

专家解读健康丛书

乳房 常见病

咨询

RU FANG
CHANG JIAN
BING ZI XUN

主编 庄志刚
蒋蓓琦



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

专家解读健康丛书

乳房常见病咨询

主编

唐志刚

蒋蓓琦

上海交通大学出版社

内 容 提 要

本书根据乳腺专科医生多年临床工作所遇到的乳腺疾病中最常见的病例和乳腺疾病患者最关心的问题整理撰写而成。从介绍乳腺正常结构展开,告诉广大女性读者如何正确、科学地认识自己的乳房,如何合理看待乳房疼痛和乳腺增生,如何正确检查自己的乳房,如何恰当解读检查报告,如何正规做好产褥期的乳房保健等。同时详细介绍了乳腺三大临床症状的诊断和常用检查方法,以帮助女性读者能够在第一时间对自身乳腺的健康状况作出基本的判断。书中还重点讲解了乳腺常见疾病的病因和最新治疗方法,如传统开放式手术和微创手术的优缺点比较等。对乳腺癌的预防、病因及综合治疗也有概括性阐述。

本书内容丰富翔实,深入浅出,兼具科学性、通俗性和实用性,旨在向广大读者推广乳腺疾病早期预防、早期发现和早期治疗的科学理念,并为关心乳腺健康的女性朋友答疑解惑。本书对临床医师也具有一定的参考价值。

图书在版编目(CIP)数据

乳房常见病咨询/庄志刚,蒋蓓琦主编. —上海:上海交通大学出版社, 2012
(专家解读健康丛书)

ISBN 978-7-313-08926-7

I. ①乳… II. ①庄… ②蒋… III. ①乳房疾病—常见病—防治 IV. ①R655.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 190240 号

乳房常见病咨询

庄志刚 蒋蓓琦 主编

上海交通大学出版社出版发行

(上海市番禺路 951 号 邮政编码 200030)

电话: 64071208 出版人: 韩建民

上海出版印刷有限公司印刷 全国新华书店经销

开本: 880mm×1230mm 1/32 印张: 6 字数: 129 千字

2012 年 8 月第 1 版 2012 年 8 月第 1 次印刷

印数: 1~4300

ISBN 978-7-313-08926-7/R 定价: 18.00 元

版权所有 侵权必究

告读者: 如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话: 56517029

前 言

乳房是女性身体的重要器官，也是女性美丽自信的象征。随着乳腺疾病的发病率上升，乳腺疾病日益受到人们的关注。为了女性的健康和美丽，每一位女性都应该积极行动起来，呵护好自己的乳房。

本书是乳房保健的良师益友，也将会成为了解乳腺疾病专业知识的家庭医生。

全书共分六个部分，首先介绍有关乳房的结构和发育问题。通过介绍乳房的内部结构使大家明白什么是正常的乳房，为什么结节状的乳房也会是正常的，什么年龄阶段该做什么检查，为什么钼靶并不适合每个女性，为什么乳头凹陷和副乳可以不需要手术，为什么隆胸术并没有致癌性等。

本书第二部分，围绕乳房常见的三大临床症状——乳房疼痛、乳房肿块和乳头溢液展开，通过相关专业知识的介绍使女性朋友对于乳房的常见问题有一个较全面和科学的了解。一旦遇到类似情况，患者也能在去医院之前就能从容地进行自我判断，不会因为无知而承受不必要的心理负担，也不会因为无知而耽误病情。

本书的第三部分囊括了目前临床上最常用和最新的乳房检查项目，包括钼靶、超声、磁共振、乳管镜、空芯针穿刺等。续者可以从中学到正确的自我检查方法，了解钼靶和超声各自的优势和不足。

足，何时需要做磁共振成像(MRI)、乳管镜、空芯针穿刺等检查。针对检查报告，很多医生只告诉患者“好”或“不好”的答案，但为什么“好”、为什么“不好”，百忙之中的医生却往往无暇详细解答患者的困惑，那么本书也就是教大家如何看懂检查报告，并正确理解报告背后的含义。

本书的第四部分，概括描述了一些乳房常见病的临床特点，诊断标准和治疗策略。通过此部分介绍，大家可以更好地了解医生的诊断和治疗思路，更好地和医生沟通和配合，从而制订出适合自己的治疗方案：哪些情况下需要手术处理，哪些症状和乳腺癌有关并需要特别关注，开放式手术和微创手术有什么不同，各自的优缺点是什么，等等。

