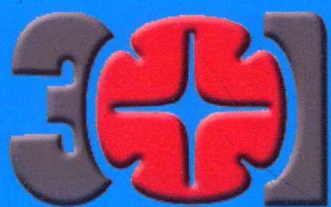


301 健康科普丛书

乳腺疾病

— RU XIAN JI BING —



解放军总医院
医学院

CHINESE PLA GENERAL HOSPITAL
CHINESE PLA MEDICAL ACADEMY

主编 李席如 王建东 张艳君



301 健康科普丛书

乳腺疾病

主 编：李席如 王建东 张艳君
副主编：杨俊兰 李俊来 程流泉
编 者：刘 梅 马 林 崔 红 王全胜
白熠洲 师兰香 李 捷 邢 宁
李 瑛 王知力

图书在版编目(CIP)数据

乳腺疾病 / 李席如, 王建东, 张艳君主编.

—北京: 军事医学科学出版社, 2013.10

(301 健康科普丛书)

ISBN 978-7-5163-0342-9

I. ①乳… II. ①李… ②王… ③张… III. ①乳房疾病—诊疗 IV. ①R655.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 233868 号

策划编辑: 孙 宇 赵艳霞 责任编辑: 王彩霞 吕连婷

出 版 人: 孙 宇

出 版: 军事医学科学出版社

地 址: 北京市海淀区太平路 27 号

邮 编: 100850

联系电话: 发行部: (010)66931049

编辑部: (010)66931053, 66931104, 66931039

传 真: (010)63801284

网 址: <http://www.mmssp.cn>

印 装: 中煤涿州制图印刷厂北京分厂

发 行: 新华书店

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 12.5

字 数: 146 千字

版 次: 2014 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 1 月第 1 次

定 价: 29.00 元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者, 本社发行部负责调换



301 健康科普丛书

编委会

总 主 编 李书章

总副主编 汪爱勤 张士涛

秘 书 刘 亮 刘广东 赵 静 孔 越

编 委 (按姓氏笔画排序)

于生元 万 军 巴建明 田 庆

母义明 李席如 李春霖 邹丽萍

陈 凇 陈香美 陈韵岱 胡 红

柴宁莉 黄海力 彭红梅 董家鸿

戴广海



前言 preface

乳房是女性的第二性征器官，是哺育生命的源泉，也是女性健美的标志之一。乳房健康是女性健康独有的一个组成部分，是女同胞最关心的健康问题之一。女性承担着家庭和社会的双重责任，压力的增加，生活节奏的加快，饮食方式的改变都影响着她们的健康，影响着乳房的健康。

如今，无论是乳房良性疾病还是恶性疾病，其发病率都有逐年上升的趋势。例如乳腺癌已成为威胁我国女性健康的首位恶性肿瘤，尤其在北京、上海等城市，并且呈现年轻化的趋势。

令人欣慰的是，随着医学技术的进步，乳腺疾病的治疗效果有了很大的改观。尤其是乳腺癌的诊治理念，在近 20 年来发生了翻天覆地的进步。大多数乳腺癌经过及时、规范、系统的全身治疗，还是有着相当

可观的治疗效果的。

如今乳腺疾病的治疗已进入个体化的新时代，作为与患者们共同奋斗在一线的医务工作者，我们深感除了专科治疗外，还需要大家本身对疾病有一些了解，才能更有效地预防、更积极地参与治疗。例如，20世纪90年代发起的“粉红丝带”活动，向世界各国传递“早预防、早发现、早治疗”的乳腺癌防治理念，就有效地提高了乳腺疾病的预防意识。所以在这样的背景下，我们推出了这本小册子。

虽然是一本写给“普通人”看的科普读物，但我们坚持严谨的科学态度，广泛查阅国内外文献，结合我院多年临床经验，从读者角度出发，将专业术语尽量说得通俗易懂，努力兼顾知识的正确性和阅读体验的平顺性。书中用问答的形式对女同胞最关心的问题进行阐述，让您了解外科医生眼中的乳腺疾病，使您重新认识乳腺疾病，消除诊治过程中的顾虑，提高预防和治疗效率。

本书适合健康女性、乳腺疾病患者、从事乳腺疾病专业的基层医生、全科医生以及关心乳腺疾病的所有人士阅读参考，也欢迎大家观后给予批评指正。希望大家在紧张忙碌的工作生活之余，关爱生命、关爱乳房，愿健康的朋友永远健康，患有乳腺疾病的朋友早日康复。

