

妇女乳房疾病讲话

李家忠



科学普及出版社

婦女乳房疾病講話

李 家 忠

本書提要

妇女的乳房是一个很重要的器官，又很容易發生疾病，而乳房腫瘤更是危害妇女最严重的疾病。一般妇女对于这种疾病的严重危害性往往認識不足，不加注意，造成对妇女健康最大的損害。本書詳細闡明这种疾病的發生和預防方法，使妇女徹底了解乳房疾病的严重危害，提高警惕，積極进行預防和治疗，借以保証妇女的健康。

总号：614

妇女乳房疾病講話

著者：李 家 忠

責任編輯：藍 思 聰

出版者：科学普及出版社

(北京市西便門外勝家廟)

北京市書刊出版業登記證出字第091号

發行者：新 華 書 店

印刷者：北京市印刷一

(北京市西便門南大街乙1号)

开本：787 × 1092 毫米 印張：12

1958年2月第1版 字數：13,800

1958年2月第1次印刷 印數：21,300

統一書号：14051·42

定 价：(9)1角1分

618.
L32

目 次

第一講 妇女乳房疾病的危害	1
第二講 乳房的生理	3
第三講 青春期乳房的变化	7
第四講 妊娠期和分娩期乳房的变化	9
第五講 喂奶期乳房的常見疾病	9
第六講 乳房腫瘤	14
第七講 得了乳腺病怎么办	19
第八講 早期發現和早期治疗的好处	20

第一講 妇女乳房疾病的危害

妇女的乳房是一个很重要的器官，对于妇女的健康和生育来说，是有很大的意义的。长期以来，由于旧社会遗留下来的一些封建制度的影响，使妇女们对于乳房产生了一些不正确的看法，有很多妇女，一谈到乳房就不好意思；乳房有了疾病，也不愿意找医生看，除非病的很厉害才去看。要知道乳房（医学上叫做乳腺）是人体的主要组成部分之一，乳房的任何疾病都能影响到全身，如果乳房有了疾病不去管它，将来一定会严重地影响健康。

在封建反动统治的年代里，妇女们的身体受到很大的摧残（如束胸、缠脚），健康水平远远落后于男子，不但不能参加社会工作，有时连比较繁重的家务劳动也负担不了。解放以后，党和政府对于妇女健康特别关怀，规定了许多具体条例和措施来保证妇女们的健康，从根本上改变了过去不重视妇女健康的情况，使妇女健康水平迅速提高。各阶层妇女都参加了各项建设工作，取得了优越的成绩。毫无疑问，参加这些工作都需要有强健的身体才能担负得了。而危害妇女身体健康的乳房疾病，尚未被一般妇女所重视，有必要在这里特别提出。这不但是因为乳房在妇女身体上占着比较重要的地位，另一方面也是因为乳房是比较容易生病的器官，尤其是已婚的青年妇女，乳房疾病是常常会碰到的。这一部分青年妇女，正是身强体壮，劳动力最强的时候，她们若因病不能工作，一定会给生产带来损失；如果能够预防乳房疾病的发生，就可以提高我们的生产力。因此，对乳房的生理和病理知识，妇女们学习一下，

是非常必要的。

1. 成年的妇女，乳房發育必須正常，否則体格不能称为健康。

2. 乳房是血管、神經最丰富的器官之一，如果發生疾病，最易向他处扩散，变成全身性的疾病。例如乳房發炎，往往会引起發高燒、头痛、不能飲食、大便不通等症狀，很快地能使人的健康受到很大的損害。有些人認為乳房疾病并不是什么了不起的大病，不治也会好的，就听之任之，这种想法是很錯誤的。就拿常見的奶瘡來說吧，如果不及时治疗，小則能破坏乳房分泌的功能，不能喂奶；大則也可能有生命的危險。这不但关系着母亲的健康，就是对于第二代也有很大的影响。母亲的奶是最理想的嬰兒食品，是任何其他动物的奶所不能代替的。如果在生小孩以前就丧失了喂奶的能力，这对于小孩来说是無比的損失。目前牛奶的普遍供应还是有相当困难的，不但價錢較貴，而且它的营养价值也是远远不及人奶的。