本书的第五部分是有关妊娠和哺乳期的乳房保健。作者在这方面有着丰富的临床经验，大部分在产前和产后遇到的乳房问题都可以从中找到解答。熟悉这个阶段的乳房保健知识，可以帮助孕妇和产妇更专业、更自信、更正确地处理哺乳中的各种问题，对于降低哺乳的痛苦、避免乳腺炎的发生、延长哺乳时间都会起到积极的作用。而延长哺乳时间，对于减少今后乳腺恶性疾病的发生是具有重要意义。

本书的第六部分是讨论乳腺癌的相关内容。这是乳腺科医生临床工作的重点，也应该是每位女性朋友最为关心的部分。作者详细介绍了如何在日常生活中做好乳腺癌的预防工作。同时用通俗易懂的语言向大家概括性阐述了诊断乳腺癌最新的方法、手段和治疗进展。如果读者对于乳腺癌需要更为详尽的了解，可参考本丛书系列中《乳腺癌咨询》一书。

通晓本书，读者也将会对自己的乳房给予更专业的保健和呵护。

在本书的编写过程中得到了傅韵、曲雪莹、徐双斐、夏辰医生的积极参与，并有幸得到出版社各位老师编审中给予的精心修改，在此表示由衷的谢意。

同济大学附属第一妇婴保健院乳腺外科
(上海市医学重点专科)

庄志刚 蒋蓓琦

2012年7月

目 录

乳房正常生理结构和发育相关问题

学习乳房知识先从了解乳房正常结构开始	1
年轻女性和老年女性乳腺钼靶图像上的不同之处	2
乳房腺体随月经周期会发生周期性增生和萎缩变化	4
育龄期女性正常乳房触诊时可以有结节感和团块状	5
乳腺扁平不是发育不良，长期按摩没有丰乳作用	5
常用隆胸方法有乳房假体置入法和自体脂肪注射法	7
乳房假体的种类和手术方式的选择	8
乳房假体隆胸术不会增加乳腺癌发病风险	11
乳房丰满并不增加患乳腺疾病或乳腺癌的机会	12
乳头凹陷的鉴别诊断和临床处理	13
副乳通常不需要手术切除.....	15
临床上需要进行副乳切除的情况	16
副乳切除的两种手术方式.....	17
乳房发育可以出现一大一小的情况	18
巨乳症的苦恼.....	19
新生儿女婴出现乳房肥大不必担心	20
有关幼儿乳房发育和性早熟的常见问题	20
青春期女孩的乳房保健.....	22



男性也有乳房发育和乳腺增生.....	24
--------------------	----

男性乳房发育的药物治疗和手术问题	26
------------------------	----

乳房疾病常见症状的诊断和处理

乳房疾病最常见的三大症状.....	28
-------------------	----

乳房疼痛不是乳房肿瘤的早期信号	28
-----------------------	----

单纯乳房疼痛的临床处理.....	30
------------------	----

中医学对乳腺增生和乳房疼痛的认识	32
------------------------	----

由一些乳房外的因素引起的乳房处疼痛	33
-------------------------	----

发现乳房肿块时的自我判断.....	34
-------------------	----

医生对乳房肿块的专业判断.....	36
-------------------	----

乳房肿块病理活检的四大方法.....	39
--------------------	----

欧美国家和我国对乳房肿块病理学诊断的不同流程	43
------------------------------	----

乳白色乳头溢液的临床判断.....	44
-------------------	----

乳头溢液的各种临床表现.....	46
------------------	----

单侧单孔乳头溢液需考虑乳腺导管内瘤样病变	47
----------------------------	----

乳头溢液常用的检查方法.....	49
------------------	----

超声发现临床查体未触及异常病灶的处理	50
--------------------------	----

钼靶发现临床查体未触及异常病灶的处理	52
--------------------------	----

乳头溢液的手术处理.....	54
----------------	----

乳房疾病常用检查及报告解读

乳房体检的正确方法.....	55
----------------	----

乳房自查不保证一定能早期发现乳腺癌	57
-------------------------	----

各种检查在乳腺疾病诊治中的综合应用	58
-------------------------	----

钼靶是目前中年以上女性乳腺癌筛查的首选方法	59
-----------------------------	----

钼靶上乳腺恶性肿瘤的典型描写	61
钼靶上钙化的形成和临床意义.....	62
钼靶上常见的钙化类型.....	64
超声检查在乳房疾病诊断中的优势	65
乳房超声的检查过程.....	66
乳房超声报告的基本内容.....	66
超声图像上乳腺良性肿块的典型描写	69
超声图像上乳腺恶性肿块的典型描写	70
乳腺磁共振成像(MRI)是超声和钼靶的有益补充	71
乳管镜能够直接观察到病变导管内部情况并做出诊断	73
乳管镜检查的局限性.....	76
乳管造影对乳头溢液的诊断.....	77
乳头溢液的细胞涂片检查.....	78

