



主编◎王晓稼 邹德宏

远离 乳腺癌

肿瘤专家为您全面解读乳腺癌
带您走出防治与诊疗误区

中国医药科技出版社

早发现 早诊断 早治疗

远离 乳腺癌

主编 王晓稼 邹德宏

粉红丝带 传递爱心



女性朋友们，让我们一起
为实现一个没有乳腺癌的世界而努力吧！

中国医药科技出版社

内 容 提 要

乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤之一。近年来,我国女性乳腺癌的发病率呈明显上升趋势,在京、津、沪等中心城市,乳腺癌已跃居女性恶性肿瘤的首位。

本书分七章对乳腺癌进行了全面而细致的解析:认识乳房;了解悄悄找上乳房麻烦的各种疾病;了解乳腺癌;乳腺癌的诊断方法;战胜乳腺癌;预防乳腺癌;乳腺癌患者的术后护理。本书由工作在临床一线的肿瘤专家们精心编写而成,特别注重实用性和有效性,认真整理平时工作中乳腺癌患者经常问到的问题,将最新治疗乳腺癌的科学成果转换为最通俗的语言,便于读者理解和掌握。对临床护理人员及患者和家属均有指导作用。

图书在版编目(CIP)数据

远离乳腺癌 / 王晓稼, 邹德宏主编. —北京: 中国医药科技出版社, 2016. 5
ISBN 978-7-5067-8144-2

I. ①远… II. ①王… ②邹… III. ①乳腺癌-防治 IV. ①R737. 9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 018893 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710×1000mm $\frac{1}{16}$

印张 15 $\frac{3}{4}$

字数 213 千字

版次 2016 年 5 月第 1 版

印次 2016 年 5 月第 1 次印刷

印刷 三河市国英印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-8144-2

定价 35.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

编委会

主 编 王晓稼 邹德宏

副主编 朱利明 郑亚兵 陈占红

编 委 (按姓氏笔画排序)

王晓稼 王 涌 叶魏武 吕 蕾

朱利明 孙晓江 杨 琛 何向明

邹德宏 陈占红 陈俊青 陈 涛

邵喜英 郑亚兵 俞星飞 莫文菊

黄 平 黄 健



癌

症是人体在环境、生活等致癌因素的作用下，细胞内基因突变的累积使之失去了对细胞生长能力和生长方向的控制，从而形成恶性新生物。乳腺癌的发生与雌激素的关系最为密切。吸烟、饮酒、肥胖、月经不调等影响激素分泌的原因都会增加乳腺癌的发病风险。癌症作为一种慢性病，三分之一癌症可以预防，三分之一癌症可以根治，三分之一癌症患者经过治疗可以长期生存。癌症预防的目的，就是降低癌症的发病率和死亡率。

2004年3月成立的浙江省癌症中心是在原卫生部颁布《中国癌症预防与控制规划纲要（2004~2010）》后，率先成立的省级癌症中心，中心利用肿瘤医院强有力的人才优势、设备优势、技术优势和扎实的肿瘤防治基础，建立了省内肿瘤防治网，开展了一系列癌症防治宣传教育（如吸烟的危害性），提高民众的防癌意识。并开展肿瘤普查和统计分析，促进癌症早期检查诊断与早期治疗。

尽管大多数癌症不容易被早期发现，但是乳腺癌、宫颈癌、大肠癌、胃癌等，只要做到定期检查，可以做到早发现、早诊断、早治疗，治愈率达90%以上。早期发现乳腺癌应该注





重预防意识，首选是学会乳腺自我检查（BSE），发现可触及的肿块，及时进行医学检查。医生会根据具体情况选择 B 超、乳腺 X 线钼靶，甚至乳腺磁共振（MRI）等检查，并最后通过穿刺活检明确诊断。通过 BRCA 基因检测等多种手段，还能了解个体是否是遗传性乳腺癌高危人群。

《远离乳腺癌》是我院从事乳腺肿瘤防治工作的中青年学者送给广大女性朋友的一份真挚礼物，希望可以帮助她们普及乳腺癌防治的基本常识，了解乳腺癌现今的发病状况、趋势与治疗现状。

