

Care.

Breast cancer

乳腺癌 这样征服

于正洪 洪 专 主编

究竟什么样的人容易患乳腺癌？乳腺会遗传吗？如何防治？
预防乳腺疾病，关爱女性健康——早预防早发现早治疗是关键
乳腺癌最大的危险来自人们的“忽视”和“错觉”。



东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

乳腺癌 这样征服

于正洪 洪专主编

东南大学出版社

• 南京 •

图书在版编目(CIP)数据

乳腺癌 这样征服/于正洪,洪专主编. —南京:东南大学出版社,2012. 12

ISBN 978 - 7 - 5641 - 3313 - 9

I. ①乳… II. ①于…②洪… III. ①乳腺癌-诊疗
IV. ①R737.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 019422 号

东南大学出版社出版发行

(南京四牌楼 2 号 邮编 210096)

出版人:江建中

江苏省新华书店经销 南京玉河印刷厂印刷

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:6.875 字数:200 千字

2012 年 12 月第 1 版 2012 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5641 - 3313 - 9

定价:20.00 元

本社图书若有印装质量问题,请直接与营销部联系。电话:025-83791830

《乳腺癌 这样征服》编委会

主 编:于正洪 洪 专

副主编:张 明 赵 红 陈玉超 孙蔚莉

编 委:王守慧 王新星 车 利 冯平柏
朱 洁 祁晓平 吴爱珍 时永辉
邹继红 张 珞 张 群 金 毅
周晓莉 郑锦锋 孟庆欣 胡晓华
姜明霞 耿 建 高大志 高 勇
郭苏皖 龚 隽 鹿 红

英文翻译:陆 放

序 1

乳腺癌是严重威胁女性健康的恶性肿瘤,目前占城市妇女恶性肿瘤的第一位,而且其发病还有年轻化倾向。与西方发达国家乳腺癌发病率增高而死亡率却在下降的趋势不同,我国乳腺癌发病率呈明显上升的趋势,死亡率却未呈明显下降。如何正确认识乳腺癌、早期发现乳腺癌、合理对抗乳腺癌、有效预防乳腺癌是人类共同面临的紧迫而严峻的课题。

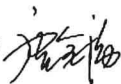
随着现代肿瘤学的发展,近年来乳腺癌的治疗理念发生了根本性的改变,治疗模式从单一的手术治疗发展到现在以手术为主的多学科综合治疗模式。这种治疗模式对不同临床病理特征、不同临床分期分类的肿瘤患者显示出积极的作用,充分体现个体化、人性化的治疗理念,对提高乳腺癌治愈率、降低死亡率以及改善患者的生活质量有着重大意义,同时也为其他实体瘤的治疗起到了示范作用。

世界卫生组织(WHO)已将癌症定性为慢性病。疾病重在预防,现在的很多疾病都与生活方式有关,是内因和外因共同作用的结果。乳腺癌的发病率在我国已步入一个增长期,每年以2%~3%的增长率持续上升,其实乳腺癌也是有可防可治趋势的恶性肿瘤之一,乳腺癌如果早期发现的话,根治的机会很大。但普通老百姓对乳腺癌还缺少科学的认识,对乳腺癌的各种治疗手段还持有怀疑的态度,如果在生活中,我们能戒除一些不良的习惯,还是可以预防一部分乳腺癌的发生,而且较其他恶性肿瘤相比,乳腺癌也有着更好的治疗前景。

由国内外中青年专家组织编写的这本书旨在让我们更深入更全面的了解:乳腺癌是慢性病,乳腺癌有可防可治的趋势,而且在多学科规范化治疗、个体化治疗、综合治疗下效果良好。本书分了解乳腺癌、明确乳腺癌、控制乳腺癌、关注乳腺癌、远离乳腺癌五个章节进行阐述,也介绍了乳腺癌患者的社会心理问题,包括医师如何与患者沟通,有助于大家对疾病、治疗、患者三方面的关系有更全面的认识。该书结构全面、特色鲜明,既有学术水平,又有实用价值。希望该书的出版,能对从事乳腺癌诊断和治疗的医师有所帮助,同时也引导普通大众树立乳腺癌可防可治的观念。

