



总主编·臧远胜 KANGAI BIXIUKE RUXIANAI

抗癌必修课 乳腺癌

第2版

主 编·秦文星
臧远胜

实用的抗癌知识
最新的诊疗理念与研究进展
贴心的居家调养措施

上海科学技术出版社





总主编 臧远胜

抗癌必修课

乳腺癌

— 第2版 —

主 编 秦文星 臧远胜

上海科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

抗癌必修课·乳腺癌 / 臧远胜总主编; 秦文星, 臧远胜

主编. —2 版. —上海: 上海科学技术出版社, 2019.1

ISBN 978-7-5478-4281-2

I. ①抗… II. ①臧… ②秦… III. ①乳腺癌-防治

IV. ① R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 287800 号

抗癌必修课·乳腺癌 (第 2 版)

总主编 臧远胜

主 编 秦文星 臧远胜

上海世纪出版 (集团) 有限公司
上 海 科 学 技 术 出 版 社 出版、发行

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235 www.sstp.cn)

浙江新华印刷技术有限公司印刷

开本 889×1194 开本 1/32 印张 6.25

字数: 150 千

2015 年 8 月第 1 版

2019 年 1 月第 2 版 2019 年 1 月第 2 次印刷

ISBN 978-7-5478-4281-2/R·1755

定价: 35.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向承印厂联系调换

内容 | 提要

“抗癌必修课”丛书由上海长征医院肿瘤科臧远胜主任组织编写，自出版以来，因其科学严谨的内容及通俗易懂的表述，广受读者欢迎和好评。本次全新修订，在第一版的基础上，对内容进行了全面梳理、修订和补充，增加了近两年来肿瘤诊治方面的新成果和新进展，并力求内容更实用、文字表述更准确。

本书涵盖乳腺癌流行病学、病因、诊断、治疗、预后、随访及日常调养和康复等诸多方面的内容，从实用的角度出发，为乳腺癌患者及其家属答疑解惑，帮助他们正确认识乳腺癌，合理选择治疗方案，是一本权威性强、浅显易懂的便携式抗癌手册。

本书通俗中体现权威，普及中凸显专业，可从多方面满足患者及其家属对乳腺癌诊治知识的需求和渴望，也可作为非本专业医务人员了解乳腺癌相关知识的速查手册。



编委会 | 名单

主 编 秦文星 臧远胜

编 委 (按姓氏笔画排列)

于 跃 上海长海医院甲乳外科
于观贞 上海中医药大学附属龙华医院肿瘤科
王 梅 上海长海医院肿瘤科
王 湛 上海长征医院肿瘤科
王 燕 上海长征医院肿瘤科
王 薇 上海长海医院肿瘤科
王利新 复旦大学附属中山医院血管外科
王妙苗 上海长征医院肿瘤科
王鑫鑫 中国人民解放军总医院普通外科
叶 欣 中国福利会国际和平妇幼保健院乳腺科
叶 敏 上海长征医院中医科
叶晨阳 上海长征医院肿瘤科
朱 玮 复旦大学附属中山医院普外科
孙 莉 上海长征医院肿瘤科
苏东玮 上海长海医院甲乳外科
李 纲 复旦大学附属肿瘤医院闵行分院肿瘤内科
李开春 同济大学附属天佑医院肿瘤科

→ 编委会名单

- | | |
|-----|--------------------|
| 李俊杰 | 复旦大学附属肿瘤医院乳腺科 |
| 李恒宇 | 上海长海医院甲乳外科 |
| 杨 梅 | 复旦大学附属肿瘤医院闵行分院肿瘤内科 |
| 吴 颖 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 张 剑 | 复旦大学附属肿瘤医院肿瘤内科 |
| 陈宏亮 | 复旦大学附属妇产科医院乳腺外科 |
| 陈诗绮 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 范 蕾 | 复旦大学附属肿瘤医院乳腺外科 |
| 周文丽 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 郑建明 | 上海长海医院病理科 |
| 郑唯强 | 上海长海医院病理科 |
| 郑磊贞 | 上海交通大学医学院附属新华医院肿瘤科 |
| 赵 婧 | 上海长征医院中医科 |
| 胡天华 | 复旦大学附属华东医院乳腺外科 |
| 柳 珂 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 姜治国 | 上海长征医院甲乳外科 |
| 秦文星 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 秦保东 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 原凌燕 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 钱建新 | 上海中医药大学附属龙华医院肿瘤科 |



- | | |
|-----|--------------------|
| 黄 耀 | 东方肝胆外科医院生物治疗科 |
| 曹 君 | 复旦大学附属肿瘤医院肿瘤内科 |
| 焦晓栋 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 臧远胜 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 戴维萍 | 上海长征医院肿瘤科 |
| 瞿 晴 | 上海交通大学医学院附属瑞金医院肿瘤科 |

