



日女医学指南

乳房肿块的自我检查法

姜均本 胡滨成 王奎波 编著

科学出版社重庆分社

乳房肿块的自我检查法

姜均本 胡滨成 王鑫波 编著

科学技术文献出版社重庆分社 出版

重庆市市中区胜利路91号

四川省新华书店重庆发行所 发行

开本：789×1092毫米1/32 印张：1⁵/₈

字数：3.5万 印数：35000

1980年7月第1版 1980年7月第1次印刷

科技新书目：170—133

书号：14176·34

定价：0.20元

前 言

《乳房肿块的自我检查法》是一本科普读物。乳房疾病比较多见，其中乳腺癌的发病率仅次于子宫颈癌。“三早”（早期发现、早期诊断、早期治疗）是乳腺癌能否根治的关键。“三早”中又以早期发现最为重要。本书用通俗的语言，附以线条插图，用文字对照插图的方法向读者介绍有关乳房的解剖、生理、常见乳房肿块的一般表现以及乳房自我检查方法和乳房常见包块的鉴别，对提高乳腺癌的早期发现，将有很大的帮助，敬希读者批评，指正。

编著者

1980.3.15 于重庆

C0131684



目 录

乳房的解剖与生理	(1)
一, 乳房的位置和形态.....	(1)
二, 乳房的构造.....	(3)
三, 乳房的血液供应.....	(4)
四, 乳房的淋巴回流.....	(6)
五, 乳房的神经支配.....	(8)
六, 乳房的发育阶段.....	(8)
七, 乳房的功能变化和授乳.....	(10)
八, 哺乳期的乳房卫生.....	(11)
乳房的疾病	(14)
一, 多乳头和多乳房症.....	(14)
二, 乳房疼痛性肿胀.....	(16)
三, 急性乳腺炎.....	(17)
四, 乳房结核.....	(20)
五, 乳房囊性增生病.....	(21)
六, 乳房纤维腺瘤.....	(24)
七, 乳管内乳头状瘤.....	(25)
八, 乳癌.....	(26)
九, 乳头湿疹样癌.....	(37)
十, 乳房肉瘤.....	(38)
乳房的自我检查方法	(40)
乳房常见包块的鉴别	(47)

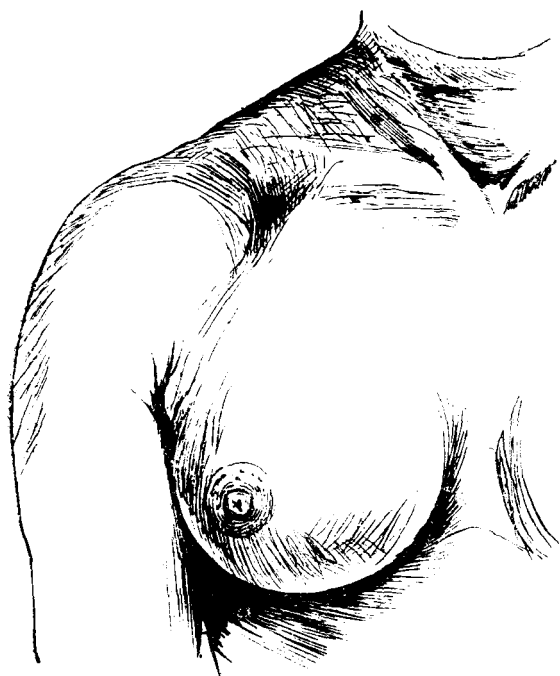
乳房的解剖与生理

一、乳房的位置和形态

乳房是哺乳动物和人类特有的腺体，从构造上看，近似皮脂腺；从位置、功能和发生上看，却属于一种特殊变形的汗腺。初生儿出生后的最初几天，不分性别，乳房都可以有少量分泌物排出。男性乳房静止于儿童期状态，不再发育；女性乳房自青春期开始，在神经、体液调节下，逐渐发育；妊娠的后几个月，迅速发育增大；分娩后开始分泌乳汁，营养婴儿。