江苏省肿瘤医院院长

主任医师、教授、博士生导师



2012年9月

Forward 2

Breast cancer is the most common cancer among American women, after skin cancer, and the second leading cause of cancer death in women, exceeded only by lung cancer. About 1 in 8 (12%) women in the US will develop invasive breast cancer during their lifetime. The chance that breast cancer will be responsible for a woman's death is about 1 in 36 (about 3%). After fighting for breast cancer for decades in the US, female breast cancer incidence rates decreased by about 2% per year from 1999 to 2005 and Death rates from breast cancer have been declining since about 1990, with larger decreases in women younger than 50. These decreases are believed to be, in part, the result of earlier detection through screening and increased awareness, as well as improved treatment. The decrease in postmenopausal hormone replacement therapy as of 2002 also contributed the recent decrease in the incidence and mortality from breast cancer.

Breast cancer is also the leading women's disease in Asia, followed by cervical cancer; historically, breast cancer incidence is lower in Asian women. However, I am aware that the rate of breast cancer among urban Chinese women jumped sharply over the past decade mainly caused by an increasing appetite for Western — style fast food and unhealthy lifestyles. In the developing countries, interruption of ovulatory cycles by higher number of pregnancies and lactation was believed to be protective against breast cancer. It remains to be seen whether decreased

pregnancy rates and lactation induced by one — child — policy in China as of 1979 will have an effect on the incidence of breast cancer. In China's commercial center of Shanghai, 55 out of every 100,000 women have breast cancer, a 31 percent increase since 1997; about 45 out of every 100,000 women in Beijing have the disease, a 23 percent increase over 10 years. Therefore, this book is raising public awareness of breast cancer in China and providing general knowledge for breast cancer prevention and treatment.

Several of this book's authors are medical scientists or visiting scholars at Northwestern University (USA). They are focusing on the study of the mechanisms of breast carcinogenesis, breast cancer metastasis and the relationship between breast cancer and obesity. They are the experts in the field of breast cancer research. In the book they describe how breast cancer can be prevented beginning with healthy lifestyle changes, and can be treated with surgery, radiation therapy, chemotherapy, hormone therapy or targeted therapy. The book is for the general public but is written by people with strong medical and scientific background.

I hope that one day, we can stop breast cancer through the combined efforts of all of us including all women, physicians and medical scientists.

November 27, 2012

Yours sincerely,

Serdar E. Bulun

Serdar E. Bulun, M.D.

George H. Gardner Professor of Clinical Gynecology
Chief, Division of Reproductive Biology Research
Department of Obstetrics and Gynecology
Northwestern University Feinberg School of Medicine

序 2

(翻译)

乳腺癌是除了皮肤癌以外在美国妇女中最常见的癌症,并且对女性患者的致死率仅次于肺癌。在美国大约 12% 的妇女在其一生中会遭遇这种极具侵略性疾病的困扰,大约 3% 的妇女因患乳腺癌死亡。人们与乳腺癌的斗争已经持续了几十年,从 1999 年到 2005 年,女性乳腺癌发病率以大约每年 2% 的速度递减,同时自 1990 年以来死亡率也一直在下降,特别是 50 岁以下的女性。这些减少某种程度上归功于疾病的及早发现、体检上的完善和时下人们对乳腺癌不断增加的关注使更多患者能及早得到治疗,此外不断提升的医疗技术也功不可没。自 2002 年起激素替代疗法的减少使用也对乳腺癌发病率和死亡率的减少做出了贡献。

在亚洲,乳腺癌是也是妇女最常见的疾病,仅次于宫颈癌。从历史上来看,乳腺癌在亚洲女性中的发病率较低。然而,据我所知,中国城市女性中乳腺癌的发病率在近几十年中呈跳跃式增长,其主要原因则是对于西式快餐的喜爱和不健康的生活方式。在发展中国家,通过多次妊娠和哺乳打断女性生理周期被认为有对抗乳腺癌的功效。而对于中国自 1979 年以来实行的独生子女政策是否会影响中国女性乳腺癌的发病率,我们仍持观望态度。在中国的商业中心上海,每 10 万名女性中有 55 人罹患乳腺癌,自 1997 年以来增加了 31%;而在北京,10 万名女性中则有约 45 人身患此病,10 年增长超过 23%。因此,这本书旨在唤起中国公众对乳腺癌的警觉,并且

