治疗手段? /50
3. 乳腺癌手术的治疗方式有哪些? /51
4. 乳腺癌的手术适应证是什么? /53
5. 何谓“保乳手术”? 它的适应证是什么? /54
6. 乳房重建是怎么回事儿? /55
7. 乳腺癌患者为什么要进行内分泌治疗? /57
8. 三苯氧胺是什么药物? 如何使用? /58
9. 乳腺癌术后常见哪些并发症? /58

10. 肿瘤已切除，为何还转移？ /59
11. 癌转移，能手术切除吗？ /61
12. 乳腺癌手术前患者应做些什么？ /61
13. 为什么乳腺癌的手术不宜在月经期进行？
/62
14. 手术期间乳腺癌患者应选择何种饮食？ /63
15. 术后早日下床锻炼对患者有哪些益处？ /64
16. 乳腺癌患者手术时合并其他疾病应该怎么办？
/66
17. 如何对乳腺癌患者进行术后护理？ /67
18. 乳腺手术部位出现皮下积液是怎么回事？
/68
19. 乳腺癌术后为何不宜在患肢输液、测血压？
/68
20. 术后家属在医院陪床应注意什么？ /69
21. 癌症术后化疗的作用是什么？ /69
22. 哪些乳腺癌患者需要术后放射治疗？ /70

五、化疗与护理

1. 什么是化学治疗？ /71
2. 用化疗的患者都是晚期吗？ /72
3. 患者在化疗前要做些什么准备？ /72
4. 在化疗期间家属如何配合患者治疗？ /73
5. 乳腺癌患者在化疗期间有哪些注意事项？
/74
6. 乳腺癌患者常用化疗药物包括哪些？可以通过
哪些方式给药？ /75
7. 常见的化疗反应有哪些？ /76
8. 化疗为什么会致恶心、呕吐，怎么办？ /77

9. 为什么化疗药可致免疫功能低下，怎么办？
/79
10. 化疗期间腹泻说明什么问题？ /79
11. 化疗期间配合应用中药可以起到什么样的作用？ /81
12. 化疗对乳腺癌有哪些作用？ /82
13. 患者在什么情况下应该终止化疗？ /82
14. 化疗期间为什么要有一定的间歇？ /83
15. 化疗到底做多少个周期合适？ /84
16. 化疗导致的脱发还会再长吗？ /85
17. 化疗期间为什么要定期查肝、肾功能，血常规和心电图等？ /86
18. 在化疗过程中能否产生癌的转移？ /88
19. 注射化疗药物时如何保护周围血管？ /89
20. 乳腺癌患者如何自我减轻和消除化疗引起的身心不良反应？ /90

六、放疗与护理

1. 有人把放射治疗称为“烤电”，对不对？ /92
2. 什么是放射治疗？乳腺癌放疗有什么特点？
/93
3. 放疗前在胸部划的紫色印子有什么作用？放疗过程中如何保护它？ /94
4. 放疗前患者应做哪些准备和检查？ /95
5. 怎样进行放疗期间的皮肤护理？ /95
6. 如何对待放疗期间患者的疲乏反应？ /97
7. 患者出现放疗黏膜反应应该如何护理？ /97
8. 化疗同时或先后配合放疗比单一化疗可加重哪些不良反应，为什么？ /100

9. 放射线对正常组织有损害吗? /101
10. 白细胞和血小板降至什么程度要停止放疗?
/102
11. 如何进行放疗患者的饮食护理? /103
12. 乳腺癌患者来月经时能否做放疗? /103
13. 放疗有什么不良反应? /104
14. 放疗后的患者如何调养? /105

七、出院指导

1. 如何办理出院手续? /106
2. 肿瘤患者为什么要定期复查、及时随诊? /107
3. 乳腺癌患者出院后怎样复查? 它包括哪些内容?
/107
4. 患者和家属如何与医院保持联系? /108
5. 癌症患者应如何正确看待自己的疾病? /109
6. 年轻乳腺癌患者还能不能结婚? /110
7. 乳腺癌患者性生活应注意什么? /110
8. 乳腺癌患者痊愈后还能怀孕、喂奶吗? /111
9. 乳腺癌患者还能参加正常工作吗? /112

家庭护理与康复

一、病情观察

1. 目前有可以早期发现乳腺癌转移的方法吗?
/117
2. 如何警惕乳腺癌术后骨转移的发生? /118
3. 乳腺癌患者出现骨转移后应怎样处理? /119
4. 乳腺癌术后如何预防和处理上肢淋巴水肿?
/119

5. 肿瘤患者的情绪好坏为什么那么重要? /120

6. 乳腺癌复发和转移有哪些征象? /121

二、生活护理

1. 出院后的乳腺癌患者需要哪些方面的照顾?

/122

2. 如何为出院患者创造良好的康复环境? /124

3. 家庭护理应注意哪几方面的问题? /125

4. 家人如何对合并疼痛的乳腺癌患者进行家庭护理? /126

5. 晚期乳腺癌止痛有何良方? /128

6. 乳腺癌会不会传染? /129

7. 乳腺癌患者化疗期间的自我护理包括哪些内容?