乳房常见疾病及其临床处理

乳房疼痛的诊断和中西医用药介绍	79
乳房纤维腺瘤的临床表现和诊断	81
乳房纤维腺瘤的临床处理.....	82
乳房纤维腺瘤手术时机的选择.....	83
乳房微创手术切除纤维腺瘤的过程和并发症	84
开放性手术切除纤维腺瘤的操作过程	86
术后纤维腺瘤的局部复发问题.....	88
乳房脂肪瘤.....	89
乳房皮肤小结节最常见的是皮脂腺囊肿	89
乳腺囊肿的诊断和处理.....	90



导管内乳头状瘤和导管内乳头状瘤病	92
乳房湿疹的诊断和治疗	93
单侧乳房湿疹需警惕“湿疹样癌”	94
乳腺分叶状肿瘤的诊断和治疗	96
迁延难愈的浆细胞性乳腺炎	98
容易误诊的乳房脂肪坏死	100
乳腺恶性淋巴瘤以化疗为主	102

妊娠和哺乳期乳房保健

妊娠期和哺乳期的乳房保健和常见问题	103
怀孕前最好进行一次乳房的常规检查	104
妊娠期间发现乳房肿块的诊断和处理	105
哺乳期乳房肿块的诊断与鉴别诊断	106
妊娠和哺乳初期乳头血性溢液的处理	108
珍惜产后母乳喂养的机会降低乳腺癌发病风险	108
大多数女性产后正常哺乳和断奶不会导致乳房显著变小	110
乳头条件先天不足者的哺乳对策	111
哺乳中乳头皲裂的原因和预防措施	112
产后乳房肿胀的发生和处理	115
坚持乳房按摩促进乳汁分泌和预防乳汁淤积	116
哺乳期急性乳腺炎的预防	118
注意急性乳腺炎的及时治疗	121
急性乳腺炎期间停止哺乳和断奶的问题	123
乳汁淤积和急性乳腺炎的外敷治疗	124

乳腺癌的诊断、治疗及预防

当今中国和上海的乳腺癌发病率情况	126
引起乳腺癌发病率上升迅速的主要原因	127
争取早婚早育就是争取乳腺健康	128
哺乳可以降低乳腺癌发病风险.....	129
有乳房手术史的女性乳腺癌发病风险是未手术者的 4 倍	129
肥胖会增加绝经后乳腺癌发病风险	129
避孕药不会诱发乳腺癌.....	130
近 10 年来美国乳腺癌年发病率的降低和激素替代疗法的 限制运用有关.....	131
熬夜的时间越长, 患乳腺癌的风险越高	133
吸烟有害肺部也使乳房受伤.....	134
豆制品有保护乳房的作用.....	135
改变不良饮食习惯可远离乳腺癌	137
乳腺癌和遗传基因的关系.....	139
乳腺癌家族史是乳腺癌发病最危险的因素之一	140
有乳腺癌家族史的女性进行基因检测的现实问题	140
各种良性乳腺疾病和乳腺癌的关系	142
乳腺癌的诊断和治疗.....	144
超声和钼靶联合进行乳腺普查能更好地发现乳腺癌	145
乳腺癌的常见临床表现.....	146
乳腺肿块穿刺活检不会引起乳腺癌转移	147
冷冻切片报告和石蜡切片报告的区别	148
乳腺癌需要综合治疗来获得最佳疗效	150



