

乳房保健100问 林红 编著

ZHENAI RUFANG

珍爱乳房

怎样才能使乳房发育丰满好看？

如何正确进行乳房自我检查？

为什么会得乳腺增生症？

乳房要不要护养？如何护养？

乳腺癌是不治之症吗？

什么人适合做隆乳？

健康新概念百问丛书

珠海出版社

100

乳房保健100问

ZHEN AI RU FANG

珍爱

乳房

林红 编著

珠海出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

珍爱乳房：乳房保健 100 问 / 林红编著. — 珠海：
珠海出版社，2004.9

ISBN 7 - 80689 - 275 - 3

I. 珍... II. 林... III. 乳房 - 保健 - 问答
IV. R655.8 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 078675 号

珍爱乳房——乳房保健 100 问

©林 红 编著
终 审：罗立群
策 划：潘杜鹃
责任编辑：潘杜鹃
封面设计：鲍 钧
插 图：潘 玥

出版发行：珠海出版社
地 址：珠海市银桦路 566 号报业大厦 3 层
电 话：0756 - 2639346 邮政编码：519001
邮 购：0756 - 2639344 2639345 2639346
网 址：www.zhcbse.com
E - mail: zhcbse@zhcbse.com

印 刷：湛江日报社印刷厂
开 本：850 × 1168mm 1/32
印 张：5.5 字数：80 千字
版 次：2004 年 9 月第 1 版
2004 年 9 月第 1 次印刷
印 数：1 - 10000 册
书 号：ISBN 7 - 80689 - 275 - 3 / R·39
定 价：10.00 元

版权所有 翻印必究

(若印装质量发现问题，可随时间向承印厂调换)

健康新概念百问丛书

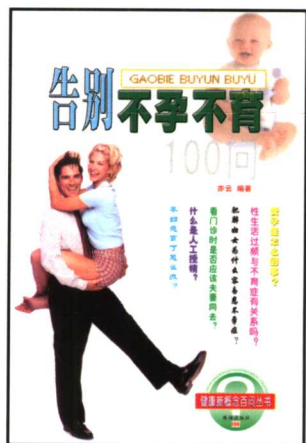
《生男生女由你定》

《告别不孕不育》

《珍爱乳房》

责任编辑

潘杜鹃



装帧设计

鲍 钧



目 录

>>> 乳房的生理结构及发育过程

- Q 1 女性乳房的生理结构如何? 003
- Q 2 乳房的生长发育过程是怎样的? 005
- Q 3 乳腺的“上司”是谁? 与哪些器官有
同属关系? 007
- Q 4 乳房的生理功能是什么? 008
- Q 5 青春期乳房变化有什么特点? 009
- Q 6 月经期乳房变化有什么特点? 010
- Q 7 妊娠期及哺乳期乳房变化有什么特点? 011
- Q 8 绝经期和老年期乳房变化有什么特点? 012
- Q 9 有哪些激素对乳腺起作用? 013
- Q 10 为什么会发生多乳畸形? 015
- Q 11 为什么有的人乳房发育肥大, 而有的
人是“太平公主”? 017
- Q 12 乳房发育还有哪些异常现象? 019
- Q 13 怎样才能使乳房发育丰满好看? 021



珍爱乳房

>>> 乳房的护理保健及自我检查

- Q 14 乳房要不要护养？如何护养？..... 025
- Q 15 青春发育期和月经期如何进行乳房保健？..... 030
- Q 16 什么时候开始戴乳罩？为什么不能束胸？..... 032
- Q 17 妊娠期和哺乳期如何进行乳房保健？..... 034
- Q 18 为什么提倡母乳喂养？..... 039
- Q 19 哺乳多长时间为好？怎样断奶？..... 040
- Q 20 老年期的乳房如何保健？..... 041
- Q 21 吸烟、喝酒对乳腺有什么影响？..... 042
- Q 22 为什么要对乳房进行自我检查？..... 043
- Q 23 什么时候是乳房自我检查的最佳时间？..... 044
- Q 24 如何正确进行乳房自我检查？..... 044
- Q 25 女性结扎对乳房有影响吗？..... 049
- Q 26 性生活与乳腺病有关系吗？..... 050
- Q 27 人工流产会不会引起乳房疾病？..... 051
- Q 28 服食避孕药对乳腺有影响吗？..... 052
- Q 29 预防乳腺疾病发生的重点是什么？..... 054