编者

2014年1月



目录 catalog

第一篇 乳腺自查方法 1

1. 女同胞如何及时准确地了解自己的乳房健康情况? 2
2. 多久进行一次乳腺检查比较好? 2
3. 如何进行正确有效的乳房自我检查? 3
4. 在乳房自查中发现的哪些情况属于正常现象?
哪些是需要警惕的? 5
5. 为什么做乳腺检查时不能忘了触诊腋窝? 7
6. 在乳腺自查时好像摸到了肿块,是不是属于异常情况? 8
7. 什么是酒窝征和橘皮征? 9
8. 乳房疼痛得厉害,是不是“摊上大事了”? 10
9. 自我检查能否替代专科医师查体? 11

第二篇 乳腺辅助检查解读 13

1. 乳房疾病常用的辅助检查方法有哪些? 14
2. 影像学检查报告中的 BI-RADS 分级是什么含义? 14

3. 影像学检查提示乳腺腺体内可见结节，如何进一步明确诊断？
是否必须做手术了？ 16
4. 什么是钼靶 X 线检查？钼靶 X 线检查对身体有害吗？ 18
5. 定期做钼靶 X 线检查有必要吗？ 19
6. 乳腺钼靶 X 线检查有哪些局限性？ 20
7. 乳腺超声检查的原理是什么？ 21
8. 超声检查在乳腺疾病诊断中的作用如何？ 21
9. 什么情况下需要做乳腺磁共振检查？ 22
10. 明确乳腺包块性质的常用病理活检方法有哪些？ 23
11. 为什么有些时候活检完不仅要做常规病理检查，
而且还要做免疫组化检查？ 24
12. 空心针穿刺活检是怎么回事？
为什么门诊大夫强烈推荐患者做穿刺活检呢？ 24
13. 那么粗的针，做穿刺活检会引起或加速肿瘤扩散吗？ 25
14. 能不能不穿刺直接切除活检？
请比较一下手术切除活检与粗针穿刺活检吧！ 26
15. 其他类型的穿刺活检还有哪些？ 27

第三篇 乳腺良性疾病——乳腺炎症 29

1. 乳腺炎症性疾病包括哪些？ 30
2. 急性乳腺炎是怎么回事？为什么会发生急性乳腺炎？ 30
3. 急性乳腺炎有哪些表现？ 31
4. 如何预防急性乳腺炎？ 31
5. 如何治疗急性乳腺炎？ 32

6. 什么是浆细胞性乳腺炎?
 它和导管周围乳腺炎是一回事吗? 32
7. 导管周围乳腺炎是什么原因引起的? 33
8. 导管周围乳腺炎用抗炎治疗能治愈吗? 33
9. 导管周围乳腺炎有哪些治疗方法? 手术时机如何选择? 33
10. 怎样区别炎性乳腺癌和急性乳腺炎? 34

第四篇 乳腺良性疾病——乳痛症和“乳腺增生” 37

1. 什么叫乳痛症? 38
2. 什么叫“乳腺增生”? 它和乳痛症之间有什么关系? 38
3. 乳痛症和“乳腺增生”属于肿瘤吗?
 它们会发展成乳腺癌吗? 39
4. 乳痛症需要与哪些疾病相鉴别? 41
5. 如何治疗乳痛症和“乳腺增生”?
 为什么说调节情绪是治疗“乳腺增生”的重要环节? 42
6. 什么情况下乳痛症和“乳腺增生”需要手术治疗? 43

第五篇 乳腺良性疾病——乳头溢液 45

1. 乳头流水是怎么回事儿? 46
2. 发现乳头溢液后要做哪些检查? 46
3. 乳头出现了血性溢液, 是不是得了乳腺癌? 47
4. 乳头溢液该如何治疗? 48

第六篇 乳腺良性疾病——导管内乳头状瘤 49

1. 什么是导管内乳头状瘤? 50
2. 什么是导管内乳头状瘤病?
它与导管内乳头状瘤是同一个概念吗? 50
3. 导管内乳头状瘤的诊断是如何做出的? 51
4. 如何治疗导管内乳头状瘤和导管内乳头状瘤病? 52

第七篇 乳腺良性疾病——乳腺纤维腺瘤 55

1. 纤维腺瘤是一种什么样的病? 56
2. 如果在乳房里摸到一个包块, 很光滑, 可以来回推动,
是不是纤维腺瘤呢? 想要确诊, 需要做什么检查? 56
3. 乳腺纤维腺瘤会恶变吗? 57
4. 乳腺纤维腺瘤需要手术吗? 57
5. 乳腺纤维腺瘤行超声引导下微创旋切手术能切干净吗? 58
6. 乳腺纤维腺瘤会复发吗? 58

