

中国老年学学会老年肿瘤专业委员会推荐读物

总主编/杨宇飞 吴煜 朱尧武 主编/杨宇飞 雒琳

患者 肿瘤 就诊 指南

- ★ 医保患者如何就医
- ★ 中医中药怎样抗癌
- ★ 一册在手，为您排忧解难
- ★ 战胜癌魔，专家与您同行

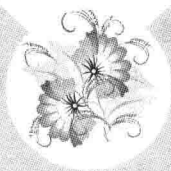
专家帮您解读 乳腺癌

乳腺癌的第一信号 乳房肿块
乳腺癌的首选治疗方法 手术
远离乳腺癌的关键 低脂饮食、母乳喂养



人民卫生出版社

肿瘤患者就诊指南系列



专家帮您解读 乳·腺·癌

总主编 杨宇飞 吴煜 朱尧武

主 编 杨宇飞 雒琳

编 者 (按姓氏笔画排序)

朱尧武 杨宇飞 吴煜 陈崭新

郭中宁 郭全 雒琳

绘 图 阎靖靖 王贞又

中国老年学学会老年肿瘤专业委员会推荐读物

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

乳腺癌 / 杨宇飞等主编. —北京: 人民卫生出版社,
2007.6

(肿瘤患者就诊指南系列)

ISBN 978-7-117-08603-5

I. 乳… II. 杨… III. 乳腺癌—诊疗 IV. R737.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 040363 号

肿瘤患者就诊指南系列

专家帮您解读

乳 腺 癌

总 主 编: 杨宇飞 吴 煜 朱尧武

主 编: 杨宇飞 雒 琳

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E-mail: [pmph @ pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 705 × 1000 1/16 印张: 13.25

字 数: 170 千字

版 次: 2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-08603-5/R · 8604

定 价: 19.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

序一

作为临床肿瘤专科医生,每天忙于诊治各种肿瘤患者,深感与患者的沟通存在时间的限制,难以达到充分和周详。于是闲暇之余,常想如能把一些肿瘤患者迫切需要了解的肿瘤诊治信息,用文字的方式告诉患者,也可弥补不能万事俱细的遗憾,但繁忙的工作和事务,却使此事一直难以成行。

几天前,西苑医院肿瘤科杨宇飞教授,送来了她和她的同事历时6年完成的《肿瘤患者就诊指南丛书》书稿,甫一读来,便难以释手,因为这本书正是我长期的惦念,正是一本由经验丰富的肿瘤专科医生写给肿瘤患者的书,字里行间凝聚了写作者对肿瘤患者的深深眷爱,于是我欣然为书作序。

这套丛书共有7个分册,选择了肺癌、胃癌、大肠癌、乳腺癌、胰腺癌、肝癌、食管癌7种常见肿瘤各为专题。写作者把深奥的医学知识,用形象的比喻、浅显的文字、幽默的修饰,生动地传递给读者,的确是一套难得的科普精品。

在举国上下共同构建和谐社会的背景下,这套丛书也算是肿瘤界专业医生献给肿瘤患者的和谐之美。我作为中国老年学学会肿瘤专业委员会主任委员愿意将此套丛书推荐给广大读者。

储大同

2007年5月

专

家

帮

您

解

读

乳

腺

癌

序

二

6年前，在谈论肿瘤临床治疗时，深感与患者的沟通受时间的限制。常常遇到两类患者：一类是不停地问各种问题，因为门诊时间有限，来不及详细解释；一类是什么也不知道，也不关心，而大夫真想多告诉他们一些基本常识，但无奈门诊时间有限。而病房大夫需要花费三分之一的时间，为一批批患者家属解答各种疑问。看到那一双双渴求的或无知的眼神，我们萌发了写一套科普丛书的想法：用最通俗的语言，解答患者所想，告诉患者所不知，让它成为沟通医患的桥梁。带着这个想法，去西单图书城做了一次市场调研，发现医学科普书籍可真不少，拿来翻翻，大同小异，专业性太强，实用性不足。又向一批肿瘤患者和家属做了调研，他们想的和我们的推断不谋而合。这个结果促使我们开始构思这套丛书。先写出一本书的小样来，找几位老患者看，没想到赞不绝口，都催促我们尽快写出这套丛书。在人民卫生出版社科普组的领导和编辑们的大力支持下，我们开始了艰难的写书历程。