提供了预防和治疗乳腺癌的基础知识。

这本书的编委中有几位是来自美国西北大学的医学科学家或客座教授,他们专注于乳腺癌致病及转移机制和肥胖与乳腺癌之间的关系的研究,他们都是乳腺癌研究领域中的专家。在书中编委详解了如何通过健康的生活方式来预防乳腺癌,并介绍了乳腺癌的手术治疗、放疗、化疗、激素疗法及靶向治疗。这本面向公众的书是由有着深厚科学及医学背景的专家所撰写的。

我希望有一天,通过包括所有的女性、临床医生及医学科学家在内的所有人的共同努力使乳腺癌永远不再困扰人类。

Serdar E. Bulun

Serdar E. Bulun, 医学博士

美国妇科协会主席

临床妇产科冠名“乔治 H·加德纳”教授

美国西北大学 Feinberg 医学院妇产科系主任

美国西北大学附属 Prentice 妇产医院首席医师

英文翻译:陆放

前言

平均每 3 分钟世界上就有一位妇女被诊断为乳腺癌,我国女性乳腺癌的发病率正以每年 3%~4% 的增长率急剧上升,城市乳腺癌发病率以每年 7.5% 的速度上升,死亡率平均每年上升 6.9%。乳腺癌已经成为都市女性的“头号杀手”,严重威胁女性的身体健康。

中国人口协会近日发布的《中国乳腺疾病调查报告》称,只有 5% 的女性每年进行一次乳腺疾病检查。与西方发达国家乳腺癌发病率增高而死亡率下降的趋势不同,我国乳腺癌发病率和死亡率均呈上升趋势。

其实乳腺是非常敏感的器官,乳腺癌是最可以预防的恶性肿瘤之一,早期诊断将大大地提高治愈率,乳腺癌算得上是“早发现可获得治愈”的典范。乳腺癌的治疗也较其他肿瘤有着更多的治疗手段和更好的治疗前景。疾病重在预防,如何正确认识乳腺癌,早期诊断乳腺癌,合理对抗乳腺癌,远离致癌因素,已日益受到患者和医学界的关注。

目前乳腺癌的治疗手段有手术、放疗、化疗、内分泌治疗、靶向治疗、生物免疫治疗、中医治疗等。其中主要治疗手段各有其适应证,乳腺癌需要综合治疗。

将各种治疗方法有机地结合起来,根据患者的个体化状况,制定确切有效的整体综合治疗方案,利用各种治疗方法的优势以提高疗效,这是乳腺癌近代综合治疗的基本概念,采用综合治疗,乳腺癌治疗效果得到空前的提高。多学科联动,整体化、个性化方案治疗

是适应乳腺癌跨学科综合治疗需要的诊疗模式,是保障和提高乳腺癌综合治疗效果的关键举措。根据乳腺肿瘤临床分期、乳腺专用磁共振多维评估结果、病理组织学类型、激素受体检测结果、HER2 受体等多种免疫组化标记检测结果等多方面疾病资料,制定和实施包括手术在内的完全适合于个体情况的综合治疗,消灭肿瘤,获得最佳治疗效果。

而对乳腺癌的各种治疗手段持怀疑态度一直是广大老百姓对待乳腺癌的一个显著特征,加之一些所谓“秘方”和“经验”广为流传,使乳腺癌患者更难于接受有关治疗方面的正确意见。作为乳腺癌专业医师,我们认识到处于个人和家庭危机中的乳腺癌患者通常需要立即作出治疗决定。乳腺癌患病人群广、治疗手段复杂,医患沟通的重要性在治疗中显得尤其突出,顺畅的医患沟通正日益成为乳腺癌治疗过程中的重要环节。

普通老百姓对乳腺癌怀着恐惧,对之却缺少科学的认识,本书旨在倡导健康的生活方式,推广多学科诊治模式,呼吁乳腺癌临床医师,在临床工作中多花一分钟时间和每位乳腺癌患者沟通,帮助患者和家属正确认识乳腺癌、了解最新治疗手段,使更多患者树立信心、选择合理的治疗方案。本书侧重于面向社区医生、医学生和普通大众,希望乳腺癌可防可治的观念能深入每个老百姓的心中。

