



全媒体“健康传播”系列丛书

乳腺癌 患者指南

乳房健康管理 红颜依旧笑春风

早预防、早诊断、早治疗

最全面的乳腺癌诊疗流程！



孙正魁 主编

江西省肿瘤医院乳腺科
主任医师、博士、硕士生导师

主要从事乳腺癌基础和
临床研究，对乳腺常见病、
多发病、疑难病的诊治有丰
富临床经验。



想获取科学的乳腺癌防治知识？
立即扫码加入“乳腺癌教育圈”！



江西科学技术出版社



全媒体“健康传播”系列丛书

乳腺癌 患者指南



江西科学技术出版社
江西·南昌

图书在版编目(CIP)数据

乳腺癌患者指南 / 孙正魁主编. — 南昌: 江西科学技术出版社, 2018.12

ISBN 978-7-5390-6663-9

I. ①乳… II. ①孙… III. ①乳腺癌-治疗 IV.

① R737.905

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 274115 号

国际互联网(Internet)地址: <http://www.jxkjcsbs.com>

选题序号: ZK2018564

图书代码: B18275-101

乳腺癌患者指南

孙正魁 主编

RUXIANAI HUANZHE ZHINAN

出版发行 / 江西科学技术出版社

社址 / 南昌市蓼洲街 2 号附 1 号

邮编 / 330009

电话 / 0791-86623491

印刷 / 雅昌文化(集团)有限公司

经销 / 各地新华书店

开本 / 889mm × 1194mm 1/32

印张 / 4.75

字数 / 50 千字

版次 / 2018 年 12 月第 1 版 2018 年 12 月第 1 次印刷

书号 / ISBN 978-7-5390-6663-9

定价 / 36.00 元

赣版权登字 -03-2018-435

版权所有 侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误, 可向承印厂调换)

加入“乳腺癌教育圈”

红颜依旧笑春风！

乳腺癌是让所有女性都谈之色变的恶性肿瘤，是女性健康的头号杀手，乳腺癌所带来的生理和心理的痛楚是远非常人所能想象的。因此，为了帮助乳腺癌患者及家属科学地认识乳腺癌，做到早预防、早诊断、早治疗，我们准备了如下学习资料：

名医好课 免费学习



微信扫一扫
乳腺癌线上资源享不停

专家直播

HOT

专家直播教你
如何正确面对乳腺癌

视频资源

乳腺癌知识讲座
在线看

名医文章

名医好文章
免费分享

编 委 会

主 编

孙正魁 江西省肿瘤医院乳腺科 主任医师

编者（按姓氏笔画顺序）

王美鑑 江西省肿瘤医院乳腺科 主任医师

王烈亮 江西省肿瘤医院乳腺科 主治医师

孙正魁 江西省肿瘤医院乳腺科 主任医师

余 婷 江西省肿瘤医院乳腺科 主治医师

贺文兴 江西省肿瘤医院乳腺科 副主任医师

徐卫英 江西省肿瘤医院乳腺科 副主任护师

唐 牧 江西省肿瘤医院乳腺科 主治医师

梁璟慧 江西省肿瘤医院乳腺科 主治医师

廖朝晖 江西省肿瘤医院乳腺科 副主任护师

统 稿

唐 牧 江西省肿瘤医院乳腺科 主治医师

序 言

PREFACE

砥砺奋进，春风化雨。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央把人民健康放在优先发展的战略位置，提出“没有全民健康，就没有全面小康”“要做身体健康的民族”，从经济社会发展全局统筹谋划加快推进“健康中国”战略。

江西省委、省政府历来高度重视人民健康，积极出台实施《“健康江西 2030”规划纲要》，加快推进“健康江西”建设，全省卫生健康领域改革与发展成效显著，医疗卫生服务体系日益健全，人民群众健康水平和健康素养持续提高。

江西省卫生健康委员会与江西省出版集团公司共同打造的“健康江西”全媒体出版项目，包

括图书出版和健康教育平台，内容涵盖健康政策解读、健康生活、中医中药、重大疾病防治、医学人文故事、卫生健康文化、医企管理等内容。《全媒体“健康传播”系列丛书》是“健康江西”全媒体出版项目中一套优秀的、创新的健康科普读物，由相关领域的医学专家潜心编写，集科学性、实用性和可读性于一体。同时推出“体验式”及“参与式”模式，实现出版社、专家、读者有效衔接互动，更好地为读者服务。