几年来，我已写了不下6本专业书籍，1本科普书单行本。但这套丛书写作过程中的艰苦和难产却是我没想到的，作者们工作太忙，主编又力求完美，而一个专业大夫，将自己的专业知识变成通俗易懂的语言，要下很大的功夫。这一拖再拖，竟过去了6年。再去市场看看，医学科普书

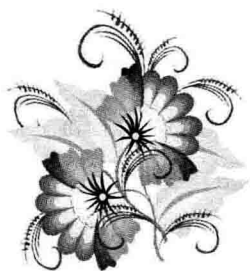
更多了，简直就让人目不暇接。拿来翻翻，肿瘤科普书中仍缺少很多患者关心的问题：像怎样去看病，怎样找到好大夫，怎样与大夫交流和沟通，怎样决定治疗方案，怎样吃，怎样补，怎样从医疗保险中受益，怎样看中医、每种肿瘤治疗的大方向和可能产生的误区等等，而这些疑问正是这套丛书所要解答的重点内容。从患者的角度看问题，想问题，再用通俗的医学语言解答，加上专门人才在我们指导下精心编制的插图，形成本套书的鲜明特色。

这套丛书共7本，选择临床常见的7种恶性肿瘤：肺癌、胃癌、大肠癌、乳腺癌、胰腺癌、肝癌、食管癌。每本书分16章左右，包括肿瘤的基本知识，肿瘤的发现途径、诊断要点，如何看病，如何评价病情的轻重，疾病不同阶段治疗方向，各种治疗方法的意义和注意事项，怎样评价治疗有没有效果，怎样解决疼痛，怎样调养，怎样预防，医疗保险的基本知识等内容。全体编写人员临床经验丰富，深知患者所想、所需，在写作内容上精益求精，写作风格上独具特色。相信本套丛书一定会让读者爱不释手，成为他们的良师益友的。

杨宇飞

2007年5月

肿
瘤
患
者
就
诊
指
南
系
列



专·家·帮·您·解·读·乳·腺·癌

前言

对于一位女性来说，最愿意听到的莫过于人们对自己健美乳房的赞美，而最恐怖的事情莫过于听医生说：“您患了乳腺癌。”让人觉得恐怖的不仅仅是这个诊断结果，还有对付这种疾病的种种“手段”——手术切除乳房组织、放疗、化疗……如果是您的亲人患了乳腺癌，听说乳腺癌还能遗传，也会让人胆战心惊，无所适从。又听说中国乳腺癌发病率在逐年增高，已成为女性癌症的第一杀手，怎样预防？怎样治疗？什么是乳腺癌的早期信号？哪些人容易得乳腺癌？怎样看医生？有关乳腺癌的种种问题，会让您备感无助，束手无策……别着急，这本书将会从您的角度解答疑虑，帮您消除恐惧，树立信心，您关心的问题都能在这本书中找到答案。

乳腺癌是社会文明的伴生物，的确已成为发达国家和我国女性肿瘤的第一杀手，并且有逐年增长的趋势，这绝不是危言耸听，应当引起现代妇女的高度重视。本书用最通俗的语言，讲述有关乳腺癌的故事，其中大量详细而权威的信息，不仅能满足非医学专业的读者，就是对非肿瘤专业的医务工作者，也会有很多启示。

对于自费患者，花费每一分钱是否值得，需要吃什么样的保健品，怎样用最少的钱治疗乳腺癌，这些都是您最关心的；而对于有公费医疗或者医疗保险待遇的患者，更想知道怎样去治病，怎样少花钱、多办事。您的上述问题，都会在这本书中找到答案。