编 者

2012 年 6 月

祈愿有晚星

照耀着你

祈愿暮色笼罩时

你的心依然坚定

信念会指引我们向前

祝福我们每个都能回归真实

回归到对自然和造物必要的崇敬

让美丽与智慧同在



目 录

第一篇 了解乳腺癌——正确认识乳腺癌	1
一、乳腺的概念	2
二、乳腺的发育	3
三、乳腺疾病	4
四、什么是乳腺癌	5
五、乳腺癌常见的早期症状	6
六、乳腺癌常见的晚期症状	6
七、乳腺癌的发病因素	7
八、乳腺癌认识上的误区	8
九、人们对乳腺癌的一些常见疑问	9
第二篇 明确乳腺癌——早期诊断乳腺癌	16
一、乳腺癌或乳腺癌转移的疑诊时机	17
二、乳腺癌诊断的内容和基本路径	19
三、常用的检验或检查手段	20
四、乳腺癌的分类	26
五、乳腺癌的分期	27
第三篇 控制乳腺癌——合理对抗乳腺癌	30
乳腺癌的化学治疗	32
一、什么是化疗	32
二、术前化疗(新辅助化疗)	34

三、术后辅助化疗	37
四、晚期乳腺癌解救性全身治疗	42
五、三阴性乳腺癌	48
六、化疗副作用的防护	49
乳腺癌的内分泌治疗	58
乳腺癌的分子靶向治疗	63
乳腺癌的放疗	69
一、不同类型乳腺癌的放射治疗	69
二、乳腺癌的放疗	72
三、乳腺癌放疗中的常见问题	73
四、乳腺癌放疗注意事项	76
乳腺癌的外科治疗	78
一、乳腺癌外科手术原则	80
二、乳腺癌手术的配合	84
三、乳腺术后患肢功能锻炼指导	87
四、乳腺癌患者术后的心理调适	91
五、乳腺癌患者的饮食指导	93
六、义乳或乳房再造术——使你看上去更美观	93
七、后续治疗	94
八、写给患者的家人和朋友	95
乳腺癌骨转移治疗	97
一、概述	97
二、临床表现	97
三、骨转移的治疗	97
四、全身治疗	98
五、局部治疗	98
六、止痛药治疗	99
七、乳腺癌骨转移药物	100
乳腺癌的中医药治疗	102

一、中医是如何认识乳腺癌的	103
二、中医如何治疗乳腺癌	105
三、精神因素在乳腺癌中的作用	111
四、中医治疗与饮食关系	113
乳腺癌的康复与日常生活	115
一、乳腺癌患者出院后的康复	115
二、乳腺癌患者如何安排日常生活	115
三、写给乳腺癌患者家属	116
四、临终护理	119
第四篇 关注乳腺癌——全面迎战乳腺癌	121
乳腺癌与心理	123
一、乳腺癌患者的心路历程	123
二、乳腺癌患者的一般心理问题	132
三、乳腺癌患者的一般心理问题的处理	133
乳腺癌与营养、体力活动	141
一、膳食、营养与癌症	141
二、乳腺癌的营养防治	146
三、身体活动对乳腺癌发生发展的影响	151
四、乳腺癌的膳食营养预防	151
五、乳腺癌的营养治疗	153
六、身体活动对乳腺癌患者免疫功能的影响	154
乳腺癌与疼痛	156
一、疼痛概述	156
二、乳腺癌与疼痛	159
三、乳腺癌疼痛的治疗	161
四、癌痛护理	174

第五篇 远离乳腺癌——有效预防乳腺癌	176
一、乳腺癌的高危因素	178
二、乳腺癌的高危人群	178
三、乳腺癌的病因	179
四、乳腺癌的病因学预防	179
附	187
一、乳腺癌与粉红色丝带	187
二、乳腺癌患者快乐旅行指南	189
三、呵护 8 大关键部位 决定女人的一生健康	190
四、漂亮女人要警惕乳腺癌	192
五、聪明找对好医生	194
六、国内外肿瘤咨询网站	198