乳房的形态和位置因人而异。未曾哺乳的成年女性乳房（图一、A），呈半球形，半球的上部较扁平。整个乳房紧张而有弹性。在第二至第六肋之间，位于**胸大肌**及其筋膜的浅面。乳房与胸大肌筋膜之间的间隙中有疏松结缔组织，称为**乳房后间隙**，因此，乳房可在胸大肌表面移动。乳房中央有一个短柱状的突起，称为**乳头**。乳头的位置变化很大，少女的乳头，正对第四肋间隙或第五肋。乳头表面有许多裂隙状的陷窝，窝内有15—20个输乳管的开口，叫**输乳孔**。乳头周围有一直径约为2厘米、色泽较深的环形区，称为**乳晕**。乳晕的颜色随人的肤色以及乳房的生理状态而改变。少女的乳晕呈蔷薇色，多产妇的乳晕呈棕褐色。女子一旦受孕，乳晕颜色变深后，无论自然分娩或人工流产，颜色均不退。乳晕表面有许多散在的小突起，为**乳晕腺**的开口，乳晕腺分泌一种油脂样的物质，保护乳晕皮肤，使之不易破裂。乳晕腺



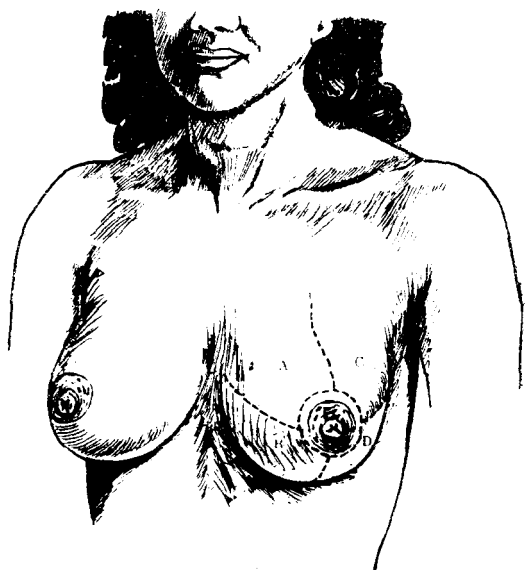


图一、A

成年女性乳房

部的薄层皮下组织中，含有平滑肌；平滑肌收缩时，可使乳头挺直，利于婴儿吸乳。

为了检查乳房的方便起见，人为地通过乳头作一条垂直线和水平线，据此将乳房分为五个区：**内上象限、内下象限、外上象限、外下象限及乳头区**。检查乳房时，即按上述顺序，依次进行，以免遗漏（图一、B）。