本书是工作在临床一线的肿瘤专家们精心编写的科普读物，特别注重实用性和有效性，将平时工作中乳腺癌患者经常问到的问题，经过认真整理，将最现代的治疗乳腺癌的科学成果转换为最通俗的语言，将复杂繁琐的医疗保险政策简化为简单的条目，所付出的艰辛是可想而知的，希望这本书会唤起乳腺癌患者新的生命曙光，成为乳腺癌患者漫长的抗癌之旅的加油站和休憩所。

您注意到了吗？传统的医学科普书，充斥着太多的专业细节和您一辈子也用不上的建议，这样的书不仅浪费您的时间，也影响了您生命中的重大抉择。我们这套丛书正是此时此刻您所需要的，它将站在您的立场，用最通俗的语言，讲述最专业和权威的内容。书中的建议和忠告急您所需，想您所想。

本书是科普书，是为非医学专业的、关心乳腺癌的所有女性和她们的亲友们写的。当然，关心自己健康的知识女性，关心乳腺癌的非肿瘤专业医护人员，将这本书当成茶余饭后增加知识的休闲读物，也一定会获得意想不到的启示，也许会受益终身。

您可以不必从头到尾的阅读本书。即使您对乳腺癌一无所知，也能很容易地从小标题中找到您所关心的问题，了解相关知识，塑造健美乳房，远离乳腺疾病，体现健康人生。您肯定能从本书中找到您感兴趣的有关乳腺健康问题的答案。请先看标题，找自己感兴趣的题目。翻开看看，一定会让您爱不释手！

杨宇飞

2007年5月

第一部分 需要了解的基本知识

1

一、女性的骄傲——乳房 /2

1. 乳房的发育 /2
2. 乳房的作用 /3

二、人体内的异类——肿瘤 /4

1. 肿瘤一定是恶性的吗 /4
2. 肿瘤细胞与正常细胞的区别 /4
3. 良性肿瘤与恶性肿瘤 /4
4. 恶性肿瘤的危害 /5

三、为什么会得癌 /5

1. 先天不足, 基因缺陷 /5
2. 后天失养, 重要诱因 /6

四、为什么会得乳腺癌 /6

1. 乳腺癌发生的相关因素 /6
2. 社会发展的必然 /7

五、为什么我认识的人中得乳腺癌的多了 /7

六、乳腺癌会遗传吗 /8

第二部分 怎样发现乳腺癌 (自检篇)

17

一、需要警惕的症状 /18

1. 自己摸到乳房上的包块 /18
2. 乳头有液体溢出 /19
3. 乳头和乳晕异常 /19
4. 腋下长了个包块 /19

二、怎样才能发现早期乳腺癌 /19

1. 乳腺癌的早期信号 /19
2. 定期体检 /19
3. 自查方法 /20





目 录

contents

第三部分 我确实得了乳腺癌吗（确诊篇） 25

一、我真的要做这么多检查吗 /26

1. 乳腺X线检查——应用最早最广泛的检查手段 /27
2. 乳腺近红外线扫描——便宜的普查方法 /27
3. B超——经济实惠的诊断眼睛 /28
4. 计算机体层摄影（CT）——诊断的另一双眼睛 /28
5. 磁共振（MRI）——不愿做活检患者的另一种辅助检查 /29
6. 全身显像和骨扫描——锦上添花 /29
7. 肿瘤标志物——监测疗效和复发的指标 /30

二、怎样才能最后确诊 /31

1. 细胞学病理检查——法官判决的一锤定音 /31
2. 获得细胞学检查的方法 /31

三、如何看病理报告单 /32

1. 病理分类的含义 /33
2. 分化是什么意思 /33
3. 淋巴结转移指的是什么 /33
4. 什么是雌激素受体、孕激素受体，阳性好还是阴性好 /34
5. 什么是Her-2受体，阳性好还是阴性好 /34

