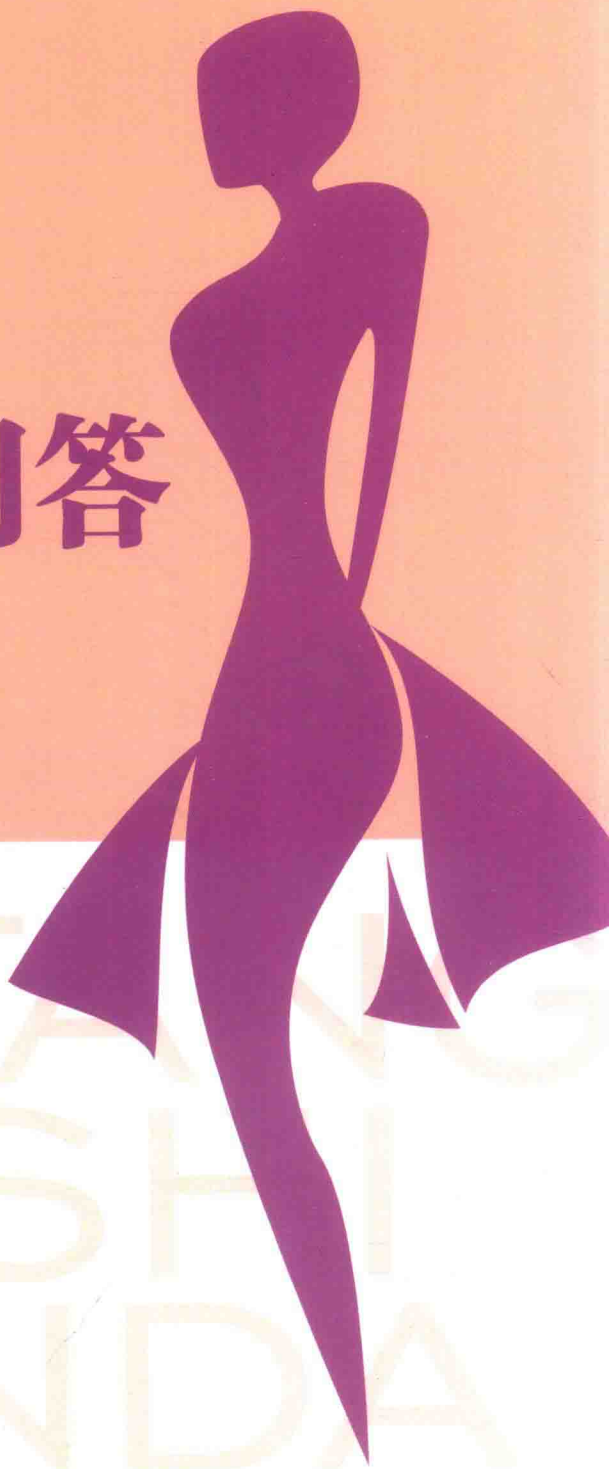


乳房 知识问答

主 编 陈红风 廖明娟



世界图书出版公司

乳房知识问答

主 编 陈红风 廖明娟

世界图书出版公司

上海·西安·北京·广州

图书在版编目(CIP)数据

乳房知识问答 / 陈红风, 廖明娟主编. —上海:
上海世界图书出版公司, 2018.7
ISBN 978-7-5192-4542-9

I. ①乳… II. ①陈… ②廖… III. ①乳房-问题解
答 IV. ①R323.2-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第077850号

书 名	乳房知识问答
主 编	陈红风 廖明娟
责任编辑	马 坤
装帧设计	徐 炜
出版发行	上海世界图书出版公司
地 址	上海市广中路88号9-10楼
邮 编	200083
网 址	http://www.wpcsh.com
经 销	新华书店
印 刷	上海景条印刷有限公司
开 本	787 mm × 960 mm 1/16
印 张	14.5
字 数	200千字
版 次	2018年7月第1版 2018年7月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5192-4542-9/R·445
定 价	45.00元