3. 乳房是容易發生瘤子的地方。有些人对奶瘤很不在乎，开始时認為它不痛也不痒，没有什么关系，往往不去找医生檢查，这是很錯誤的。奶瘤实际上是最危險的疾病之一。奶瘤中有一种惡性疾病，叫做“乳腺癌”。生乳腺癌的人是不不少的。乳腺癌与子宮頸癌是危害妇女最大的两种疾病。妇女因乳房腫瘤而就診的，乳腺癌約占 50—80%，死亡率也比較大。可惜的是大家对于这种疾病的严重性还認識不够，甚至于还不如生奶瘡那么重視。难道說这种威胁妇女生命的疾病不应当引起大家的特別注意嗎？在这里必須說明的是乳腺癌虽然是惡性疾病，却并非不治之症，只要能够認識到这种疾病的危害性，特別注意，早期診斷，早期治疗，那就很容易治好。这对于保証健康，是有很大意义的。

第二講 乳房的生理

生理就是人体内部活动的情况和机体發展的規律。例如心臟是怎样工作的；脉搏每分鐘跳多少次，在什么情況下就跳快了；食物是怎样被利用来維持生命的；睡眠对人來說起些什么作用，不睡覺或失眠对于人体有什么害处等等。这些都叫做生理現象。这种現象虽然是复杂的，只要对它有了初步的了解以后，对于保持身体健康來說，是很有用处的。

本書所要介紹的只是生理的一部分，就是乳房生理常識。

一談到乳房，大家都知道是妇女們的乳房，一般是很發達的；其实男人也有乳房，只是在早期就退化了。發育成熟的妇女的乳房是一对像拳头大的富有彈性的組織，在胸的上部（圖1）。未婚少女的乳房外形是半球形，彈性很大。已經生育喂过小孩的妇女，乳房就变为松软，多少有些下垂。两个乳房的形狀是相同的，但大小常常不一样，可能一大一小。



圖1 成年人的乳房。

在乳房中央部位有奶头，圓形突起，顏色褐紅；外圍是赤色的圓圈，叫做‘乳暈’。生过小孩以后，乳暈和奶头的顏色逐漸变为深紫色。

正常奶头是向外突出的。但有些人的奶头短，或者凹陷到皮的下層去（圖2）。凡是这种奶头都不适宜于喂奶。因为小孩吮奶时吸不出奶，就要用力吮，或者咬奶头，再加上这里的

皮膚特別脆弱，很容易將皮膚咬破，感染病菌。所以奶頭發育不正常的婦女，必須在生小孩以前設法矯正。

奶頭輕度下陷的，可以用手每天向外擠幾次，時間久了，就能擠出，這樣，就可以正常地喂奶。下陷深的需要找醫生檢查，必要時作成型手術把它矯正過來。

奶頭的畸形經常會見到。據估計，有1%的婦女有兩個以上的奶頭。這種多余奶頭的發生部位，是由腋下經過正常奶頭到大腿根（醫學上叫鼠蹊部）的一條線上，多的可以有三、四對（圖3）。這種額外的奶頭，有時僅僅是一塊顏色較深的皮



圖2 乳頭凹陷。



圖3 額外乳頭及乳腺發生的部位。

膚，並不向外隆起，也沒有乳暈；也有的像正常奶頭一樣向外突出，并有乳暈。這種額外奶頭有的和正常的乳腺組織毫無關係，也有的和乳腺組織相連接，喂奶時也有奶汁流出來。這種額外奶頭最常見的地方，一般在正常乳暈附近。也有人有三個完整的乳房，但一般比較少見。有的時候兩個乳房的發育也不一定平均，一個很正常，而另一個完全萎縮，也不分泌奶汁。也有的乳房由於發展不平均，外形也不一样。有的乳腺組織向

外側伸展到腋下，以致該處也突起，如不仔細檢查，會錯誤地當做腫瘤看待。不過有時真正的腫瘤也可能從這些異常的組織中發生。

從奶頭上仔細一看，可以看到有許多小圓洞，那就是乳腺分泌管的開口，奶汁就從這裡分泌出來。所以經常要注意保持奶頭的清潔，不要使髒東西跑進去，否則對於小孩就不利；同時如果這些小洞被東西堵住了，也能引起奶脹、化膿等不良後果。