浙江省癌症中心主任

浙江省肿瘤医院院长

浙江省抗癌协会常务副理事长

毛伟敏

2016 年 3 月

前言

Preface

在我近 30 年的从医生涯里，这位患者给我留下的印象太深刻！

数年前，一对母女走进我的诊室，当我示意患者坐下后，坐在我桌前的竟然是她而不是那位年纪大的女性。“病人是谁？”我有点不悦，怎么可以这么爽快地坐下而让年老的患者——自己的母亲站着。“是我！”在“我”这个字余音未了的时候，我看见她眼睛里的泪水已经奔涌而出，随之而来的则是她身后母亲嚎啕大哭的声音。到我这里的患者多数是来作最后确诊的，我翻看她的病历：21 岁，未婚，外院超声提示右乳腺 2.5cm×3cm 肿块，BI-RADS 5 级。作为专科医生说，我很清楚这意味着什么，凭着这份超声报告，她患乳腺癌的概率大于 95%，下一步需要做的是穿刺证实或者直接考虑手术了。

这位患者给我的印象深刻，是因为她哭着来看我的门诊，又哭着完成了治疗，哭着出的院。乳腺癌患者悲伤哭泣很正常，但持续处于悲痛的情绪中而且一直都是泪水涟涟的却很少。这很好理解，她是如此的年轻，又尚未结婚，更没有生育和哺乳，人生还没有起步就失去了美丽的那一半，而之后的生涯，还会沉浸在复发转移风险带来的胁迫之中，凄凄惨惨戚戚不过如此。

患者年轻化是我国乳腺癌发展的特点和趋势，除此之外，还有更重要的一点：乳腺癌已成为我国女性最常见的恶性肿瘤。我们来看一组专业的数据：2014 年著名医学杂志《柳叶刀》发表《中国乳腺癌现状报告》文章指出，乳腺癌是中国女性最常见的癌症，在全球范围内，中国占据新诊断乳腺癌病例的 12.2%，占



据乳腺癌死亡的 9.6%；根据中国肿瘤登记年报，发病的年龄标化率为 21.6/10 万女性，而城市地区的年龄标化率是农村地区的两倍，发病率最高的地区是经济发达的东部沿海地区；从年龄上看，中国诊断为乳腺癌的平均年龄为 45~55 岁，比西方女性还要早。

在我们的临床工作中，发现大多数的女性对乳腺疾病并没有太多的了解，这又成了耽误乳腺肿瘤早期发现和诊治的原因。正因为有这样的发现和触动，我们团队动笔编写了这本乳腺癌的科普书籍，我们期望各位关爱乳腺健康的女性朋友们通过这本书能知晓乳腺肿瘤防治方方面面的知识，这是宣传和倡导“会预防、早发现、早诊断、早治疗”理念的一种方式，也是“粉红丝带”爱心传递的载体。

“粉红丝带”是全球乳腺癌防治活动公认的标识，作为乳腺肿瘤的专科医生，这么多年来，我很庆幸能清晰地看到乳腺肿瘤诊治水平的飞跃发展。现在已经步入了全新的“粉红时代”，女性朋友们，为了美丽的胸怀，让我们一起为实现一个没有乳腺癌的世界而努力吧！

邹德宏
2016 年 3 月

目录

Contents

第一章

美丽的常识——认识乳房 / 001

乳房的形态和位置	002
乳房的内部结构	003
乳房的发育经历哪几个不同的时期	005
青春期乳房的变化	006
月经周期乳房的变化	008
妊娠期乳房的变化	008
哺乳期和断乳后乳房的变化	009
绝经前后乳房的变化	010
乳房的生理功能	011
影响乳房生理功能的内分泌激素	012
母乳喂养对母亲的乳腺有何好处	014
何谓乳腺增生症	015
乳腺增生症是如何引起的	016
乳腺增生症与乳腺癌的关系	017
你真的了解乳腺纤维腺瘤吗	019

什么是乳腺的非典型增生	020
乳腺纤维腺瘤是否会癌变，如何随访	021
正确认识乳腺癌	022
乳腺癌是不治之症吗	023
乳腺癌发病率愈来愈高了吗	024
认识副乳，警惕癌变	024
乳房 X 线摄影及应用	025
乳腺 X 线摄影会导致癌症吗	026
乳腺癌病因性危险因素	027



第二章

来袭的信号——了解悄悄找上乳房麻烦的各种疾病 / 029

乳房疼痛的原因	030
腋下或肩背疼痛不适与乳房疾病有关吗	031
绝经后又出现的乳房疼痛，要小心了	031
乳房出现肿块的原因	032
为什么乳房肿块会时大时小	033
不痛不痒的乳房肿块要紧吗	033
乳头溢液有哪些原因	034
乳头血性溢液一定是乳腺癌吗	035
乳头乳晕瘙痒及皮疹是癌症的征兆吗	036
为什么会出现一侧乳头抬高或回缩	036
乳房长“酒窝”警惕乳腺癌	037
乳房皮肤出现“橘皮”样改变的原因	037
腋窝肿块与乳腺癌有关吗	038
儿童也会得乳腺癌吗	038