版权所有 翻印必究

如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系
(质检科电话: 021-59815621)

主编简介

陈红风 医学博士,教授,主任医师,博士生导师

上海中医药大学附属龙华医院中医乳腺科主任,全国名中医陆德铭工作室负责人,上海市名中医。上海市中医药学会中医乳腺病分会主任委员、中华中医药学会乳腺病分会副主任委员、世界中医药联合会外科专业委员会副会长、上海市中西医结合学会乳腺病专业委员会副主任委员。从事中医药防治乳腺良、恶性疾病的临床和实验研究工作30余年,培养博士、硕士研究生30余名。主持国家科技部“十一五”支撑计划、国家自然科学基金等课题20余项,获得上海市科技进步二等奖等各类科研成果奖10余项。主编教材、专著5部,担任副主编的教材、专著有12部。曾获全国先进工作者、全国卫生系统先进工作者、上海市劳动模范等荣誉。

廖明娟 医学博士,主治医师

师从陈红风教授,于上海交通大学医学院附属第九人民医院中医科工作。从事中医药防治乳腺良、恶性疾病的临床和实验工作。在国内外期刊发表论文近20篇。参与编写学术专著3部。获得上海交通大学、上海市卫生局、上海市科委、国家自然科学基金青年基金等项目,上海市杏林新星人才培养计划等。

编委会名单

主 编 陈红风 廖明娟

编 委 (按姓氏笔画为序)

王 冰 邓 樱 叶媚娜 张玉柱 仲芫沅
朱晨芳 贡丽娅 孟 炯 吴晶晶 周 悦
殷玉莲 夏亚茹 黄 敏 盛佳钰

绘 图 罗 睿

前 言

乳房具有哺乳的生理功能,也是女性形体美的标志。乳房健康是女性健康重要的组成部分之一,也是女性最关心的健康问题之一。

如今,无论是乳房良性疾病还是恶性疾病,其发病率都有上升趋势。在繁忙的临床工作中,我们有时并不能十分详尽地解答患者的所有疑问。因此,我们将临床工作中患者经常提出的问题汇编成这本科普读物,希望能帮助到女性朋友们。

本书采用问答的形式进行编排,介绍了乳房的生理常识、检查方法、中医药在乳腺良恶性疾病治疗及预防中的优势、日常调摄注意事项等。例如,乳腺增生病几乎是所有育龄期女性都会遇到的问题,它会癌变吗?按摩有用吗?需要怎么调护?得了乳腺炎服用抗生素后要断奶吗?产后乳汁出不来,怎么办?乳腺癌有哪些症状?如何进行乳房自我检查?乳腺癌手术后饮食要忌口吗?浆细胞性乳腺炎是什么?一定要手术治疗吗?手术后会复发吗?为什么推介中医药治疗?……本书作者们基于临床实践中遇到的患者们的具体问题,一一给出解答,为大家提供可靠而实用的医疗信息。另外,我们选取了乳腺癌、急性乳腺炎、浆细胞性乳腺炎患者的诊治体会和部分专业知识作为附件列在本书最后,以供参考。

本书是上海中医药大学附属龙华医院中医乳腺科、上海市名中医陈红枫工作室全体同仁的心血之作,在编写过程中得到了上海中医药大学终身教授、全国名老中医陆德铭教授、唐汉钧教授的亲自指点,世界图书出版社编审的精心修改,上海交通大学医学院附属第九人民医院整形科专家的大

力支持,在此表示衷心的感谢。同时,参考和借鉴了许多文献资料,谨在此一并向作者表示深切的谢意。还要感谢龙华医院中医乳腺科门诊的部分热心患者,她们也对本书给予了无私的帮助,也向她们致以深深的谢意。

本书适合健康女性、乳腺疾病患者、从事乳腺疾病专业的医生,以及关心乳腺疾病的所有人士阅读参考。由于我们水平有限,本书还存在这样那样的问题和遗漏,尚祈同行和广大读者指正,以便再版时修正和补充。