圖 4 乳暈內的特殊皮脂腺。

乳暈的皮下組織內含有很多較大的皮脂腺（圖 4），能分泌液體，以保持奶頭的潤滑。平常在乳暈部分的皮膚表面比較粗糙，就是由於有這些皮脂腺的緣故。這地方容易被細菌侵入，引起發炎。有時候在生乳腺癌時，乳暈處同時發生皮疹，經常發癢，不容易好。如果有以上現象時，應當早些去找醫生。

乳房是由脂肪和多數腺體所組成的；血管、神經及淋巴管都非常豐富，是一個感覺非常靈敏的器官。分泌奶汁的腺體一般排成 15—20 個分泌單位，最後有一導管通向奶頭，奶汁就由這裡向外排出來。正常的奶組織用手摸上去是柔軟的，富有彈性和高低不平的感覺。這種高低不平感覺，就是乳腺體的組織（圖 5）。

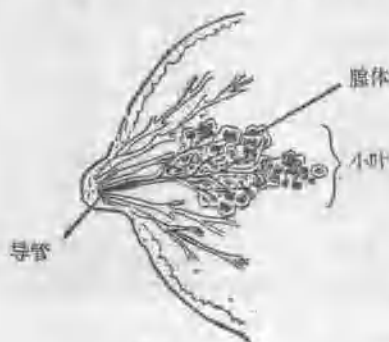


圖 5 乳房解剖。

乳腺的組織和功能受着內分泌的調節，按年齡不同，有一定規律的變化。兒童期奶組織處於靜止的原始狀態；青春期的開始增大；成熟期進入發育高峰；更年期開始萎縮。這一系列的變化受着內分泌的影響，對於疾病的發生也有一定的關係。例如有些乳房疾病，如慢性囊性乳腺病，在妊娠或喂奶期間，病狀可能減輕或者痊癒。另外乳腺癌和良性腺瘤，在喂奶期間則相反地生長加快，臨床症狀惡化。這些例子，都可以說明內分泌對於乳房疾病的影響。

現在為了帮助大家了解乳房疾病的情況，下面簡單地介紹從初生兒到青春期的乳房發展過程。

胎兒時期乳腺就開始生長了，胎兒生下以後，乳腺仍在不斷地發展着，一般經過4—8個月以後，它就停止了發展，處於靜止的狀態，要到青春期的時候才又開始第二階段的發展。因為婦女的乳房有這種特殊的生長和變化，也就是說，在兒童時期，乳房的發展與身體其他器官是有所不同的，它是按着不同的步調來發展；有的階段發展，有的階段靜止，有的階段退化，不是像身體其他部分那樣，由小到大，按一般速度增長的。我們可以从以下生理解剖方面說明這個問題：當嬰兒出生以後的第二個星期內，乳腺就開始增大，生理活動增加，在很多新生兒胸部可以摸到有好幾厘米大的乳房，並且從第三、四天開始就分泌像奶汁樣的分泌物，約1—3星期之久。這時乳腺分泌系統的組織，如分泌奶汁的腺體，輸送奶汁的導管，都增生和擴大，並含有分泌物，中間組織也有充血現象。在4—8個月以後，乳腺組織開始萎縮，管腔變小，腺細胞收縮，變成靜止狀態。在青春期的這一階段內，乳房是不容易得病的，但是也可能發生。有時擴大的乳腺管中，因所含的乳樣分泌物受感染而發生“嬰兒乳腺炎”，症狀也和成年人乳腺炎一樣，有發燒、

紅、腫、熱、疼等。小孩抵抗力低，後果較成年人更為嚴重，因此治療必須及時。

第三講 青春期的乳房變化

我們知道，婦女到了青春期就開始有月經，同時乳房也開始增大，這是由於內分泌激素所引起的，主要內分泌器官為腦垂體、卵巢和腎上腺。由於激素的刺激作用，乳房組織，包括脂肪組織及腺體組織開始增多肥大，成為女性主要的第二性征之一。第二個變化是與月經同時，乳房也有周期性變化；當月經來時，乳房有脹大的感覺，有時少量分泌物由奶頭流出，有時甚至於可能有血性分泌物流出。月經過後，又恢復正常狀態。所以月經期內，如遇有上述變化，是一種正常情況，不必害怕。但是應注意是否有腫瘤的存在，因為乳房內腫瘤也同樣有血性分泌物。有時由於內分泌關係，乳房發展特別大，成為乳房肥大症^①，即須加以治療。不過這種情況是很少見的。