>>> 乳腺常见病的种类及成因

- Q 30 乳腺病发病的主要原因是什么? 057
- Q 31 乳房出现哪些症状时应到医院就诊? 058
- Q 32 常见的乳腺疾病有哪些? 060
- Q 33 急性乳腺炎是怎样发生的? 062
- Q 34 急性乳腺炎该如何治疗? 063
- Q 35 什么是乳房湿疹? 064
- Q 36 什么是非哺乳期乳腺炎? 如何治疗? 065
- Q 37 什么是乳腺导管扩张症? 066
- Q 38 乳房脂肪坏死如何医治? 067
- Q 39 什么是乳腺增生症? 067
- Q 40 为什么会得乳腺增生症? 070
- Q 41 怎样治疗乳腺增生症? 071
- Q 42 乳腺增生症有哪些症状需手术治疗? 073
- Q 43 什么是乳腺非典型增生? 074
- Q 44 怎样才能减少乳腺增生症的发生? 075
- Q 45 乳腺增生症与乳腺癌有多大关系? 076
- Q 46 为什么女性更年期是乳腺病及乳腺癌的高发期? 078



珍爱乳房

- Q 47 乳头溢液的原因是什么? 079
- Q 48 乳头溢液该怎么区分? 080
- Q 49 乳头溢液的性质在诊断上该如何辨别? 081
- Q 50 什么是乳房良性肿瘤? 最常见的有哪
几种? 082
- Q 51 什么是乳腺纤维腺瘤, 要不要手术
治疗? 083
- Q 52 什么是导管内乳头状瘤, 如何治疗? 084
- Q 53 什么是叶状囊肉瘤? 085
- Q 54 什么是乳房的囊肿? 087
- Q 55 乳房也会得结核病吗? 088
- Q 56 为什么乳腺病人最好到医院乳腺专科
就诊? 089

>>> 乳腺癌的治疗及术后护理

- Q 57 为什么说乳腺癌已经是妇女的“头号
杀手”? 093
- Q 58 什么是乳腺癌? 有哪几种类型? 094
- Q 59 乳腺癌一般分几期? 病理学上有什么
意义? 095

目 录



- Q 60 乳腺癌是怎样扩散及转移的? 096
- Q 61 为什么会得乳腺癌? 097
- Q 62 哪些人容易得乳腺癌? 099
- Q 63 乳腺癌一般多发生在什么年龄阶段? 100
- Q 64 乳腺癌容易发生在乳房的哪个部位? 101
- Q 65 乳腺癌早期局部表现有哪些? 102
- Q 66 为什么炎性乳腺癌是对妇女杀伤力最强
的癌症? 103
- Q 67 怎样鉴别乳头湿疹与乳头湿疹样癌? 105
- Q 68 为什么老年期乳腺癌病人预后要比年轻
患者好得多? 106
- Q 69 什么人容易得双侧乳腺癌? 107
- Q 70 乳腺癌常规治疗有几种? 108
- Q 71 什么是乳腺癌根治术? 110
- Q 72 为什么乳腺癌病人有的做放疗, 有的
不做放疗? 112
- Q 73 什么是乳腺癌化疗? 为什么大部分化疗
病人非常痛苦? 113
- Q 74 术后乳腺癌病人为什么会出现手臂肿胀
或肩背疼的症状? 115



珍爱乳房

- Q 75 为什么乳腺癌容易复发？术后能生存多久？ 116
- Q 76 为什么乳腺癌病人在术后要坚持服药五年？ 118
- Q 77 乳腺癌病人术后如何进行康复功能锻炼？ 120
- Q 78 乳腺癌病人要忌口吗？ 123
- Q 79 乳腺癌病人如何合理安排饮食？ 125
- Q 80 中医、中药治疗乳腺癌能起到什么作用？ 126
- Q 81 目前哪些是导致妇女乳腺癌发病率大幅上升的主要因素？ 127
- Q 82 乳腺癌会遗传吗？ 129
- Q 83 什么人具有“乳腺癌性格”？ 130
- Q 84 为什么“老处女”更容易得乳腺癌？ 132
- Q 85 乳腺癌患者术后能结婚吗？ 133
- Q 86 乳腺癌是不治之症吗？ 134
- Q 87 乳腺癌病人要怎样看待自己的疾病？ 135
- Q 88 为什么家属的关心和照顾对乳腺癌病人康复有一定的影响？ 137