编 委

2017年4月

目 录

第一章 乳房的常识	1
第一节 乳房的结构	1
1. 乳房的外部形态是怎样的 / 1	
2. 乳房的位置在哪里 / 1	
3. 乳房的外部结构与功能有哪些 / 2	
4. 乳房的内部结构与功能有哪些 / 2	
5. 乳腺的作用是什么 / 3	
6. 乳腺的淋巴是怎样引流的 / 4	
7. 乳房的大小和胖瘦有关吗 / 5	
第二节 乳房的变化	5
1. 乳头、乳晕的颜色为什么会有变化 / 5	
2. 乳房是如何长大的 / 6	
3. 幼儿期乳房有什么变化 / 7	
4. 青春期乳房有什么变化 / 7	
5. 月经期乳房有什么变化 / 7	
6. 妊娠期乳房有什么变化 / 8	
7. 哺乳期乳房有什么变化 / 9	
8. 绝经后乳房有什么变化 / 9	
9. 影响乳房发育的因素有哪些 / 9	
10. 影响乳房发育的内分泌激素有哪些 / 11	
第二章 乳房发育异常	12
第一节 先天性乳房缺失	12
1. 先天性乳房缺失是一种什么病 / 12	

2. 先天性乳房缺失的原因是什么 / 12
3. 如何治疗先天性乳房缺失 / 13
4. 先天性乳房缺失的人可以正常结婚生子吗 / 13
5. 如何预防先天性乳房缺失 / 13

第二节 小乳房 13

1. 为什么有的人乳房特别小 / 13
2. 怎样的乳房可称为小乳房 / 14
3. “A罩杯”就是小乳房吗 / 14
4. 小乳房还有自然增大的可能吗 / 15
5. 小乳房影响生育哺乳及婚后性生活吗 / 15
6. 目前常见丰乳方法可靠吗 / 15

第三节 巨乳症 16

1. 巨乳症是一种什么病 / 16
2. 多大的乳房被称为巨乳 / 17
3. 巨乳症的发病原因是什么 / 17
4. 巨乳症对身体健康有什么危害 / 18
5. 巨乳症怎么治疗? / 18
6. 巨乳症可以通过减肥或运动恢复正常吗 / 19

第四节 大小乳 19

1. 为什么有两个乳房不一样大的情况 / 19
2. 乳房不对称是否需要手术治疗 / 20
3. 按摩可以让偏小的一侧乳房增大吗 / 20
4. 乳房不对称影响生育哺乳吗 / 20

第五节 副乳 20

1. 副乳是怎么产生的 / 20
2. 副乳与文胸穿着不当有关吗 / 21
3. 腋下“副乳”是肥胖引起的吗 / 22
4. 副乳有自然消除的可能性吗 / 22
5. 长了副乳必须要手术切除吗 / 22
6. 副乳会癌变吗 / 23

第六节 乳头内陷 23

1. 什么是乳头内陷 / 23
2. 乳头内陷的原因是什么 / 23

3. 乳头内陷是因为出生没有挤过吗 / 24
4. 乳头内陷对身体健康、日常生活有影响吗 / 24
5. 乳头内陷有办法纠正吗 / 24

第七节 乳房早发育 25

1. 什么是乳房早发育 / 25
2. 乳房早发育怎么办 / 25
3. 儿童乳房早发育需要手术治疗吗 / 26

第八节 老年女性乳房发育 26

1. 什么是老年女性乳房发育 / 26
2. 老年女性乳房发育的原因是什么 / 26

第三章 乳房的检查 27

第一节 乳房的自我检查 27

1. 为什么要进行乳房的自我检查 / 27
2. 什么时间最适合进行乳房的自我检查 / 28
3. 乳房的自我检查有哪些步骤 / 28
4. 如果自我检查发现乳房肿块怎么办 / 30