四、制定治疗方案的关键——分期 /34

1. 什么是分期 /34
2. 怎样分期 /35

第四部分 应当去看病了（就诊篇） 39

一、看病如何少走冤枉路 /40

1. 去一家“好”的医院 /40
2. 我应该看哪个科 /41
3. 看医生前的准备 /42

二、住院不犯难宝鉴 /43

1. 如何顺利住院 /43

2. 住院时不可不带的东西 /43
3. 如何办理出院手续 /46

三、怎样和医生交流 /46

1. 和医生交流的3种方式 /46
2. 交流中的常见问题 /47

四、不要孤军奋战 /49

1. 最好的“医生”就在您身边 /49
2. 配合医护，安然度过手术、化疗关 /50
3. 加油站的作用——做好后勤工作，做好复原期间的调护 /50

第五部分 怎样自我评估病情

53

一、对肿瘤的评估 /54

1. 乳腺癌的分期 /54
2. 乳腺癌的病理类型与生物学行为 /55
3. 有关乳腺癌预后的其他指标 /55

二、对自身的评估 /56

1. 一般健康状态与Karnofsky评分 /56
2. 对预后有影响的其他因素 /57

第六部分 我就想了解一下治疗的大方向

59

一、乳腺癌治疗的总原则 /60

二、现有的最佳方案——综合治疗 /61

1. 什么是综合治疗 /61
2. 谁需要综合治疗 /61

三、绝经后妇女，雌激素受体阳性乳腺癌的治疗方案 /62

1. 早中期 /62
2. 晚期 /62

四、绝经后妇女，雌激素受体阴性乳腺癌的治疗方案 /62

1. 早中期 /62





目 录

contents

2. 晚期 /63

五、绝经前妇女，雌激素受体阳性乳腺癌的治疗方案 /63

1. 早中期 /63

2. 晚期 /64

六、绝经前妇女，雌激素受体阴性乳腺癌的治疗方案 /64

1. 早中期 /64

2. 晚期 /64

第七部分 有效的局部治疗方法——手术治疗 65

一、选择什么样的手术方式 /66

1. 根治性手术 /66

2. 保乳手术 /67

二、手术后必须继续治疗 /68

1. 手术后体内还有癌细胞吗 /68

2. 应该怎么办 /68

三、什么情况下不能着急做手术 /69

四、手术后如何进行康复锻炼 /69

1. 简单易行的上肢功能锻炼 /70

2. 预防上肢水肿发生，促使水肿消退 /71

第八部分 防止局部复发的重要措施——放疗 73

一、放射治疗的概念及剂量单位 /74

二、放射治疗对什么类型的乳腺癌适合 /75

三、放射治疗在乳腺癌中的应用 /75

1. 适应证 /75

2. 禁忌证 /76

四、什么是肿瘤放射增敏剂，中药能增敏吗 /76

五、放射治疗会产生哪些不良反应，如何防治 /76

1. 全身反应 /77
2. 皮肤损伤 /77
3. 放射性肺损伤 /77
4. 放射性心包炎、纵隔炎、心脏损伤 /78
5. 放射性骨损伤 /78

六、放射治疗前需做哪些准备工作 /78

七、放射治疗期间应注意什么 /79

第九部分 全身杀灭肿瘤细胞——化疗 81

一、我是否需要化疗 /82

1. 化疗是什么意思 /83
2. 新辅助化疗 /83
3. 辅助化疗 /84
4. 根治性化疗 /84
5. 姑息性化疗 /84

二、化疗能杀完癌细胞吗 /84

三、方案的选择 /85

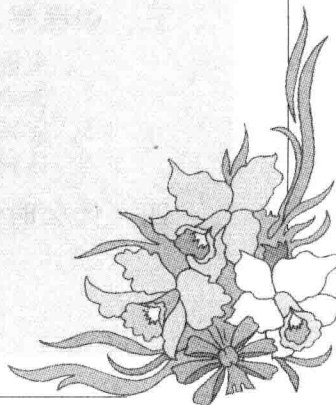
1. 化疗方案是怎样制定的 /85
2. 常用的化疗药有哪些 /85

四、化疗时我能做的事 /86