图一、B 成年女性乳房分区

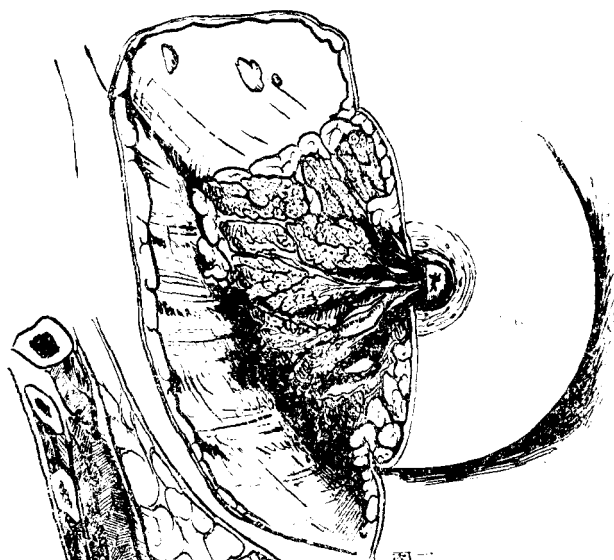
A—内上象限 C—外上象限
B—内下象限 D—外下象限
E—乳头区

二、乳房的构造（图二、A、B）

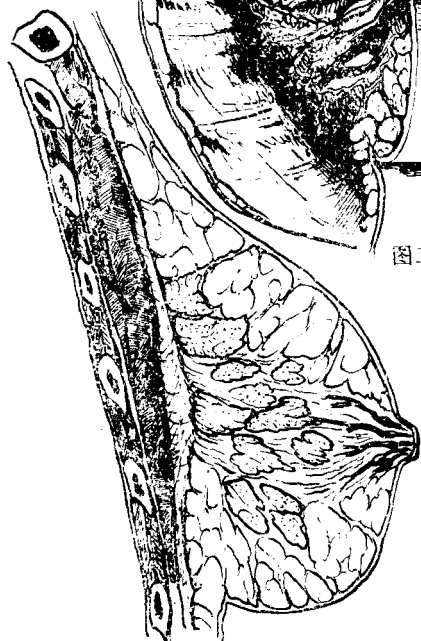
乳房的主要结构基础是**乳房体**。乳房体由**乳腺**及**间质**构成，重约150~200克，哺乳期重量可增加一倍。乳房体的外形很像一个倒立的“，”，逗号的尾端，叫做**腋尾**，自胸大肌的外侧缘伸入腋腔。

乳腺由许多**复管泡状腺**构成，每一复管泡状腺又可分为**腺泡**和**导管**两部份。

乳腺被间质分为15~20个**乳房叶**，每个乳房叶又被分为若干**乳房小叶**。每一乳房叶均有一根排泄管，称为**输乳管**，因此，也有15~20根输乳管，它们以乳头为中心呈放射状排



图二、 A 乳房的构造正面观



图二、 B 乳房的构造切面观

列。输乳管在乳头附近膨大呈囊状，称为**输乳窦**。输乳窦的末端又变细小，开口于乳头上的**输乳孔**。

乳房体的间质由脂肪及纤维结缔组织构成，呈囊状包于乳房周围，称为**脂肪囊**。脂肪囊中的纤维结缔组织以不同的走行方向连接于：乳房皮肤与乳房叶；乳房叶与乳房叶；以及乳房叶与深面的胸大肌筋膜之间。这些纤维结缔组织对乳房起固定及悬吊作用，统称为**乳房悬韧带**。乳腺癌时，肿瘤细胞可侵犯这些韧带产生不同的表现。如乳房皮肤与乳房叶间的纤维结缔组织受侵，肿瘤表面的皮肤内陷，形成凹窝，即所谓“酒窝征”；如乳房叶与胸大肌筋膜间的结缔组织受侵，则乳房的移动性显著减小。

三、乳房的血液供应(图三)

乳房的动脉有三个主要来源：

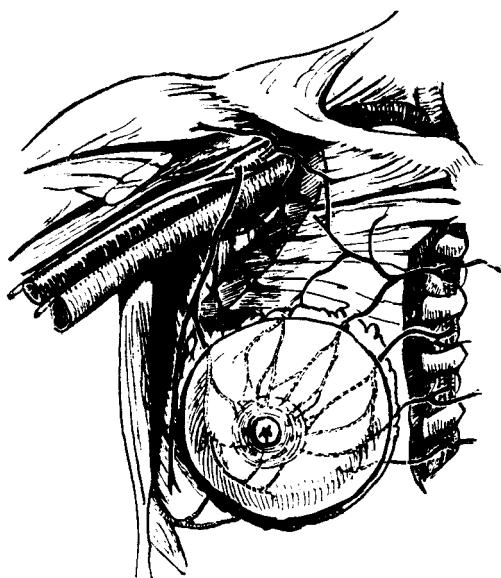
1、**胸廓内动脉的穿支**，恰在胸骨外侧缘附近，胸大肌起点处穿出第1~4肋间隙，进入乳房内侧部，供应乳房内侧部的血液。