第八篇 乳腺良性疾病——分叶状肿瘤 59

1. 什么是分叶状肿瘤? 60
2. 如何鉴别乳腺纤维腺瘤和分叶状肿瘤? 60
3. 如何治疗分叶状肿瘤? 61

第九篇 乳腺良性疾病——其他乳腺良性疾病 63

1. 乳腺超声报告提示乳腺囊肿, 问题大不大? 64
2. 乳腺超声报告提示乳腺里有脂肪瘤, 要不要赶紧动手术? 64

第十篇 乳腺癌基础知识 65

1. 什么是乳腺癌？它有哪些临床表现？ 66
2. 乳腺癌有哪些类型？ 66
3. 乳腺癌与遗传有关吗？ 67
4. 乳腺癌的危险因素有哪些？ 68
5. 肥胖会导致乳腺癌吗？ 69
6. 哪些生活方式会增加乳腺癌的风险？ 69
7. 如何早期发现乳腺癌？ 71
8. 怎样才能确诊乳腺癌呢？ 71
9. 如果考虑是乳腺癌，选择哪种方式进行病理检查好呢？ 71
10. 乳腺癌的治疗方法有哪些？如何理解综合治疗？ 72
11. 乳腺癌是不治之症吗？ 73
12. 为什么说乳腺癌是全身性疾病？
为什么提倡乳腺癌的全身治疗？ 73
13. 乳腺癌会传染吗？ 74
14. 乳腺癌如何分期？ 74
15. 什么是炎性乳腺癌？ 77
16. 什么是派杰氏病？ 78
17. 什么是隐匿性乳腺癌？ 78
18. 什么是三阴性乳腺癌？ 78
19. 什么是乳腺原位癌？ 79
20. 乳腺原位癌需要化疗吗？ 79
21. 乳腺原位癌需要内分泌治疗吗？ 79
22. 乳腺原位癌术后需要放疗吗？ 80

23. 乳腺癌治疗过程中会出现耐药吗? 80

第十一篇 乳腺癌手术篇 81

1. 乳腺癌手术之前都需要做哪些检查? 82
2. 手术之前签字时都会谈些什么?
麻醉医生会访视哪些内容? 83
3. 手术之前患者需要注意些什么? 84
4. 进入手术室是怎样一个过程? 患者应如何配合? 84
5. 乳腺癌手术完、回到病房后需要注意些什么? 85
6. 乳腺癌的手术方式有哪些? 86
7. 什么是乳腺癌改良根治术? 87
8. 保乳手术安全吗? 哪些患者适合保乳? 87
9. 乳腺癌改良根治术后常见的并发症有哪些? 88
10. 腋窝前哨淋巴结活检术有何意义? 89
11. 前哨淋巴结活检术后出现腋窝淋巴结肿大怎么办? 90
12. 乳腺癌术后为什么会出现肩膀酸痛? 90
13. 如何诊断和治疗皮下积液? 91
14. 乳腺癌术后负压引流管留置期间有何注意事项? 91
15. 如何观察乳腺癌术后的负压引流情况?
乳腺癌术后何时拔除引流管? 92
16. 乳腺癌术后早期活动有何好处? 92
17. 为什么术后要进行功能锻炼? 92
18. 如何进行功能锻炼? 93
19. 患肢淋巴水肿如何分级? 94

- 20. 如何预防上肢淋巴水肿? 95
- 21. 患肢被扎伤、抓伤或烫伤后应如何处置? 95
- 22. 患肢出现水肿怎么办? 95

第十二篇 乳腺癌化学治疗篇 97

- 1. 什么是化学治疗? 98
- 2. 什么是新辅助化疗? 98
- 3. 乳腺癌术后都需要化疗吗? 98
- 4. 什么是联合化疗? 99
- 5. 乳腺癌术后常见化疗方案有哪些? 99
- 6. 化疗的常见副作用有哪些? 100
- 7. 化疗患者都会掉头发吗? 102
- 8. 化疗期间白细胞减少怎么办? 103
- 9. 化疗期间发生恶心、呕吐怎么办? 104
- 10. 化疗期间怎么注意饮食? 104
- 11. 为什么要做新辅助化疗? 105
- 12. 做新辅助化疗前应准备些什么? 105
- 13. 乳腺癌新辅助化疗后肿瘤消失了, 能不做手术吗? 106
- 14. 先做化疗好? 还是先做手术好? 106
- 15. 术前进行了新辅助化疗, 术后还需要再做化疗吗? 108
- 16. 什么是化学性静脉炎? 108
- 17. 何谓 PICC? 109
- 18. 何谓输液港? 110
- 19. PICC 应用过程中有哪些注意事项? 110