第二节 乳房的辅助检查 30

1. 常用的乳房辅助检查方法有哪些 / 30
2. 什么是BI-RADS分类 / 31
3. 什么是乳腺钼靶X线摄片,检查时有什么注意事项 / 32
4. 乳腺钼靶X线摄片有辐射危害吗 / 33
5. 什么是乳腺超声检查 / 33
6. 乳腺超声报告里常用到的词汇有哪些 / 34
7. 哪些情况需要进行乳腺磁共振成像检查 / 36
8. 哪些情况不能做乳腺磁共振成像检查 / 36
9. 什么是乳管镜检查 / 37
10. 什么是PET-CT检查 / 37
11. 什么是乳腺细针穿刺检查 / 38
12. 什么是乳腺粗针穿刺检查 / 38
13. 乳腺针吸穿刺检查会引起肿瘤播散吗 / 38
14. 什么是乳腺微创旋切活检手术 / 38
15. 什么是切除活检手术 / 39

第四章 孕产期乳房常见问题 40

第一节 孕期乳房常见问题 40

1. 为什么孕期会出现乳房胀痛和乳晕颜色加深 / 40
2. 孕期乳头上很“脏”怎么办 / 41
3. 孕期乳头挤出淡黄色的液体要收集吗 / 42
4. 为什么怀孕后腋下出现胀、硬、痛 / 42

第二节 哺乳期乳房常见问题 42

1. 乳汁是如何产生的 / 42
2. 乳房小产乳就少吗 / 43
3. 产乳少会遗传吗 / 43
4. 催乳食材有哪些 / 44
5. 喝汤后乳房为什么更胀了 / 44
6. 产后不泌乳怎么办 / 44
7. 乳头发育不良会影响哺乳吗 / 45
8. 为什么经常奶结 / 45
9. 乳房结块,吸奶器吸不出,怎么办 / 46
10. 奶结了,爸爸或者外婆可以帮忙吗 / 46
11. 哺乳必须按时吗 / 47
12. 宝宝不衔乳头或奶瓶怎么办 / 47
13. 宝宝吸力弱怎么办 / 48
14. 宝宝喜欢咬乳头怎么办 / 48
15. 为什么乳头上有“白点” / 49
16. 乳头皲裂该如何处理 / 49
17. 乳房大小不同,是否多喂小的一侧 / 49
18. 妈妈发热后要停止喂奶吗 / 50
19. 哺乳期常见用药误区有哪些 / 50
20. 哺乳期怀孕了还可以继续喂奶吗 / 52
21. 乙肝携带者可以喂母乳吗 / 52
22. 有乳腺疾病的妈妈能生二胎并哺乳吗 / 52
23. 如何回乳 / 54
24. 如何过渡“断奶焦虑症” / 54
25. 如何预防和应对哺乳后乳房下垂 / 55
26. 有没有哺乳期体质处方 / 56
27. 孕产期该选择什么样的文胸 / 57
28. 什么是“残乳” / 57

29. “残乳”要排吗 / 58

第五章 乳房的炎性疾病 59

第一节 急性乳腺炎 59

1. 什么是急性乳腺炎 / 59
2. 急性乳腺炎的发病原因有哪些 / 59
3. 哺乳期经常发热,一定是急性乳腺炎在作怪吗 / 60
4. 哺乳期乳房都是硬块,一定是急性乳腺炎吗 / 60
5. 哺乳期反复乳房疼痛是因为乳房有炎症吗 / 61
6. 急性乳腺炎需要做哪些检查 / 61
7. 急性乳腺炎什么时候需要使用抗生素治疗 / 61
8. 急性乳腺炎使用了抗生素还能继续哺乳吗 / 62
9. 急性乳腺炎有高热者怎样选择退热药 / 62
10. 中医如何认识急性乳腺炎 / 62
11. 急性乳腺炎“初期”该如何治疗 / 63
12. 急性乳腺炎“成脓期”该如何治疗 / 64
13. 急性乳腺炎常用外用膏药有哪些 / 65
14. 推拿手法如何治疗急性乳腺炎 / 65
15. 急性乳腺炎初期手法排乳有哪些步骤 / 66
16. 针灸如何治疗急性乳腺炎 / 66
17. 得了急性乳腺炎一定要停止哺乳吗 / 67
18. 急性乳腺炎患者有何饮食宜忌 / 68
19. 确诊急性乳腺炎后有哪些注意事项 / 68
20. 怎样预防急性乳腺炎 / 69