青春期的婦女的乳房會慢慢地增大起來，高高地隆起在胸前，這是表示少女到了青春期的正常而健康的發育現象，也就是男女的分別更加顯明了。這時對乳房應加以保護；例如用奶罩來支持和保護乳房是很好的辦法。奶罩的功用，在於它能支持乳房，使它保持原有外形，尤其是在運動或勞動時不至於震動或受傷。另一方面，生過小孩的婦女的乳房多數鬆軟下垂，當天氣熱時，乳房底下的皮膚常常由於出汗而發生皮膚炎、濕疹，不僅不舒服，有時還會感到痛苦。利用奶罩就可以防止這些情況的發生，並且舒適美觀。青春發育期後的婦女要時常洗

① 乳房肥大症，是由於乳腺組織對內分泌過度反應的結果，一側或兩側過度肥大，超出正常範圍，以至於妨礙行動。

澡，以保持乳房清潔，避免發生感染。

有些人對於逐漸增大起來的乳房感到不安和害羞，用各種方法把乳房包扎起來，就是舊社會的所謂“束胸”，這對婦女是非常有害的。現在就分別地來談一談束胸的危害：

1. 乳房的發展，主要是從青春期的開始到性成熟期為止，這一階段大約是3—6年，相當於少女12—18歲之間。在這個時期如果使乳房受到束縛，乳房組織很可能變成永久性萎縮，而喪失了分泌的功能，將來生小孩時也不能喂奶。前面說過母乳是嬰兒最寶貴的食糧，沒有任何食品可以完全代替它，所以乳房萎縮後不但損害母親的健康，對子女來說更是無比的損失。這些封建時代遺留下來的殘余影響，我們一定要掃除乾淨！

2. 束胸妨礙胸部運動。我們知道正常的呼吸，大部分是靠胸廓節律性的擴張運動來進行的。束胸就會妨礙這種運動，間接地使呼吸不得舒暢，就可能引起貧血、肺循環不好、發育不良等後果。

3. 青春期的不但是乳房發育的重要時期，而且身體其他部分也同樣在發育階段。束胸既限制了乳房的發育，同時也妨礙了胸部發育，很容易形成胸部畸形，往往造成終身的不幸。

4. 束胸給少女造成不健康的思想，錯誤地認為乳房是神秘的器官，產生對乳房很不正確的看法，因而生了病，也不願去醫院治療，結果造成身體上的嚴重損害，遭受不應有的損失。

我們經常見到，本來發育很正常的少女，由於束胸的關係，弄得面黃肌瘦。所以束胸是封建統治時代對婦女的枷鎖，我們應當堅決地反對，並對現在還在束胸的人進行適當的教育，使大家了解其危害性。束胸、纏腳是舊社會留下來的兩大遺毒，對婦女健康影響很大，我們一定要努力把牠鏟除掉。

第四講 妊娠期和分娩期乳房的变化

妇女在妊娠和分娩时期，乳房会发生显著的变化。在最初几个星期內，孕妇常常觉得乳房膨胀和受刺激。由第二个月开始，乳房就很快地增大，按摩上去有结节样的感觉，这是由于分泌腺体增生肥大的缘故，同时在皮下还出现扩张的青色血管。

乳头部分会发生以下的一些变化，如增大，色素沉淀增加，颜色变为深紫或黑色，很容易勃起。在最初几个月以内，用手压迫乳房，有一种淡黄色稀薄液体流出来，这种液体在医学上叫做“初乳”。乳晕也变大变黑；乳晕内那些特殊的皮脂腺就更加肥大突出了。在乳房增大的同时，乳房周围的皮肤上可以出现很多条纹。在小孩娩出后的头一两天，乳房的情况没有大的变化，这时乳房仅分泌少量的初乳，还不是正规的奶汁。这种初乳里边含有一定数量的母体内的免疫体，对小孩来说是很重要的，所以初乳不能随便挤掉，应当喂给婴儿吃。

在产后的第三或第四天，乳房忽然增大、发硬，并且有些疼痛，这就表示已经开始分泌奶汁了。如用手压迫乳房时，就有少量青白色奶汁排出来。有的母亲在这时感到轻度头疼、疲倦、乳房内跳痛；这种疼痛甚至能放射到腋下，而且脉搏加快。在少数情况下，可以发生低烧。以上这些情形都是生理性的，很快地就会恢复。如果是发烧持久不退，大多数是乳房化脓了，应当去医生处检查和治疗。