~ 006 ~



>>> 女性乳房的美容整形

- Q 89 女性乳房美的标准是什么? 141
- Q 90 乳房如何健美? 143
- Q 91 常见乳房美容整形术有哪几种? 145
- Q 92 乳房美容整形有什么要求和特点? 146
- Q 93 什么人适合做隆乳? 148
- Q 94 隆乳术有哪几种? 149
- Q 95 为什么硅胶囊假体隆乳术会成为
佼佼者? 150
- Q 96 硅胶囊假体隆乳术可能会出现哪些
并发症? 152
- Q 97 为什么危害性大的注入式隆乳还
常被人采用? 153
- Q 98 为什么先天性乳头内陷要做矫正术? 156
- Q 99 为什么说巨乳缩小术应该是治疗手术? 158
- Q 100 什么是乳房再造术? 怎样再造? 160
- Q 101 为什么施行根治术的乳腺癌病人最好
选择外置义乳? 162
- Q 102 怎样正确看待乳房美容整形上出现的
不良现象? 164

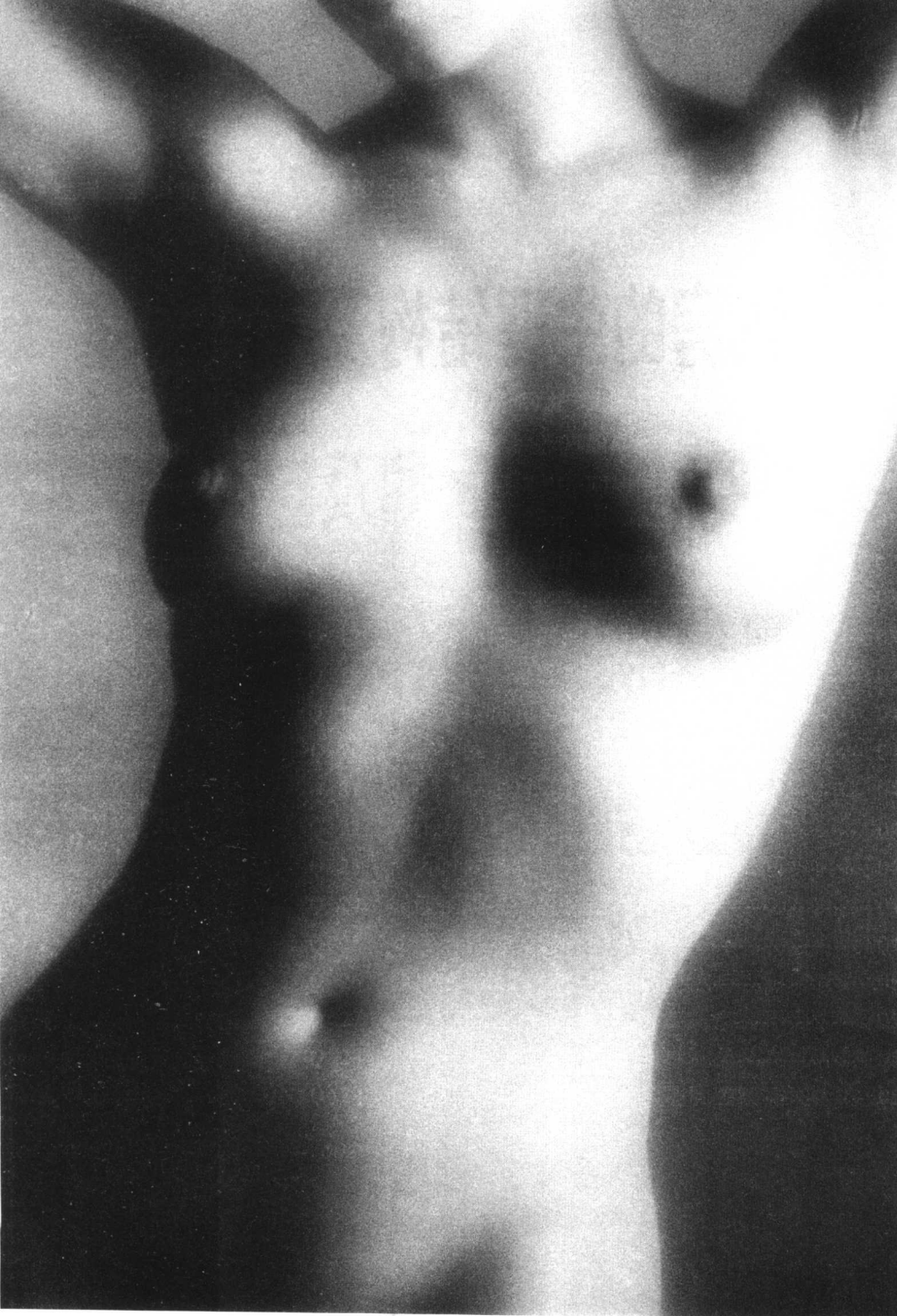
乳房的生理结构及发育过程

乳房的护理保健及自我检查

乳腺常见病的种类及成因

乳腺癌的治疗及术后护理

女性乳房的美容整形





Q 1 女性乳房的生理结构如何?

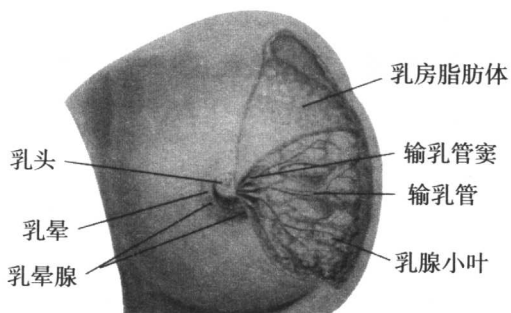
女性乳房是两个半球形的对称的性器官，位于胸前，上至第2~3肋，下至6~7肋的浅筋膜的浅、深层之间。因各人发育程度的不同，其大小形态有较大的差异。