2、**胸外侧动脉**，沿**胸小肌**外缘下降，沿途发出**乳房外侧动脉**，供应乳房外侧部的血液。

3、**胸肩峰动脉**的胸肌支，在行经胸大肌和胸小肌之间时，发出分支供应乳房深部的血液。

这些动脉之间有丰富的吻合，并在乳晕深面形成环形动脉丛，供应乳头和乳晕。如果围绕乳头环形切开皮肤，可能切断血管主干，有使乳头缺血坏死的危险。

乳房具有丰富的皮下静脉网，妊娠时可以显著扩张；乳房肉瘤患者乳房浅静脉网因扩张而变得非常明显。

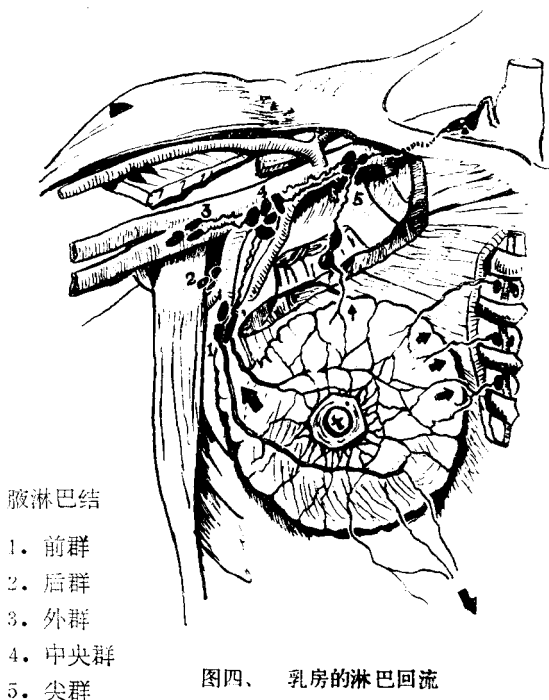


图三、 乳房的动脉

乳房深部的静脉与供应乳房的动脉伴引。值得注意的是有一些引流乳房的静脉与**肋间静脉**之间有吻合。而肋间静脉又与**椎静脉**之间有交通。因为这些交通支中没有瓣膜存在，所以当乳癌患者胸腔内压力增加（如咳嗽或大便）时，可驱使乳房的静脉血流入椎静脉，癌细胞也随之转移至椎骨、骶骨甚至骨盆。

四，乳房的淋巴回流（图四）

乳房的淋巴回流途径，也是乳癌的主要转移途径，因此临床十分重视。



图四、 乳房的淋巴回流

乳房的淋巴主要回流至腋淋巴结和胸廓内淋巴结。腋淋巴结位于腋窝内，约有50个左右，沿腋窝血管干及其分支成群排列。可区分为前群、后群、外群、中央群和尖群。每群收集一定区域的淋巴。胸廓内淋巴结为数较少，每侧约有4—5个，位于第1—3肋间隙前端，沿胸廓内动脉排列。

来自乳房下外侧的淋巴经一较大的淋巴管引流至腋淋巴结前群，再经中央群至尖群。乳房上外侧份的淋巴可直接引流至尖群。尖群是腋淋巴结的最后一群，由它发出的淋巴管出腋窝到颈部，经锁骨上淋巴结最后汇入颈部大静脉。