第五講 喂奶期乳房的常见疾病

喂奶期间乳房的变化很多，同时也是比较容易得病的时间。因为喂奶期是乳房生理变化的最高潮，每天分泌着大量的

奶汁来营养嬰兒。这种分泌功能，是受着复杂的內分泌系統控制着的。参加这一功能的內分泌，有腦下垂体前叶激素，卵巢的求偶素及黄体素等。如果这些激素因受精神影响或其他刺激而發生任何改变时，都能使乳房的分泌發生变化，或减少、或增多。另一方面喂奶期間的乳房血管特別丰富，再加以嬰兒的日常吸吮，感染机会就多了。所以在这个期間应当好好地注意清潔衛生，对于各种常見的疾病加以預防，既可以保持乳房的健康，又可以免去許多痛苦。

以下就談一下喂奶期間常見的变化和疾病：

1. 喂奶期乳房的变化 在产后三、四天乳房会变得相当緊張，并且可能有疼痛，甚至使产妇以为是生了奶瘡。但这种緊張及疼痛随着奶汁的排出，一般地就消失了。奶汁的多少当然因人的體質、营养和健康情况等有所不同，有的人多，有的人少；而且同一个人，也可能一个乳房的奶汁多，另一个乳房的奶汁少。在喂奶期間，乳腺小叶直接分泌着大量奶汁；乳腺导管一方面担任着輸送的任务，另一方面还担任着貯藏的任务。在喂奶高潮时，貯存的奶汁可占乳房总体積的五分之一到三分之一。有的人乳房部分組織在妊娠期間仍不增大，所以在喂奶期內，奶汁分泌得很少，这样，就形成了“少奶症”。

2. 奶脹 在开始喂奶的24—48小时以內，常常會發生奶脹的厉害，摸上去有硬的腫塊，有脹疼及压疼，甚至还可能有些發燒。一般人都認為是奶汁太多了，排泄不出来所引起的，想办法用吸奶器向外吸奶汁，結果越吸越疼。其实这并不是奶汁排不出来，而是由于乳腺內靜脉血液和淋巴液大量的增加，并淤积起来的緣故。这是在初次喂奶时常有的現象，不是什么严重的病症。一般用合适的奶罩或者支持帶將奶吊起，局部再用冷敷（冷水或冰袋均可），还可以吃些止疼药，如阿司匹林

等，很快就可以好起来。若是疼的厉害，或者短期内不能好的，那就可能有感染，应当去找医生。中医对于奶胀用炒谷芽、炒麦芽、炒六神各五錢用水煎服，效果很好。

3. 奶瘡 医学上叫做“發炎”。产后乳腺發炎，是一种常见的疾病，尤其是初产妇更容易得这种病。乳腺炎的發生多数在产后的第3—6个星期以后，很少在一星期以内發病的。开始时，常常發冷，接着發高烧、心跳快、乳房紅腫，有剧烈的疼痛。患病那一側的腋下淋巴腺也腫大、疼痛。以后患部腫脹更加显著，出現膿疱。这种膿疱可能在一个奶中同时發生好几个。膿液能自發地向外穿破，有个別患者膿液穿入乳管，自奶头流膿，經久不愈，造成很大的痛苦。重的可以致命，輕的也往往牺牲了乳房分泌的功能。

奶瘡發生的原因，是因为有細菌进入乳房。当奶头有裂伤时，細菌就很容易跑进去，当然也可以由血液感染，但这是比較少見的。奶头部的皮膚比別处嬌嫩，尤其是初产妇更容易受伤，所以給細菌侵入造成机会。因此，要避免發生奶瘡，最好的办法是預防。

預防乳房發炎最好的办法，是由妊娠开始时起就好好地注意保护乳房。若是乳房和奶头發育正常，在妊娠期間应保持奶头清潔，每天用溫水和無刺激肥皂洗一次，洗完後戴上合适而干净的奶罩。衣服不要太紧，以免压迫乳房。虽然有人主張在奶头上搽一些軟膏及凡士林之类的东西，但一般是用不着的。