第二节 浆细胞性乳腺炎 69

1. 什么是浆细胞性乳腺炎 / 70
2. 浆细胞性乳腺炎有哪些临床表现 / 71
3. 浆细胞性乳腺炎发病原因有哪些 / 71
4. 哪些辅助检查可以帮助诊断浆细胞性乳腺炎 / 72
5. 如何读懂浆细胞性乳腺炎的病理报告 / 73
6. 如何区分浆细胞性乳腺炎和肉芽肿性乳腺炎 / 73
7. 为什么浆细胞性乳腺炎容易被误诊为乳腺癌 / 74
8. 得了浆细胞性乳腺炎应该怎么治疗 / 74
9. 浆细胞性乳腺炎一定要手术吗 / 75
10. 浆细胞性乳腺炎手术后复查哪些项目 / 75

11. 浆细胞性乳腺炎手术后会复发吗 / 75
12. 浆细胞性乳腺炎手术后,如怀孕会再发吗 / 76
13. 中医如何治疗浆细胞性乳腺炎 / 76
14. 浆细胞性乳腺炎肿块,吃中药能“消掉”吗 / 77
15. 什么是切开扩创手术 / 77
16. 切开扩创手术后创口如何护理 / 77
17. 什么是拖线疗法 / 78
18. 浆细胞性乳腺炎患者在饮食方面应注意什么 / 78
19. 浆细胞性乳腺炎有没有食疗方 / 78
20. 怎样预防浆细胞性乳腺炎 / 79
21. 男性浆细胞性乳腺炎发病原因是什么 / 80

第六章 乳房良性肿瘤 81

第一节 乳腺纤维腺瘤 81

1. 什么是乳腺纤维腺瘤 / 81
2. 如何判断得了乳腺纤维腺瘤 / 81
3. 乳腺纤维腺瘤会遗传吗 / 82
4. 乳腺纤维腺瘤和情绪、饮食有关系吗 / 82
5. 乳腺纤维腺瘤会不会癌变 / 82
6. 乳腺纤维腺瘤,只要定期随访就够了吗 / 83
7. 乳腺纤维腺瘤到底切不切 / 83
8. 乳腺纤维腺瘤能否行微创手术 / 84
9. 乳腺纤维腺瘤手术后有哪些注意事项 / 85
10. 乳腺纤维腺瘤手术后再发率高吗,如何预防再发 / 85
11. 什么是乳腺巨纤维腺瘤 / 85
12. 乳腺巨纤维腺瘤手术后会再发吗 / 86
13. 中医如何看待乳腺纤维腺瘤 / 87

第二节 乳腺分叶状肿瘤 87

1. 乳腺分叶状肿瘤是什么,良性还是恶性 / 87
2. 乳腺分叶状肿瘤的治疗方法有哪些 / 87
3. 乳腺分叶状肿瘤手术切除后会复发吗 / 88
4. 乳腺分叶状肿瘤会遗传吗 / 88

第三节 乳腺导管内乳头状瘤 88

1. 乳腺导管内乳头状瘤的主要表现有哪些 / 88

2. 如何诊断乳腺导管内乳头状瘤 / 89
3. 如何治疗乳腺导管内乳头状瘤 / 90
4. 乳腺导管内乳头状瘤术后多久复查,查哪些项目 / 90
5. 中医怎么认识乳腺导管内乳头状瘤 / 90