对人民群众全生命周期的健康呵护与“健康江西”全媒体形式的结合，堪称一种全新的尝试，但愿受到广大读者的喜爱，尤其希望从中获取现实的收益。

江西省卫生健康委党组书记、主任



2018年12月5日

前言

FOREWORDS

在我国，乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤，而且发病率还在不断地上升，防治任务十分艰巨。在日常的临床工作中，常常发现一些乳腺癌患者对疾病缺乏正确的认识，在选择医院和治疗康复方面更是缺乏了解，与医生、护士之间缺乏有效沟通，导致最终没能得到最合理的治疗，极大地影响了疾病的预后。

一直希望有这样一本书，让患者在被诊断为乳腺癌时，可以通过阅读该书，对自己所患的疾病有一个全面的了解，能选择合适的医院和主治医生，接受到最合理的治疗，获得更好的疗效。

这本书的内容不能太浅显，浅显的科普知识

更适合于健康人群阅读，而不能满足患者想对所患疾病有全面、深入了解的需要；不能写得太专业和深奥，对疾病机制、诊断和治疗的进展的数据进行赘述会让非专业的患者觉得枯燥无味。

因此，本书由在乳腺癌诊治临床一线的医务工作者编写，他们对乳腺癌患者的需求有深入的了解，对乳腺癌给患者带来的痛苦有最切身的感受，同时又具有丰富的乳腺癌预防、治疗和护理的经验。

本书从乳腺癌的基础知识、怎样选择就诊医院、需要接受的相关检查、常见症状、各期治疗方案选择、各种治疗方法的远期疗效和副作用管理、护理注意事项、治疗后的康复要点、家属怎样照顾和护理患者和相关专业术语等方面，对乳腺癌做了全面系统、简明扼要的介绍，提供了实用的乳腺癌预防、就医、治疗和护理指导。书中介绍了乳腺癌防治诊疗的最新知识，医学观点正确、有权威性，行文流畅，通俗易懂，不失为是一本好的患者教育实用手册，适合于乳腺癌患者、家属和其他关心乳腺健康的朋友阅读。

目 录

CONTENTS

1 PART

你需要了解的乳腺癌基础知识

乳房的结构和生理 / 003

乳腺癌的高发人群 / 007

与乳腺癌相关的乳房疾病 / 014

乳腺癌的早期症状 / 020

2 PART

乳腺癌看病不犯难

乳腺癌患者该如何选择医院 / 024

可能会接受的相关检查 / 033

关于检查你可能会问医生的问题 / 044

3 PART

乳腺癌的治疗

乳腺癌的分期和分子分型 / 052

乳腺癌的治疗原则 / 056

乳腺癌的基本治疗方法 / 057

关于治疗你可能会问医生的问题 / 076

4 PART

乳腺癌的预后及康复

乳腺癌治疗的远期效应 / 086

手术治疗后的康复 / 103

如何提高生存质量 / 117

家属能做些什么 / 122

5 PART

你可能想了解的乳腺癌专业术语

PART 1

你需要了解的乳腺癌基础知识

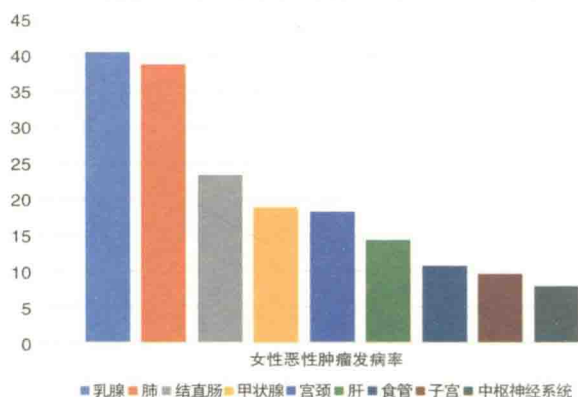
- | | |
|-----|-------------|
| 003 | 乳房的结构和生理 |
| 007 | 乳腺癌的高发人群 |
| 014 | 与乳腺癌相关的乳房疾病 |
| 020 | 乳腺癌的早期症状 |
-

女性是社会的半边天，更是家庭感情的纽带和轴心。乳腺癌被称为“红颜杀手”，是危害女性健康最常见的恶性肿瘤。

即使中国在世界范围内属于乳腺癌较低发病区，仍然约每31位女性中，就有1位会不幸罹患乳腺癌。乳腺癌患者数量占有女性恶性肿瘤患者数量1/4以上，而且发病率还在不断上升。预计到2035年，我国女性乳腺癌的发病数可达25.2万例，死亡人数高达7.6万。

这些冰冷的数字，反映了乳腺癌的可怕。幸运的是，今天人们对乳腺癌的认识和研究越来越深入，诊治水平也日益提高。最新的数据显示，中国乳腺癌患者的5年生存率已经达到了83.2%。而且，通过对乳腺癌高危因素的调控，可能减少乳腺癌的发生；通过提高乳房健康意识，增加筛查和体检，可以使更多的乳腺癌患者得到早诊、早治；通过多种治疗方法合理地综合应用，可以进一步提高乳腺癌患者的生存率和生活质量。