乳腺癌的病理分类.....	152
乳腺癌不一定要行全乳切除.....	153
保乳手术有一定条件并需要接受放疗	155
乳腺癌常用化疗方案.....	157
乳腺癌化疗中常见的不良反应和预防措施	158
放疗引起的常见不良反应.....	160
乳腺癌内分泌治疗的常用药物.....	161
乳腺癌的分子靶向治疗.....	162
<i>HER-2</i> 阳性患者可考虑使用分子靶向治疗	163
导管内癌的特点和治疗.....	164
炎性乳癌需要先行新辅助化疗后才能手术	166
隐匿性乳腺癌常常也需切除乳房	167
妊娠期乳腺癌早期诊断困难、临床处理棘手	168
乳腺癌预后相关的一些影响因素	171
乳腺癌术后复发转移没有早期信号	173
乳腺癌患者术后的随访复查计划	174
正视疾病，调整心态，积极回归正常生活	175
传统中医学对乳腺癌发生、发展、转移的认识	176



减肥同样会造成乳房的缩小。西方女性乳房明显比东方女性丰满，但哺乳时西方女性的乳汁量并不比东方女性多，这说明撑起西方女性丰满乳房的是肥厚的皮下脂肪，而不是过多的乳腺腺体。

在女性的一生中，乳房的大小和年龄有密切的关系。青春期前，乳腺腺体是萎缩的，就像还没有发芽长叶子的小树苗；随着青春期的到来，女性体内雌激素水平迅速增高，乳腺腺体在雌激素的刺激下逐步发育，皮下脂肪也开始堆积，乳房渐渐增大，这个发育过程如同树木的长高和树叶的茂盛，到 18 岁乳房发育基本结束。妊娠和哺乳期则是乳腺的第二次发育，尤其是在哺乳期腺体实现泌乳功能时，乳房发育肥大到了极致。断奶以后，伴随着乳腺细胞泌乳功能消失，乳房体积会逐步缩小并恢复到产前的程度，并一直持续到绝经前。绝经期到了，女性体内雌激素水平逐步下降，乳腺腺体在没有雌激素维持下渐渐萎缩退化干瘪。

由此可见，女性在青春期、怀孕哺乳期及绝经期体内雌激素水平显著增加或显著降低，决定着乳腺的发育和萎缩。所以有显著丰胸作用的保健品一定是含有雌激素的。通常情况下，医生不建议大家使用丰胸的保健品。

年轻女性和老年女性乳腺钼靶图像上的不同之处

钼靶图像能够清晰地显现出女性乳房内腺体的多少和分布情况。图 1-2 和图 1-3 两张钼靶图像有鲜明的对比：图 1-2 所示是一位 30 岁女性的钼靶图像，白色团块显示出年轻女性乳腺腺体，如同长满树叶的大树一般枝繁叶茂；而图 1-3 所示是一位 70 岁老太太的钼靶图像，显示出绝经后的老年女性乳腺腺体，呈白色的腺体

已经如同没有了叶子的枯树一般稀疏。



图 1-2 30 岁女性乳腺钼靶图像

乳房内大片白色部分是年轻女性丰实致密的乳腺腺体。

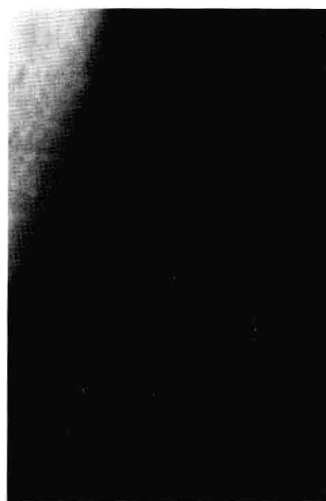


图 1-3 70 岁女性乳腺钼靶图像

乳房内条索状白色部分是老年女性已萎缩稀疏的乳腺腺体和导管。

所以，临床上年纪越大的女性越适合做钼靶检查，因为乳腺组



组织越少，钼靶摄片的背景就越清晰，也就越容易发现隐藏在乳房中高密度的肿瘤组织。年纪太轻的女性乳房腺体过于致密，钼靶摄片的敏感性就会降低，用超声代替钼靶检查就比较合适。所以临床常规推荐 40 岁以上的女性用钼靶进行乳腺普查。当然患者有乳房疾病的临床症状时，及时的钼靶检查还是必须的，这时就不管年龄大小了。

乳房腺体随月经周期会发生周期性增生和萎缩变化

青春期、妊娠哺乳期及绝经前后是女性体内的雌激素水平出现巨大变化的时候，会对乳房造成显著影响。而在每个月经周期中人体内的雌激素还会有周期性的“潮起潮落”，也会对乳房在小范围内产生周期性影响。乳腺会随月经周期出现较小程度的增生和萎缩：月经前随着女性体内雌激素水平升高的刺激，乳房腺体和子宫内膜一样会处于持续增生状态，乳房整个会变得厚一些；到月经来潮前，乳房腺体增生达到高峰，会常常感觉到乳房的肿胀，同时子宫内膜也增生到最厚。随着体内雌激素水平的迅速回落，子宫内膜脱落，月经来潮，乳房腺体也同时因失去雌激素的支持而萎缩变软，乳房肿胀感消失。月经每月 1 次，乳房腺体也随之交替发生增生和萎缩的变化。