第四节 乳房部脂肪瘤 91

1. 什么是乳房部脂肪瘤 / 91
2. 乳房部脂肪瘤需要手术吗 / 91
3. 乳房部脂肪瘤和饮食有关吗 / 91

第五节 乳腺错构瘤 92

1. 什么是乳腺错构瘤 / 92
2. 如何检查乳腺错构瘤 / 92

第七章 乳腺癌 93

第一节 乳腺癌的流行病学 93

1. 乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤吗 / 93
2. 得了乳腺癌相当于被判了“死刑”吗 / 93
3. 乳腺癌会遗传吗 / 94
4. 乳腺癌和父亲有关吗 / 94
5. 遗传性乳腺癌和家族性乳腺癌有区别吗 / 94
6. 乳腺癌会不会传染 / 94
7. 乳腺癌和哪些因素相关 / 95
8. 乳腺癌是因为雌激素过多吗 / 95
9. 不生育或少生育容易导致乳腺癌吗 / 96
10. 运动对乳腺癌患者有什么好处 / 96
11. 乳腺癌与饮食习惯有什么关系 / 96
12. 情绪和乳腺癌的发生有关吗 / 97
13. 生活中如何预防乳腺癌 / 97
14. 预防乳腺癌如何用药 / 98
15. 什么是预防性手术切除 / 99
16. 肥胖与乳腺癌之间有着怎样的爱恨情仇 / 99

第二节 乳腺癌的诊断检查 100

1. 乳腺癌常见的临床表现都有哪些 / 100
2. 乳腺癌还可能有哪些表现 / 100

3. 乳房肿块相当于乳腺癌吗 / 101
4. 为什么检查后仍不能确诊呢 / 102
5. 如何看懂乳腺癌石蜡病理报告 / 102
6. 乳腺癌有几种类型 / 105
7. 乳腺癌如何分期 / 105
8. 肿块越大预后越差吗 / 106
9. 肿瘤标志物是什么 / 106
10. 常见的肿瘤标志物有哪些 / 106
11. 肿瘤标志物的值升高就是得癌症了吗 / 108
12. 肿瘤标志物的值在正常范围内就一定不患肿瘤吗 / 109
13. 什么是21基因检测 / 109
14. 什么是乳腺癌的分子分型 / 109
15. 三阴性乳腺癌没有靶向药物吗 / 110
16. 乳腺癌肺转移、骨转移、脑转移、肝转移有何表现 / 110

第三节 乳腺癌的手术治疗 111

1. 目前常用的乳腺癌手术方式有哪些 / 111
2. 改良根治术与传统根治术的区别是什么 / 112
3. 哪些患者适合做保乳手术 / 112
4. 哪些患者不适合做保乳手术 / 114
5. 什么是前哨淋巴结活检 / 114
6. 前哨淋巴结活检阴性就可不行腋淋巴结清扫吗 / 115
7. 哪些乳腺癌患者不适合手术 / 116
8. 乳腺癌手术,术前需要做哪些准备 / 116
9. 乳腺癌手术后要注意什么 / 118

第四节 乳腺癌的化学治疗 119

1. 什么是化疗 / 119
2. 乳腺癌手术后都需要化疗吗 / 119
3. 什么是新辅助化疗 / 120
4. 进行了新辅助化疗,术后还需要化疗吗 / 120
5. 乳腺癌常用的化疗方案有哪些 / 120
6. 常用化疗药物的不良反应有哪些 / 121
7. 如何评估化疗的不良反应 / 123
8. 化疗期间出现恶心、呕吐、食欲不振有什么办法 / 123
9. 化疗期间白细胞减少怎么办 / 124
10. 化疗期间出现红细胞/血小板减少怎么办 / 124