作者 | 简介



臧远胜 医学博士，研究生导师，现任上海长征医院肿瘤科主任，长征医院国家药物临床试验机构肿瘤专业组组长。兼任中国宋庆龄基金会肿瘤区域医疗与产学研联盟副理事长及疑难肿瘤专业委员会主任委员，中国医药教育协会疑难肿瘤专业委员会候任主任委员、肿瘤免疫治疗专业委员会常务委员、肺部肿瘤专业委员会委员，中国抗癌协会肿瘤防治科普专业委员会委员，中国临床肿瘤

学会非小细胞肺癌专家委员会、胆道肿瘤专家委员会委员，上海市抗癌协会癌症康复与姑息治疗专业委员会、肿瘤呼吸内镜学专业委员会、脑转移瘤专业委员会常务委员，上海市肿瘤化疗质量控制中心专家委员会委员。

擅长肺癌、肠癌、胃癌、乳腺癌等实体恶性肿瘤的早期诊断与个体最优化治疗，以及疑难肿瘤的诊治。先后主持肿瘤研究相关国家自然科学基金、国家卫生和计划生育委员会医药卫生科技发展基金、上海市科学技术委员会基金等课题多项，获上海市科技进步奖 1 项。开展了多项肿瘤诊治的创新性研究，研究成果的相关论文被国内外著名医学期刊收录发表。

专家门诊：每周一上午、下午；特需门诊：每周三上午。

➔ 作者简介



秦文星 医学博士，现就职于上海长征医院肿瘤科。兼任中国临床肿瘤学会（CSCO）青年专家委员会常务委员，中国医药教育协会疑难肿瘤专业委员会常务委员，中华医学会肿瘤学分会乳腺肿瘤青年学组委员、姑息治疗青年学组委员，中国抗癌协会乳腺癌专业委员会青年委员、乳腺癌专业委员会康复学组委员，上海市抗癌协会肿瘤精准治疗专业委员会委员、乳腺癌专业委员会

青年委员，上海市医学会肿瘤靶分子委员会青年委员，*Journal of Clinical Oncology*（中文版）乳腺肿瘤专刊青年编委等。

先后主持国家自然科学基金 1 项、上海市自然科学基金 1 项；参与国家自然科学基金、上海市科学技术委员会基金及上海市卫生和计划生育委员会基金等课题多项。长期从事乳腺癌等实体肿瘤的发病机制及防治研究，研究成果的相关论文分别被 *Experimental and Clinical Cancer Research*（《实验与临床癌症研究杂志》）、*Cellular Physiology and Biochemistry*（《细胞生理学与生物化学》）等国内外著名医学期刊收录发表。

门诊时间：每周一上午。



序 | 言

“抗癌必修课”系列图书自问世以来，因其科学严谨的内容及通俗易懂的表述，广受读者欢迎和好评。无论是作为肿瘤患者及普通民众的科普读物，还是作为基层卫生工作人员的参考书，“抗癌必修课”丛书均能提供规范、实用的解答和建议。

近年来，肿瘤的诊断和治疗领域均取得了长足的进步，新技术、新方法和新药物层出不穷，由此带来的肿瘤诊治变化也是巨大的。为了让这些专业知识更接地气，为了让广大民众，特别是肿瘤患者及其家属能够对这些新进展有比较充分的了解，从而更好地开展肿瘤相关防治，本套丛书总主编臧远胜教授主持对“抗癌必修课”丛书进行了全新修订。本套丛书既保持了原有的全面、权威、通俗易懂的特点，又着重体现了近年来肿瘤诊治方面的新成果，其内容涵盖了常见恶性肿瘤的流行病学、病因、诊断、治疗、预后、随访及日常调养和康复等诸多方面，力求从实用的角度出发，为肿瘤患者及家属答疑解惑，帮助他们正确地认识肿瘤，合理地选择治疗方案，少走弯路，从而进一步提高肿瘤防治的效果。

为了保证丛书的规范性和先进性，每个分册均由在肿瘤科研和临床工作方面具有深厚功底的一线临床医师编写，他们不仅对肿瘤诊治的最新进展十分熟悉，而且非常重视肿瘤整体综合性治疗。本套丛书内容全面、实用，对肿瘤患者及其家属，以及基层卫生工作人员具有指导作用。我相信，再版后的“抗癌必修课”丛书会给人焕然一新的体验，将对普及肿瘤防治知识、提高肿瘤的防治水平发挥重要的作用。