来自乳房内侧的淋巴引流至胸廓内淋巴结。而乳头和乳晕的淋巴，既可流入腋淋巴结，也可流入胸廓内淋巴结。

乳房皮肤的浅淋巴与腹壁和对侧乳房的浅淋巴管之间均有吻合存在，因此，乳癌可经过这些吻合途径转移至腹部和对侧乳房。

五、乳房的神经支配

乳房具有非常丰富的神经支配。这些神经从乳房的上方、外侧、内侧到达乳房，管理乳房的感觉，故在乳头破裂，急性乳腺炎时，常有剧烈疼痛。

乳腺，乳晕腺的分泌活动，受交感神经支配。交感神经袢附于供应乳房的动脉分支的管壁上到达乳腺和乳晕腺；乳头和乳晕的平滑肌也受交感神经支配。

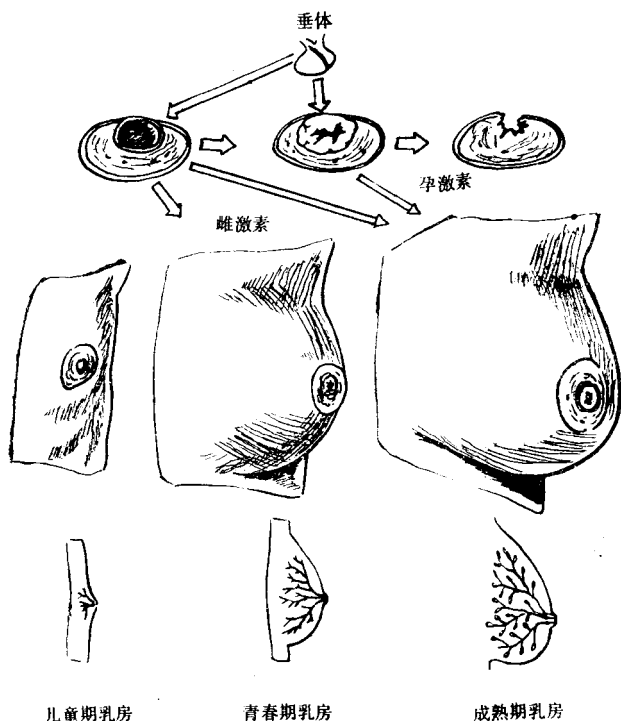
六、乳房的发育阶段(图五)

乳房的发育受**脑垂体、卵巢、肾上腺皮质**分泌的激素的影响。

脑垂体前叶产生多种激素，其中：**促乳房激素**，直接影响乳房的发育；**卵泡刺激素**和**促肾上腺皮质激素**，可以促使卵巢和肾上腺皮质分泌**雌激素**，间接地影响乳房的发育生长。

女性乳房在上述内分泌激素的影响下，经历下述几个发育阶段。

1、**新生儿乳房**，由于胎儿在母体内从**胎盘**获得的**雌激**



图五、乳房的发育阶段

素及生乳素的作用，不仅发育良好，外形膨隆；约自产后2~3天开始，还可以分泌一种乳汁样的分泌物，有人称之为“**女巫乳**”。这种分泌活动，约在产后2~3周内停止。

2、**儿童期乳房**，因卵巢内的卵泡还未成熟，乳房仅由少量结缔组织和分支很少的乳腺导管构成，乳房的外形扁平。

3、**青春期乳房**。在脑垂体分泌的卵泡刺激素的作用下，卵巢内的卵泡已经成熟，开始排卵，并有**月经**。卵泡产生的雌激素，使乳房间质增生，乳腺导管变长，分支增多；排卵以后，卵泡转变成**黄体**，黄体产生的孕激素，可使乳腺的腺泡开始发育。此时，乳房的外形膨隆而结实，乳头和乳晕的颜色也逐渐变深。