第三章

为什么它会发生——了解乳腺癌 / 040

诱发乳腺癌的六大危险信号	041
九种人易患乳腺癌	042
哪些人容易患乳腺癌	043
大豆会导致乳腺癌吗	044
何谓乳痛症	045
乳腺癌发病的高峰年龄段	046
饮食因素与乳腺癌发病的关系	046
环境因素与乳腺癌发病的关系	047
精神因素与乳腺癌发病的关系	048
乳腺癌的发生与哪些内分泌因素有关	049
口服避孕药会导致乳腺癌的发生吗	050
乳腺癌的发生与女性生理和婚育等因素有何关系	051
妊娠期或哺乳期也会得乳腺癌吗	052
病毒与乳腺癌的发生有关吗	053
女性发胖是预示乳腺癌吗	053
何谓乳腺癌癌前病变	054
癌前病变一定会发展成癌吗	055
什么是遗传性乳腺癌	056
什么是 BRCA 基因	056
为何两侧乳房有时会同时生癌	057
乳腺癌会遗传吗	058
什么是家族性乳腺癌	059





第四章

如何给它定性——乳腺癌的诊断方法 / 060

乳房疼痛的诊断及鉴别诊断	061
良、恶性乳房肿块的鉴别要点	062
乳房检查什么时候合适	063
乳房体格检查的内容	064
乳房体格检查的注意事项	065
何种情况下应定期进行 X 线检查	066
哪些情况不宜进行乳腺 X 线检查	067
正常乳腺钼靶 X 线片是什么样	067
正常乳腺的 X 线片分型	068
乳腺的硒静电 X 线摄影	070
何谓影像学、彩超检查的 BI-RADS 分类	070
乳腺癌的常见 X 线表现	071
乳腺良性疾病的 X 线表现	072
乳腺良、恶性病变钼靶 X 线片的鉴别要点	073
多普勒彩色超声用于乳腺检查的优势	074
何谓乳腺超声诊断	074
乳腺超声图像良、恶性病变怎么鉴别	075
什么情况下该选择乳腺超声检查	077
CT 也能用于乳腺组织检查吗	078
什么是磁共振乳腺检查	079
乳腺良性疾病包含哪些	080
乳腺增生是疾病吗	080
如何诊断乳腺纤维腺瘤	081



乳腺纤维腺瘤的临床表现	081
乳腺纤维腺瘤需与哪些病进行鉴别诊断	082
多大的乳腺纤维腺瘤需要动手术	083
怎样对乳头溢液进行鉴别诊断	084
乳腺分叶状囊肉瘤是良性还是恶性	084
黄豆粒大的肿块也会是乳腺癌吗	085
乳房病病史的特殊性	086
乳导管造影的适应证	087
如何判断乳导管造影表现	088
何谓纤维乳管内窥镜 (FDS) 检查	089
乳腺良、恶性疾病的红外热像图	089
乳腺声像图良、恶性病变的鉴别要点	090
何谓乳腺细胞学检查	091
溢液涂片及皮损处刮片操作	091
乳房肿块针吸细胞学诊断的准确性及安全性	092
乳房肿块粗针穿刺诊断的准确性及安全性	092
乳房肿块切除活检诊断的准确性及安全性	093
乳腺癌的地区分布有何特点	093
乳腺癌的临床表现	094
乳腺癌的皮肤表现	097
乳腺癌乳头的改变	099
乳腺癌的诊断依据	099
乳腺癌需与哪些疾病进行鉴别诊断	100
乳房外伤性脂肪坏死与乳腺癌的鉴别要点	101
检查血中肿瘤标记物能否确诊为乳腺癌	102
癌基因、抑癌基因及其产物的检测对乳腺癌 有什么意义	102