1. 保持良好的心情 /86
2. 清淡可口的饮食 /86
3. 容易忽视的事——多喝水 /87

五、化疗不良反应能避免吗 /87

1. 为什么总是便秘 /87
2. 恶心、呕吐 /87
3. 白细胞减少 /88
4. 配合使用中药 /88





目 录

contents

第十部分 全身杀伤肿瘤细胞的又一有效 89

方法——内分泌治疗

- 一、什么叫内分泌治疗 /90
- 二、什么人需要内分泌治疗 /91
- 三、内分泌治疗的好处 /91
- 四、内分泌治疗的不良反应 /91
 1. 雌激素样作用 /92
 2. 对肝、心血管、骨的影响 /92
 3. 对子宫内膜的影响 /93
- 五、内分泌治疗时我能做的事 /93
- 六、内分泌治疗的种类 /93
 1. 消除卵巢合成、分泌雌激素的方法 /94
 2. 抑制肾上腺和周围组织合成雌激素的方法 /94
 3. 直接对抗雌激素对细胞刺激作用的药物 /94
 4. 激素添加疗法 /94

第十一部分 中医药治疗——中国人的骄傲 95

- 一、中医是怎样认识乳腺癌的 /96
- 二、单纯中医治疗能治愈乳腺癌吗 /97
- 三、中医是怎样治疗乳腺癌的 /98
 1. 中医治癌的原则——扶正与祛邪 /98
 2. 谈中医治本 /99
 3. 谈以毒攻毒 /99
 4. 谈辨证论治 /100
- 四、什么时候看中医 /100

1. 减毒增效——放化疗时配合中医药治疗 /100
2. 抗转移复发 /101
3. 晚期时中医还有办法 /101

五、怎样看待治癌中药的单方、偏方和验方 /101

第十二部分 怎样评价治疗疗效 103

一、施行根治术的早中期乳腺癌 /104

二、姑息术或不能手术的乳腺癌 /104

1. 生存时间是金标准 /104
2. 生活质量很重要 /105
3. 自我感觉好是带瘤生存的保障 /105

第十三部分 可以解决的问题：癌痛 107

一、告诉医生您在痛 /109

二、怎样知道有多痛 /110

三、需要掌握的原则 /112

四、三阶梯止痛疗法 /113

1. 按阶梯给药 /113
2. 口服给药 /114
3. 按时用药 /114
4. 个体化用药 /114
5. 注意具体细节 /114

五、其他的止痛方法 /115

1. 针刺疗法 /115
2. 神经阻滞 /115
3. 放射 /116
4. 外科手术 /116





目 录

contents

第十四部分 出院后怎么办

119

一、复查真的很重要 /120

1. 复查应在什么时候开始 /120
2. 复查应坚持多长时间 /121
3. 乳腺癌容易转移到哪儿 /121
4. 复查时查什么 /121

二、随访同样必不可少 /121

1. 随访是怎么回事 /121
2. 随访是一座桥 /122

三、我的疾病档案——病历 /122

1. 病历的内容 /122
2. 病历的收集与保留 /123
3. 我可以复印病历吗 /123

第十五部分 如何预防乳腺癌

·125

一、预防从点滴做起 /126

1. 正确的认识 /127
2. 健康的生活方式 /127
3. 合理的膳食 /127
4. 适当的运动 /129
5. 良好的心态 /129

二、远离乳腺癌的威胁 /130

1. 避免或减少致癌因素 /130
2. 乳腺癌高危人群必读 /131
3. 积极治疗癌前疾病 /132

三、乳腺癌的“三早”措施 /132

1. 早发现 /132
2. 早诊断 /132
3. 早治疗 /133