4、**成熟期乳房**，在雌激素及孕激素的作用下，乳腺导管及腺泡继续发育；乳房的外形呈半球形。

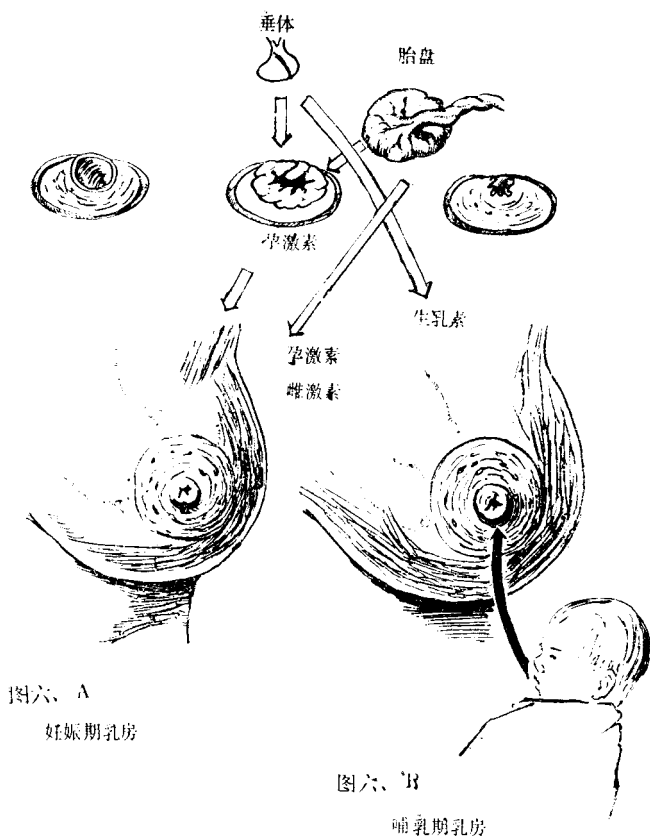
七、乳房的功能变化和授乳（图六）

受孕前，乳房的发育已渐趋完善。受孕后，在多种内分泌激素的影响下，乳房产生分泌乳汁的功能变化。自妊娠第二月起，乳房体积逐渐变大，硬度增加，乳头和乳晕的颜色也因色素沉积而进一步变深。分娩后，开始分泌乳汁；断乳后，乳腺萎缩，乳房变小，失去弹性而下垂。

1.**妊娠期乳房**。妊娠时，不仅卵巢持续产生孕激素，胎盘也产生孕激素和雌激素。在这些激素的作用下，乳腺导管进一步变长，分支更多，腺泡增殖，腺泡腔扩大。母体内糖、脂肪、蛋白质的代谢活动增强，为合成乳汁创造条件，但不分泌乳汁。

2.**哺乳期乳房**。已作好泌乳准备的乳腺，在脑垂体前叶产生的生乳素的作用下，自产后2~3天开始分泌稀薄的乳汁，称为“**初乳**”。三天后，才开始分泌真正的乳汁，乳量逐渐增多，至产后三、四个月达到高峰，产后八、九个月，乳量又逐渐减少，直至一年半左右，完全停止分泌。

哺乳期内，如乳母再次受孕，乳量即逐渐减少，终于停立。



八、哺乳期的乳房卫生

母乳喂养有很多优点：首先，母乳中糖、脂肪、蛋白质的含量完全适合婴儿的消化能力，并能满足婴儿发育过程的营养需要。实践证明，母乳喂养的婴儿患营养紊乱病的机会

较少。其次，母乳中还含有各种维生素和**抗体**，因此可增强婴儿的抗病能力。第三，母乳喂养，还可加速乳母子宫恢复正常状态。有人认为，母乳喂养，可以减少乳腺癌的发病。因此，应该提倡母乳喂养，但应注意哺乳期的乳房卫生。

1. 保护乳房。如果乳头内缩或输乳孔堵塞，婴儿吸奶困难而用力吮噬乳头，常可使乳头破裂，产生剧痛，影响授乳；细菌感染后还可以引起急性乳腺炎。因此，自妊娠后期开始，即应经常干拉乳头，用温肥皂水或75%酒精轻轻擦洗乳头和乳晕。这样，既可使输乳孔及乳晕腺开口保持通畅，又可使乳头皮肤变厚，粗糙，在喂奶时不易破裂。每次喂奶后，均应用温水洗净乳头，以防乳房感染（注意不可用硼酸水洗涤乳头，因为硼酸可使婴儿中毒）。如果乳头破裂，可用保护性软膏或油脂涂抹，以促进伤口愈合；用吸奶器吸出乳汁喂养婴儿，既可防止感染，又可避免乳汁积聚，影响乳汁分泌。

2. 创造条件，改善乳汁质量

(1) 饮食：哺乳期中，不仅乳母需要足够的营养来满足本身的需要，并需要更多的营养来作为制造乳汁的原料。因此，哺乳期中应尽可能改善乳母的饮食。饮食中补充一定数量的**钙**和**维生素丁**，可以减少婴儿患**佝偻病**的机会；适量补充**维生素乙**，有增加乳量的作用。哺乳期中，禁忌饮酒及抽烟。

(2) 保持乐观，安静，足够的休息。

(3) 有些药物，如**阿托品**、**水杨酸盐**，**碘化物**，**溴化物**，**磺胺类**及**苯巴比妥钠**等，可以由乳汁带给婴儿，应力求少用或不用。

3. 增加乳量的方法

(1) 按时刺激乳房，可以增加乳汁分泌。饥饿的婴儿，每隔3~4小时，猛力吸吮一次乳汁，是对乳房的最适宜刺激。

(2) 吸出乳汁愈多，下次分泌的乳汁也愈多。如果婴儿不能吸净乳汁，可用吸奶器吸出。不可让乳汁积聚，否则有回奶的可能。