为何乳腺疾病有时也需做血中激素水平测定	103
乳腺癌免疫组织化学检测有什么意义	104
为何应对切除的乳腺癌组织进行激素受体检查	105
报告单中 ER PR Her-2 Ki-67 有什么意义	105
什么时候需要行 HER2 FISH 检测	106
乳腺癌的临床分期	106
何谓国际 TNM 分期法	107
乳房内摸不到肿块却得了乳腺癌是怎么回事	108
如何根据临床情况来判断乳腺癌的预后	108
乳腺癌的分子分型	109
乳腺癌术后复发风险的分组	110
何谓乳腺微浸润癌	111
乳腺癌常见的转移方式	112
如何知道乳腺癌发生了骨转移	113
如何知道乳腺癌发生了淋巴转移	113
如何知道乳腺癌已转移到肺、肝、脑	114
何谓湿疹样乳癌 (Paget's 病)	115
何谓炎性乳腺癌	116
乳腺分叶状肿瘤	116
何谓乳腺肉瘤	117
乳腺癌术前检查的意义	118
什么是新辅助化疗	119
什么是乳腺癌 21 基因检测	119
乳腺肿块穿刺会让癌细胞扩散吗	120

第五章

把它清除出去——战胜乳腺癌 / 121

乳腺癌的手术适应证	122
乳腺癌的手术禁忌证	123
乳腺癌手术的术前准备	123
什么是乳腺癌改良根治术	124
保乳手术的适应证和禁忌证	125
保留乳腺的乳腺癌手术安全吗	125
保乳术后并发症及处理	126
何谓姑息性手术治疗	126
乳房重建手术包含哪些	127
什么样的患者适合乳房再造手术	128
何种情况下不宜行乳房再造手术	128
乳腺癌术后多久可以考虑乳房重建	129
何谓前哨淋巴结	130
为什么要施行前哨淋巴结活检替代腋窝淋巴结清扫	130
何种患者适合行前哨淋巴结活检手术	131
腋窝淋巴结清扫术和前哨淋巴结活检术后并发症及 处理	131
乳房切除术后并发症及处理	132
乳腺癌的临床治愈	133
何谓乳腺癌的化学治疗	133
如何根据实际情况选择不同的化疗方式	134
抗雌激素药物治疗乳腺癌的机制	136
临床怎样正确使用三苯氧胺	137



常用的卵巢去势方法	138
如何根据实际情况选择不同的内分泌治疗方式	140
何谓乳腺癌的靶向治疗	141
何谓乳腺癌的生物免疫治疗	142
晚期乳腺癌患者应如何综合治疗	143
如何根据癌基因的改变来判断乳腺癌的预后	144
乳腺癌患者出现淋巴转移后应如何处理	145
乳腺癌患者出现远处转移后应如何处理	146
乳腺癌患者出现骨转移后应如何处理	147
乳腺癌患者出现脑转移后的治疗	148
男性乳腺癌的诊治	149
何谓乳腺癌的放射治疗	150
乳腺癌放射治疗的适应证	151
实施放疗的注意事项	153
常见的放疗并发症	154
如何处理放疗并发症	155
早期乳腺癌保乳术后调强放疗模式	157
何谓加速部分乳房照射	158
前哨淋巴结转移阳性的乳腺癌患者的处理	158
图像引导下的放射治疗技术在早期乳腺癌保乳术后 放射治疗中的运用	159
中医如何治疗乳腺纤维腺瘤	160
中医对乳腺增生病的辨证论治	161
中医治疗乳腺癌的几种方法	162
中医怎样对乳腺癌进行辨证论治	164
可以用于治疗乳腺癌的中成药	165
常用的治疗乳腺癌的单方和验方	166

怎样运用中医的外治法治疗乳腺癌	167
中医怎样对乳腺癌进行对症治疗	168
中医中药治疗乳腺癌的注意事项	169

第六章
防患于未然——预防乳腺癌 / 171

哺乳会影响乳房的外形吗	172
患有乳腺增生的女性应注意些什么	173
精神及情感因素会对乳房产生什么影响	174
老年妇女怎样进行乳房保健	175
中年妇女的乳房保健	175
锻炼可使乳房更健美	176
饮食中注意些什么可使乳房更健美	177
良性乳腺病患者应如何进行自我保健	177
母乳喂养真的那么重要吗	178
舌尖上的美味和乳腺癌	179
吃得太油小心乳腺癌找上你	182
肥胖，乳腺癌背后的又一推手	184
吸烟喝酒也会对乳腺有影响吗	185
运动能防乳腺癌吗	186
生活习惯和乳腺癌	186
更年期妇女服用激素替代治疗会导致乳腺癌吗	188
该结婚就结婚吧，晚婚易患乳腺癌	189
对乳腺来讲哪种避孕方式更好	190
流产对乳腺的影响	191
每日服用维生素能预防乳腺癌吗	191