中国2014年女性恶性肿瘤发病率（1/100000）



乳房的结构和生理

了解乳房的形态结构、生理功能、与内分泌的关系，对于乳腺癌的预防、诊断、治疗和康复至关重要。

乳房的解剖结构

乳房主要由 3 种结构组成：皮肤、皮下组织和乳腺组织。

乳房的皮肤很薄，含有毛囊、皮脂腺和汗腺。乳晕呈环形，有色素沉着。无明显下垂的乳房乳头位于第四肋间的位置，内含丰富的感觉神经末梢。

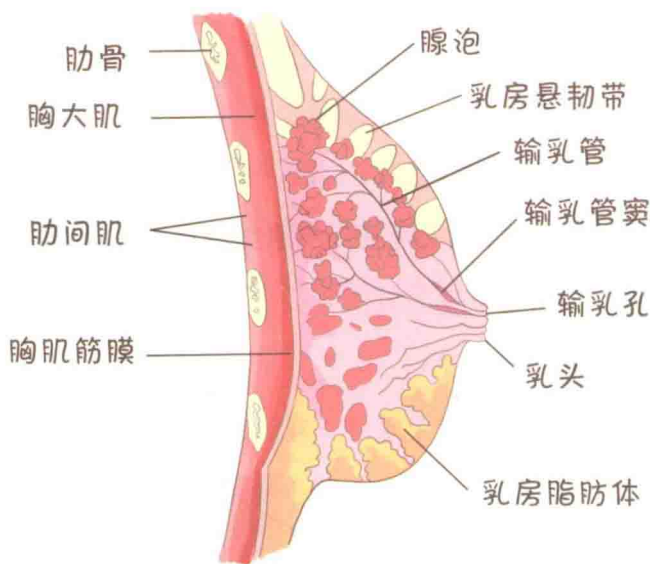
乳腺组织分为 15~20 个腺叶，在乳头处呈放射状汇集。每一腺叶分成若干个腺小叶，每一腺小叶由小导管和相应的腺泡（10~100 个）组成，导管和腺泡由乳腺上皮细胞排列而成。导管系统在乳头形成 10 个左右的输乳管开口，输乳管的分支从

乳头开始，延伸至每一个腺泡的小导管。

乳腺癌即来源于乳腺上皮细胞，是乳腺上皮细胞在多种致癌因素的作用下，发生基因突变，致细胞增生失控而发生的恶性病变。

乳房皮下组织包含脂肪组织、纤维组织、神经、血管和淋巴管。

乳房的主要血供来源于内乳动脉和胸外侧动脉，静脉回流至胸内侧静脉穿支、腋静脉分支和肋间后静脉穿支。



乳房的结构图

乳房的皮下淋巴管或乳头淋巴管丛通过体表淋巴管回流，约 97% 回流到腋淋巴结，3% 回流到内乳淋巴结。

乳腺癌细胞可经淋巴管、淋巴结发生转移，也可经淋巴途径进入静脉，或直接侵入血液循环而发生远距离转移。

乳房的生理

女性进入青春期后，在垂体激素和雌激素的影响下，乳腺导管开始增生、延长，间质增多，脂肪沉淀。性成熟后，在雌激素和孕激素的协同作用下，使乳腺导管、小叶得到充分发育。围绝经期，卵巢功能衰退，乳腺上皮结构和间质发生退行性变，脂肪堆积增加。

在月经周期中，随着雌激素或孕激素水平的变化，乳腺上皮细胞发生周期依赖性的组织学变化。如今的医学已证明，雌、孕激素通过与乳腺上皮细胞上的雌激素受体（ER）和孕激素受体（PR）结合来调节乳腺上皮的变化。月经前 3~4 天乳腺血流明显增加，小叶间质水肿，乳腺导管上皮和腺泡增生。月经过后，乳腺水肿逐渐消退，增生的上皮脱落。月经后 5~7 天乳房体积最小，是最适合乳腺检查的时间。

妊娠期在各种激素的刺激下，乳腺出现导管扩张，小叶和

腺泡发育，乳房体积明显增大，浅静脉扩张，乳头和乳晕色素沉着加深。妊娠中后期，腺泡开始分泌初乳。分娩后，腺泡和导管分泌物集聚，分泌乳汁。

总之，乳房在发生、发育过程中的变化主要和性激素有关。多数乳腺组织的发育异常发生在退化复旧期，乳腺癌亦是如此。女性乳腺癌的高发年龄是中老年，中国人群最高发的年龄段是45~54岁，在60~69岁之间还有一个小幅升高的发病高峰。