11. 化疗期间出现脏器功能损伤要停止化疗吗 / 125	
12. 化疗药物引起的过敏反应严重吗 / 125	
13. 化疗期间应该怎样合理安排饮食 / 125	
14. 中医防治化疗不良反应的优势在哪 / 126	
第五节 乳腺癌的放疗	127
1. 什么是放疗 / 127	
2. 化疗无效了才需要放疗吗 / 127	
3. 是不是乳腺癌晚期的患者才需要放疗 / 128	
4. 放疗阶段需要注意什么 / 128	
5. 什么是放射性皮炎 / 128	
6. 发生放射性皮炎怎么处理 / 128	
7. 什么是放射性肺炎 / 129	
第六节 乳腺癌的内分泌治疗	129
1. 什么是乳腺癌的内分泌治疗 / 129	
2. 所有的乳腺癌患者都适合接受内分泌治疗吗 / 130	
3. 乳腺癌内分泌治疗的药物有哪些 / 131	
4. 早期乳腺癌如何选择内分泌治疗药物 / 132	
5. 晚期/复发转移性乳腺癌可以继续内分泌治疗吗 / 134	
6. 乳腺癌内分泌治疗的不良反应有哪些 / 134	
7. 服用他莫昔芬会增加子宫内膜癌的风险吗 / 135	
8. 服用他莫昔芬导致子宫内膜增厚,需要换药吗 / 136	
9. 服用芳香化酶抑制剂导致的骨质疏松要怎样治疗 / 136	
10. 中医药防治内分泌治疗的不良反应有哪些特点 / 137	
第七节 乳腺癌的靶向治疗	138
1. 什么是靶向治疗 / 138	
2. 靶向治疗能不能取代传统辅助化疗 / 139	
3. 乳腺癌的靶向药物有哪些 / 139	
4. 赫赛汀治疗后耐药怎么办 / 140	
第八节 乳腺癌术后复查	141
1. 乳腺癌术后多久要复查一次呢 / 141	
2. 乳腺癌术后应该复查哪些项目呢 / 141	
第九节 乳腺癌术后康复治疗	142
1. 乳腺癌术后手臂为什么会肿呢 / 142	

2. 乳腺癌术后淋巴水肿怎么分级 / 143
3. 乳腺癌术后上肢淋巴水肿怎么办 / 143
4. 中医药如何治疗术后上肢淋巴水肿 / 144
5. 如何进行上肢功能锻炼 / 144
6. 有什么器械可以帮助上肢功能恢复 / 146
7. 在日常生活中应该怎样保护患肢 / 146
8. 乳腺癌术后怎样合理地运动呢 / 147
9. 乳腺癌术后患者应如何保持良好的心态 / 147
10. 乳腺癌术后患者可以染发吗 / 147

第十节 乳腺癌术后中医药治疗 148

1. 乳腺癌术后要不要吃中药 / 148
2. 乳腺癌术后吃的中药全都是抗肿瘤中药组成吗 / 149
3. 专家开的中药方可以一直吃吗 / 149
4. 乳腺癌术后中药应该吃多久呢 / 149
5. 中药有没有“毒性” / 149
6. 喝中药时能吃绿豆吗 / 150

第十一节 乳腺癌术后饮食 150

1. 乳腺癌术后怎样合理饮食呢 / 150
2. 乳腺癌术后要不要忌口 / 151
3. 乳腺癌术后需要吃保健品吗 / 152
4. 乳腺癌术后是不是越补越好 / 152
5. 乳腺癌患者需要进补吗 / 153
6. 乳腺癌术后能喝豆浆吗 / 153
7. 吃大蒜真能杀死癌细胞吗 / 154
8. 吃得越素就越健康吗 / 155

第十二节 乳腺癌患者的生育问题 155

1. 乳腺癌患者术后还能生育吗 / 155
2. 妊娠对早期乳腺癌患者的预后有影响吗 / 156
3. 乳腺癌患者术后怀孕时机如何选择 / 157
4. 乳腺癌治疗后再生育的相对禁忌证有哪些 / 157
5. 乳腺癌患者对于胎儿的影响如何 / 158
6. 乳腺癌患者产后能哺乳吗 / 158