乳腺的增生和萎缩是正常的生理性变化过程，会出现乳房疼痛，体检时，对乳房触诊会有有结节感、团块感或片状增厚感。这些情况和乳腺组织的癌变没有关系，大可不必对乳腺的增生和胀痛紧张忧虑。当然在增生的过程中有可能出现一些乳房的良性病变，则需要根据具体情况进行相应的处理。

在乳房腺体处于增生的状态下(月经前1周到月经来临)进行乳房检查可能会掩盖一些微小的病变,所以临床上医生会建议患者在月经结束后1周左右来医院检查,这时乳房受月经周期的影响最小,乳腺组织最松弛柔软,所以医生也更容易检查出潜伏在乳房深部的肿块。

育龄期女性正常乳房触诊时可以有结节感和团块状

很多女性到医院就诊时,如果听到医生说自己的乳房摸上去有明显的结节感或团块状,自然会担心乳房出了什么问题。其实,每个女性的乳房在医生手上的触感是不同的,既可以摸上去是软软的,平整光滑的,也可以摸上去是致密的,疙疙瘩瘩的,或是一团增厚的组织。这是因为不同女性乳房腺体的致密程度不同,皮下脂肪的厚度也不同,更何况在不同的年龄段,不同的月经周期中,乳腺都在不断地发生变化,所以乳房的触觉会因人而异、因时而异。

对医生来说,面对软软的乳房容易检查出隐藏在乳房中的肿块,但面对结节状和团块状的乳房进行检查是有些难度的。但有经验的乳腺科医生是能够区分什么是乳房正常的结节感,什么是乳房异常的肿块感。另外,超声和钼靶的影像学检查可以进一步提供有用的临床参考信息,帮助医生作出正确的判断。

乳腺扁平不是发育不良,长期按摩没有丰乳作用

很多女孩会因为乳房太小、过于扁平来看门诊,说自己乳房发育不良,问医生怎么样让乳房更大些。其实乳房的大小绝大多数是由遗传因素决定的,就像脸的长相、身材的高矮一样。妈妈乳房丰



满，女儿则有可能随着父亲这方面的遗传影响而表现为较扁平的乳房。

判断乳房是否已经发育，主要须了解两方面信息。一是看是否有月经来潮，有月经则表明体内有正常的性激素分泌和刺激，同时腋毛和阴毛的出现也提示着青春期的发育。如果到了 18 岁，女孩还没有月经来潮，则需要看内分泌科，排除相关疾病。二是看乳头乳晕是否发育，青春期后乳头会变大，乳晕颜色会变深些。两者都有，说明乳房自然受到内分泌激素影响已经发育，只不过乳房大小同身高一样，个体有所差异而已。

如何使乳房变得丰满些呢？一是青春期时多进食高脂肪、高蛋白的食物，会在一定程度上提高体内雌激素水平而使乳房丰满些。近 20 年来，中国年轻女性的胸罩普遍比上一代女性的胸罩大一号罩杯就是饮食西化的结果。但高脂肪、高蛋白的饮食习惯和保持身材苗条背道而驰，很少人会选择用增肥来丰胸。二是多做扩胸运动，比如游泳可以锻炼乳房深部的胸大肌使乳房显得更大些、更挺些。这就需要付出体力，所以不是每个人都能够长期坚持做胸部锻炼的。

隆胸是唯一可以对发育完全的乳房外观产生显著性改变的方法。按摩、吃木瓜、中医中药，甚至所谓有功效的特制胸罩，都没有科学证据证明有丰胸作用，事实上也都不会对乳房大小产生明显改观，否则隆胸手术就没有市场需求了。

市面上的外用丰乳霜是千万不能用的。丰乳霜内含大量雌激素类物质，短期可见胸部的丰满，但长期使用则对人体的危害极大。而且一旦停药，增大的乳房又会回缩恢复到原样，但乳房皮肤就会像被撑开又皱缩的米袋子一样松弛而难看，这就像很多妈妈生好宝