/129

三、饮食调养

1. 乳腺癌患者的营养要求有哪些? /131

2. 为何说乳腺癌患者宜少吃高脂肪食物? /132

3. 乳腺癌患者是否需要忌口? /133

4. 哪些蔬菜具有抗癌防癌作用? /134

5. 如何安排乳腺癌患者的饮食? /136

6. 放疗、化疗期间为何鼓励患者多饮水? /137

7. 乳腺癌治疗期间的患者怎样增加食欲? /139

8. 乳腺癌患者的饮食宜忌有哪些? /140

9. 怎样烹调利于防癌? /141

10. 乳腺癌治疗期间进补应注意什么? /142

11. 怎样判断自己的营养状况? /143

12. 如何利用饮食预防癌症? /145

13. 哪些微量元素有利于肿瘤的防治? /146

四、心理护理

1. 什么是癌症患者的心理治疗? /148
2. 对诊断为乳腺癌的患者需要保密吗? /149
3. 如何对乳腺癌患者进行心理安抚? /150
4. 家属如何对肿瘤患者的治疗起支持作用?
/153
5. 如何正确疏导乳腺癌患者术前焦躁或抑郁的情绪? /153
6. 术后患者如何消除抑郁、自卑心理? /154
7. 怎样进行晚期乳腺癌患者的心理护理? /155
8. 哪些活动可以促进患者的心理康复? /157
9. 癌症患者如何运用音乐疗法? /157
10. 休闲度假对治疗癌症有什么益处? /158
11. 如何进行乳腺癌复发后患者的精神护理?
/159
12. 不良情绪对癌症有什么影响? /161
13. 乳腺癌患者怎样调整好心态? /163
14. 什么是集体心理疗法? /164

五、功能康复

1. 什么是癌症康复? 有什么重要性? /165
2. 癌症康复期应注意哪 10 个方面的问题? /166
3. 康复期的乳腺癌患者有什么问题? /168
4. 癌症康复中哪些时期是最佳消灭癌细胞时间?
/170
5. 乳腺癌患者术后为什么需要功能康复锻炼?
/171
6. 乳腺癌患者患肢康复锻炼包括哪些内容?
/172

7. 乳腺癌患者康复锻炼应遵循哪些原则? /174
8. 乳腺癌患者康复锻炼可分为哪3个阶段?
/174
9. 乳腺癌患者康复锻炼还应注意什么? /175
10. 切除乳腺后如何正确佩戴义乳? /176
11. 乳腺癌患者能不能进行体育锻炼? /176

六、预防与预后

1. 什么是肿瘤的“三级预防”? /178
2. 如何学会乳腺的自我检查? /180
3. 定期普查对预防乳腺癌发生有什么作用?
/181
4. 什么是乳腺癌防癌普查? /182
5. 怎样进行乳腺癌防癌普查? /183
6. 预防乳腺癌应从哪些方面做起? /184
7. 国际上公认的饮食防乳腺癌“十要”指什么?
/186
8. 心理健康与防癌有关系吗? /186
9. 日常生活中怎样防癌? /188
10. 乳腺癌转移了就没治了吗? /190
11. 医生常说的5年生存率是怎么回事? /192
12. 乳腺癌患者能长寿吗? /192

参考文献 /194

基本知识



一、概念

1 什么是肿瘤？肿瘤分为哪几类？

肿瘤，尤其是恶性肿瘤，是严重影响人类健康、威胁人类生命的疾病之一。然而，要对肿瘤下一个简单而明确的定义并不容易，临床上一般将它定义为：在各种内外因素长期作用下，机体正常细胞异常分化并呈现失控性、相对无限制性、不协调性增殖趋势而形成的不正常的组织团块。肿瘤的种类繁多，目前知道的类型已达300多种。根据肿瘤的生物特性及其对身体危害性的不同，一般将肿瘤分为良性和恶性两类。另外，肿瘤细胞的转移和复发特性也是判断肿瘤性质的重要依据，一般来说，恶性肿瘤分化比较差，转移、复发率也较良性肿瘤高。

2 什么是癌症？它对人有什么危害？

癌症是所有恶性肿瘤的总称，它主要由来源于上皮组织的“癌”和来源于间叶组织的“肉瘤”组成。

通常情况下，良性肿瘤大多数可被完整切除而不复发，能完全被治愈，对身体的影响较小。但有些发生在某些重要脏器的良性肿瘤（如颅腔内的脑膜瘤、心脏的间皮瘤等）也会造成严重的后果，甚至猝死。另外，肿瘤的良恶性不是一成不变的，良性肿瘤如果长期得不到正确治疗，有的也会转变为恶性。

恶性肿瘤细胞的结构和功能与相应的正常细胞有较大差异，形态怪异，功能减退、增强或丧失。肿瘤的生长速度快，常常侵入周围的正常组织，分界不清。瘤细胞很容易从瘤体上脱落下来，通过淋巴管、血管和其他腔道运行到他处形成新的转移肿瘤。恶性肿瘤的无限制生长除了引起阻塞和压迫症状外，还可能合并出血、坏死、发热等。不少恶性肿瘤患者，尤其在晚期可极度消瘦，称为恶病质。恶性肿瘤呈浸润性生长，难以完全切除，术后容易复发，而且肿瘤常常转移到局部淋巴结或向全身播散，难以彻底治愈，最终往往导致患者走向死亡。

3 为什么有人会得癌症？

一个成人身体大约由近一千万亿个细胞组成。细胞的种类非常多，可是个个都是有序地存在着，它们之间既有分工，又有合作，工作起来循规蹈矩，所以，把人体比做一个“细胞国家”，那是再形象不过的了。“细胞国家”有时会出现一些不安定分子，尤其是一些新生的幼稚细胞，在某些因素的作用下，细胞丧失原有的形态结构和功能，无秩序地分裂和增殖，过度增长，形成肿块。这些不安定的分子就是癌细胞。经过科学家们一百多年的研究，认为病毒、真菌、射线、化学致癌剂等是细胞癌变的作俑者。人体细胞的代谢可使它们变为容易排泄的废物，被排出体外，但也可在酶的生物转化作用下，使它们变成能直接引起细胞遗传物质 DNA 突变的最终致癌物。这仅是癌形成过程的第一阶段，只需几秒钟至几小时。第二阶段，最终致癌物质作用于细