乳房主要由乳头、乳晕、乳腺组织、脂肪纤维组织及血管、神经淋巴管和其他的网状膜及结缔组织组成。乳房主要以乳腺组织及脂肪纤维组织为实体，乳腺组织被结缔组织分隔为15~20个乳腺腺叶，每个腺叶又分成若干小叶，每个小叶由许多腺泡组成。每个腺叶都有单独的输乳管，各输乳管向乳晕集中，分别开口于乳头，靠近乳头的膨大处为输乳管窦，此处是乳管内乳头状瘤的好发部位。腺叶间有许多与皮肤垂直的纤维束，上连皮肤与浅筋膜的浅层，下连浅筋膜的深层，维持乳房的外形而不下垂。

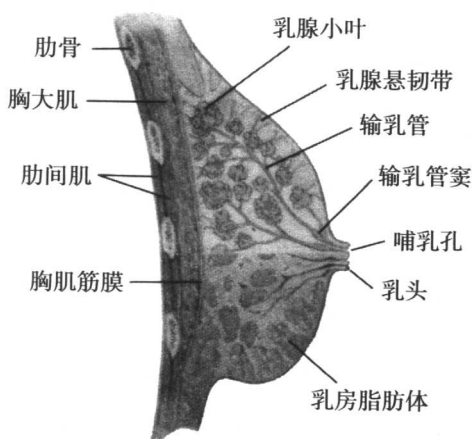
乳房发育成熟时呈半球形，紧张而有弹性，乳房中央有乳头，它的位置会随发育的程度、年龄及身体胖瘦而不同。乳头顶端有输乳管的开口。乳头周围的



珍爱乳房



乳房的正面解剖图



乳房的侧面解剖图

乳房的生理结构及发育过程



皮肤色素较多，形成乳晕，乳晕颜色会随生理变化而变化，处女期与生育后呈不同颜色，乳晕表面有很多小隆起，里面为乳晕腺，可分泌油脂性物质以润滑乳头。乳头和乳晕的皮肤较薄，易受损伤，日常应注意保护。

女性的乳房组织结构相当复杂，而且长期受到不同激素的制约及影响。乳房的实体中，乳腺组织是起功能主导作用的，也是变化最活跃的；脂肪组织占有一定的比例，是乳房填充物；纤维组织则对乳房起到支持和固定的作用。因而，从医学的角度分类，不会把乳房整体作为一个专科，而是设立乳腺专科。这也证明乳房中只有乳腺组织长期不间断地活跃变化，发生病变几率也是最高的。

Q 2 乳房的生长发育过程是怎样的？

女性的乳房，都经历婴幼儿时期→少儿期→青春期→月经期→妊娠期→哺育期→更年期→绝经期后的演变过程，从生长发育到退化萎缩，历经几十年的时间。

乳房从胚胎发育到儿童期，男女两性之间没有什