王杰军

中国抗癌协会癌症康复与姑息治疗专业委员会 前任主任委员

全军肿瘤专业委员会 前任主任委员

2017 年 12 月

前 | 言

肿瘤诊治领域的进展日新月异，尤其是近两年来，许多治疗理念、策略和方法都有了十分重大的变化。“抗癌必修课”丛书出版已近两年，其内容与目前肿瘤诊治领域的进展已经有了一定的差距，例如免疫治疗的进展、靶向治疗的更新，以及基因检测对临床决策的指引等，这些内容确实影响了肿瘤治疗策略和方案的制订，并且改变了我们的临床实践。为了体现肿瘤相关的新进展，并为肿瘤患者及其家属提供规范及先进的诊疗和康复建议，对“抗癌必修课”丛书的修订势在必行。

在“抗癌必修课”丛书出版后，我们收到了许多读者的反馈，有部分内容是他们实际需要的，但当时的内容并不是十分周全，例如肿瘤患者的营养评估和干预、止吐的优化治疗、癌痛的规范化诊治等，这些内容对于肿瘤综合治疗而言是十分重要的，需要在再版的时候给予补充和修订。

此外，由于“抗癌必修课”丛书出版时间较为仓促，书中难免存在一些表述不够清晰或不够充分的地方，为了避免读者产生

→ 前言

错误的理解，我们将在此次再版中一并更新和修改，力使文字表述得更加准确。

基于以上原因，我们对“抗癌必修课”丛书进行了全面的修订工作，各位编委以极大的热情和负责任的态度，对图书内容进行了全面的梳理、修订和补充，力求准确地反映肿瘤诊治相关的进展，并在实用性方面进一步完善，同时校准文字，使其表述更为准确。各位编委的辛勤工作保证了全书的规范性、准确性和先进性。正是这种一丝不苟的工作态度、对图书质量精益求精的要求，才使得“抗癌必修课”丛书获得了良好的社会反响，这也体现了民众对于这种专业、权威、易懂的科普知识的需求。希望通过我们的努力，使得大家对肿瘤有更深入的了解，能够更有效地预防和治疗肿瘤。

臧远胜

上海长征医院肿瘤科主任

2017 年 12 月

目 录

● 基础课	1
1. 什么是乳腺癌	2
2. 乳腺癌离我们远吗	3
3. 乳腺癌的发生与哪些因素有关	4
4. 哪些人容易患乳腺癌	6
5. 月经时间跨度与乳腺癌的发生密切相关	7
6. 乳腺癌是不治之症吗	8
7. 佩戴文胸与乳腺癌的发生有关系吗	9
8. 哪些不良的生活习惯与乳腺癌相关	10
9. 情绪对乳腺癌发生和发展的影响不容小觑	12
10. 超重和肥胖对乳腺癌到底有多大影响	13
11. 服用避孕药会引起乳腺癌吗	15
12. 婚育、哺乳、流产对乳腺癌的发生有什么影响	16
13. 放射线照射与乳腺癌的发生有关系吗	17
14. 哪些食物可增加患乳腺癌的风险	19
15. 良好的饮食习惯可以预防乳腺癌	21



16. 男性会得乳腺癌吗	22
17. 什么是家族聚集性乳腺癌	23
18. 乳腺癌的具体预防措施有哪些	24

• 诊断课 25

19. 平时如何进行乳腺自检	26
20. 适时进行乳腺癌筛查至关重要	28
21. 乳腺触摸到包块一定是乳腺癌吗	30
22. 乳腺癌发生后一定能触摸到包块吗	32
23. 乳头溢液或溢血一定是得了乳腺癌吗	33
24. 身体出现哪些征兆时要重点排查乳腺癌	35
25. 乳腺小叶增生会癌变吗	37
26. 乳腺纤维腺瘤会癌变吗	38
27. 什么是炎性乳腺癌	39
28. 乳腺的恶性肿瘤一定是乳腺癌吗	41
29. 什么是乳腺癌诊断的“金标准”	42
30. 怀疑乳腺癌时为什么有时候要反复做穿刺活检	44
31. 初次穿刺诊断时穿刺针的粗细有何讲究	46
32. 对乳腺癌转移病灶还有必要再做活检吗	48
33. 乳腺癌有哪些病理类型？各有什么样的临床特点	50
34. 乳腺癌的影像学检查方法有哪些？各有什么利弊	52
35. 什么是 PET-CT 检查？对乳腺癌的诊断有多大意义	53
36. 血清肿瘤标志物对乳腺癌诊治有何意义	55
37. 为什么要做 <i>HER-2</i> 及 <i>BRCA1/2</i> 基因检测	57
38. 检测 ER、PR、 <i>HER-2</i> 、Ki-67 的必要性	58
39. 乳腺癌是如何进行临床分期的	59