在小孩生出以后，每次喂奶前后要用2% 硼酸水，或70% 酒精，或溫开水把奶头洗干淨。这样可以把干結在奶头上的奶皮洗去，因为这种干涸的奶汁刺激性很大，能使奶头發炎。在喂奶的头几个星期中，一定要注意喂奶时奶头是否疼痛，并且要保持喂奶时的正确姿式，因为不管是母亲或者嬰兒，喂奶的

姿式不正确时，也能使乳头受到损伤。如果喂奶时感到奶头痛，那可能奶头要發生裂痕或水泡，应塗抹安息香酊，外加用凡士林（消毒的），并用消毒紗布包起来，这样就可以避免裂痕或水泡的發生。如果奶头裂口已經生成了，就应塗一層凡士林或盤尼西林軟膏，并用消毒紗布包起来。在每次喂奶之前用70%酒精或硼酸水洗去，一般仍可照常喂奶。除非裂口出血或者特别疼痛时，才停止喂奶。若是已經發生奶瘡时，就必須早些去找医生，不論打針吃葯或者必要时动手术，都应当耐心地听从医生的指导。

4. 分泌異常 奶量的多少，不但与人的體質、营养不同等有关，就是在同一个人身上也有时多、有时少。奶的質和量同很多因素有关，例如精神因素，可以使奶的分泌大大减少和改变其中的成分。我們看到有些产妇，由于在喂奶期間，精神上受了很大刺激，奶汁可能完全沒有了；有的即使有奶汁，其中营养成分減低了許多，不适宜于小孩吃了。所以在喂奶期間，要尽量使心情愉快，精神不要过分激动。另一方面乳腺分泌的多少和乳腺的組織構造有关。我們常常看到發育很大的乳房奶量却很少；相反地，小而平的奶却也可以分泌大量的奶汁。因为奶汁的多少决定于分泌奶汁的腺細胞的發育是否正常，同奶本身的大小無關。一般很年青的妇女和年齡較大的初产妇奶汁是比較少的，这是由于太年青的妇女乳腺尚未發达，年紀太大的妇女乳腺又开始萎縮的緣故。有时也有人在产后根本沒有奶汁，这是極个别的現象，多数总会有一些的。

一般妇女平常奶汁分泌較多，在兩次喂奶之間，或者在应喂奶時間之前，有一些奶汁流出来是常見的現象，这是正常的；有些产妇的奶量則不太够小孩吃，或多或少要补充一些牛奶。

另外有一种人奶汁太多，在不喂奶时也不断地向外流出，把衣服都湿透了，使做母亲的人很不方便。这种疾病虽然不多见，但治疗却很困难。治疗方法是不要把奶完全挤空，让奶适当地涨满，使腺内压力增加，这样就可以减少它的分泌量。同时用奶罩将奶托起，并尽量少喝水，一直到分泌正常时为止。像这种很顽固的情况是不多见的。

5. 乳囊肿 当奶头中输送奶汁的乳腺导管被干涸的奶或其他东西堵住时，奶汁就贮留在乳房中的一个小叶或数个小叶内，形成一个肿块，最后形成一个囊肿，内含奶酪样物质，有时也可能发痛。但和奶瘡又不同，其中没有细菌，没有炎症现象，不发烧，按上去不痛，即使有痛也很轻，所以大都能自愈，很少需要治疗。若不能自愈时，应当动手术，将囊肿完全切除。

6. 外伤 上面已讲过，乳腺组织的血管和神经都很丰富，在受到较轻微的外伤时，往往能引起出血，发生血肿，尤其是在喂奶期和月经期内乳房比较充血，更应当注意。乳房内血肿，除可以引起剧烈的疼痛以外，还能造成组织的坏死和化脓。在喂奶期，若受到刺伤时，除伤口可能有感染外，有时还能引起“奶漏”，就是奶汁从伤口流出来，往往长时期不能愈合。此外，轻微的损伤，会造成小裂口；若有细菌侵入时，可能变成奶瘡。

7. 断奶时乳房的变化 断奶以后，乳房可能有很多变化；如果产妇产后不喂奶，她的乳房在产后几天以内，奶汁就开始减少，不久就完全停止了。喂奶的产妇却相反，可以把分泌奶汁的时期延长，大多数的人在喂奶9—10个月以后，奶汁才逐渐减少。

断奶以后奶汁减少的原由，是因为奶组织起了“退行性”的变化。这些变化是一种很自然的现象。由于退行性变化的关