20. 使用输液泵过程中有哪些注意事项? 111

第十三篇 乳腺癌内分泌治疗篇 113

1. 内分泌治疗是一种什么样的治疗方法?
哪些患者需要进行内分泌治疗? 114
2. 常用的内分泌治疗药物有哪些? 114
3. 内分泌治疗能否与化疗同时进行? 115
4. 应如何服用他莫昔芬? 115
5. 他莫昔芬的常见副作用有哪些? 116
6. 服用内分泌治疗药物时应注意些什么? 116
7. 注射卵巢抑制药物后应注意什么? 117
8. 口服他莫昔芬期间出现子宫内膜增厚怎么办?
会增加患子宫内膜癌的风险吗? 117
9. 服用他莫昔芬期间子宫内膜增厚了怎么办? 118
10. 芳香化酶抑制剂的常见副反应有哪些? 118
11. 内分泌治疗药物应如何选择? 能随意更换吗? 118
12. 口服芳香化酶抑制剂期间出现了骨质疏松怎么办?
是不是多喝点牛奶和大骨汤就行了? 119
13. 如何判定是否已经绝经? 120

第十四篇 乳腺癌放射治疗篇 123

1. 什么是放射治疗? 其作用是什么? 124
2. 什么样的乳腺癌术后需要进行辅助放疗? 124
3. 放射治疗前应该准备些什么? 124

4. 放疗期间应注意些什么? 125
5. 常见的放疗不良反应有哪些? 125
6. 放疗期间放射区皮肤会有哪些改变? 应如何护理? 126
7. 乳腺癌行保乳手术后必须做放疗吗? 127
8. 来月经时还能做放疗吗? 127

第十五篇 乳腺癌靶向治疗篇 129

1. 什么是靶向治疗? 130
2. 何谓 HER-2? 130
3. 乳腺癌患者为何要做 HER-2 检测? 131
4. 何谓 FISH 检测? 131
5. 病理结果都出来了,
为什么还要花那么多钱做 FISH 检测? 131
6. 辅助靶向治疗期间应注意些什么? 132
7. 辅助赫赛汀治疗为何要维持 1 年? 133
8. 储运赫赛汀时需要注意哪些事项? 133

第十六篇 乳腺癌的复发和转移 135

1. 如何看待乳腺癌的复发和转移? 136
2. 如何区分复发和转移? 136
3. 如何才能早期发现乳腺癌的复发转移呢? 137
4. 术后需要多长时间复查一次? 都需要复查哪些项目? 138
5. 乳腺癌骨转移有哪些临床表现? 139
6. 乳腺癌骨转移有哪些检查方法? 139

7. 出现骨转移时应如何治疗? 140
8. 乳腺癌骨转移的患者应当注意些什么? 141
9. 如果突发病理性骨折, 应怎么紧急处理? 141
10. 乳腺癌脑转移时有哪些早期信号? 142
11. 是不是乳腺癌患者出现头痛就是脑转移了? 142

第十七篇 癌性疼痛篇 145

1. 什么是癌性疼痛? 146
2. 常见的疼痛评价方法有哪些? 146
3. 癌性疼痛有哪些治疗方法? 147
4. 什么是三阶梯镇痛方案? 147
5. 止痛药有哪些常见的不良反应? 148
6. 使用阿片类药物时需注意哪些事情? 148
7. 口服缓释止痛药时应注意哪些问题? 148
8. 使用芬太尼透皮贴时应注意什么? 149
9. 使用阿片类药物会“上瘾”吗? 149
10. 乳腺癌疼痛的患者应如何自我护理? 150

第十八篇 康复治疗篇 151

1. 什么是康复医学? 152
2. 乳腺癌术后的康复训练有何意义? 152
3. 乳腺癌术后功能康复治疗有哪些注意事项? 152
4. 患者出院后如何在家进行康复训练? 153
5. 如何对肩关节活动进行评价? 155



6. 为什么乳腺癌患者在治疗后容易感到疲乏? 156
7. 癌因性疲乏的诊断标准和产生原因有哪些? 156
8. 乳腺癌患者术后适合哪些运动? 157
9. 有氧运动的原理是什么? 158
10. 乳腺癌患者如何进行有氧运动? 158
11. 进行有氧运动时有何注意事项? 159

第十九篇 心理康复篇 161

1. 得知患乳腺癌时有何心理反应? 应如何护理? 162
2. 年轻乳腺癌患者有何心理反应特点? 如何护理? 163
3. 术后等待病理结果期间应如何对患者进行心理护理? 163
4. 乳腺癌患者应如何保持良好的心态? 164
5. 乳腺癌患者什么时候能恢复正常工作? 164
6. 丈夫在妻子患病期间有何重要作用? 165
7. 如何做好乳腺癌患者复发后的心理护理? 165

第二十篇 乳房重建 167

1. 什么是乳房重建? 有哪些方法? 168
2. 哪些人适合乳房重建? 168
3. 什么是Ⅰ期乳房重建? 什么是Ⅱ期乳房重建? 169
4. Ⅰ期乳房重建术有何优缺点? 169
5. Ⅱ期乳房重建术有何优缺点? 169
6. 植入硅胶假体安全吗? 170
7. 乳头和乳晕能重建吗? 171