

• 健康小丛书

乳房疾病



655.8

全国爱国卫生运动委员会 主编
中华人民共和国卫生部
人民卫生出版社

全国爱国卫生运动委员会 主编
中华人民共和国卫生部

乳房疾病

晏仲舒 编著

人民卫生出版社

《健康小丛书》编委会

主 编：黄树则

副主编：李九如 董绵国 刘世杰

编 委：杨任民 谢柏樟 蔡景峰

李志民 吕毓中 陈秉中

赵伯仁

乳 房 疾 病

晏 仲 舒 编著

人民卫生出版社出版
(北京市崇文区天坛西里10号)

北京市卫顺排版厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 24印张 48千字

1989年7月第1版 1989年7月第1版第1次印刷

印数：00,001—8,290

ISBN 7-117-01057-6/R·1058 定价：1.05元

〔科技新书目196—128〕

写在《健康小丛书》前面

开展卫生宣传教育，是提高整个民族的文化水平、科学
知识水平，建设社会主义精神文明的一个重要组成部分，也
是贯彻“预防为主”方针的根本措施之一。

随着我国城乡经济的日益繁荣，人民群众的物质生活水
平有了明显的提高。这就为在广大城乡，特别是在农村普及
医药卫生常识提供了优越的物质条件。广大群众对于学习卫
生知识、改善卫生条件、提高健康水平的要求也越来越迫
切。这套由中央爱卫会、卫生部主编的《健康小丛书》就是
为适应这个形势而组织编纂的。这套丛书将由近百种（每
种3万~5万字）医药卫生科普书组成。内容以群众急需的防病
保健知识为主，力求浅显易懂，图文并茂。

我希望我们广大的卫生工作者不仅要为人民群众提供良
好的医疗服务，而且要为卫生科学知识的普及作出贡献。卫
生宣传教育工作不仅仅是卫生宣传教育部门的事，也是广大
卫生工作者的共同责任。

如果这套丛书受到广大城乡读者的喜爱，我将跟所有的
作者、编者以及做具体组织工作的同志们一样，感到由衷的
高兴。

崔月犁

一九八五年一月

目 录

乳汁是从哪里来的？	1
怎样使乳汁充足？	2
产后奶胀怎么办？	5
婴儿出生后为什么乳房肿大？	6
儿童为什么出现乳房增大？	7
男子也会发生乳房肥大吗？	8
成年女子乳房肥大怎么办？	9
人会长两个以上的乳房吗？	10
为什么不要束胸？	11
为什么提倡戴乳罩？	13
乳头下陷怎么办？	13
什么叫乳房成形或整形手术？	14
急性乳腺炎是怎么回事？	16
乳腺炎是怎样发生的？	17
怎样预防急性乳腺炎？	18
乳头有了裂伤怎么办？	19
得了急性乳腺炎如何治疗？	20
乳房形成脓肿为什么要开刀？	22
急性乳腺炎可以用中药治疗吗？	23
得了急性乳腺炎时要不要“回奶”？	23
什么叫乳房湿疹？	24
乳房外伤性脂肪坏死是怎么回事？	25
乳汁囊肿是如何形成的？	26
乳房里发现肿块怎么办？	27
什么叫活体组织检查？	30

乳腺腺纤维瘤是怎么回事？	31
什么是乳腺增生病？	33
怎样治疗乳腺增生病？	35
乳头出血或流水是什么原因？	36
什么叫乳腺导管扩张症？	38
乳房也可以有结核病吗？	39
哪些人容易得乳癌？	41
男性也会患乳癌吗？	43
得了乳癌有哪些现象？	44
什么叫湿疹样乳癌和炎性乳癌？	47
妊娠期或哺乳期得了乳癌怎么办？	47
什么叫隐性乳癌？	49
乳癌是不治之症吗？	49
得了乳癌都要开刀吗？	50
什么叫放射治疗？	52
乳癌可以用药物治疗吗？	53
能自己发现乳癌吗？	57
怎样进行乳腺自我检查？	58
乳癌转移是怎么回事？	61
乳癌根治手术后怎样进行锻炼？	63
作了乳癌根治术后就万事大吉了吗？	65

乳汁是从哪里来的？

母乳是婴儿最理想的食物。那末，乳汁是怎样从乳房产生出来的？要说明这个问题，先得从乳房的构造讲起。

乳房里面有乳腺腺体、脂肪、纤维组织、血管、淋巴管和神经。其中乳腺腺体是最重要的部分。如果把乳房比作生产乳汁的工厂，那么乳腺腺体就是制造乳汁的车间。

乳房有15~20个腺叶，每个腺叶由许多小叶组成，小叶又由许多腺泡和腺管构成，腺泡是由一层立方形的腺细胞排列成的小泡，它和腺管相连，许多腺管汇集成大腺管，最后集中到15~20个输乳管，开口于乳头上（图1）。

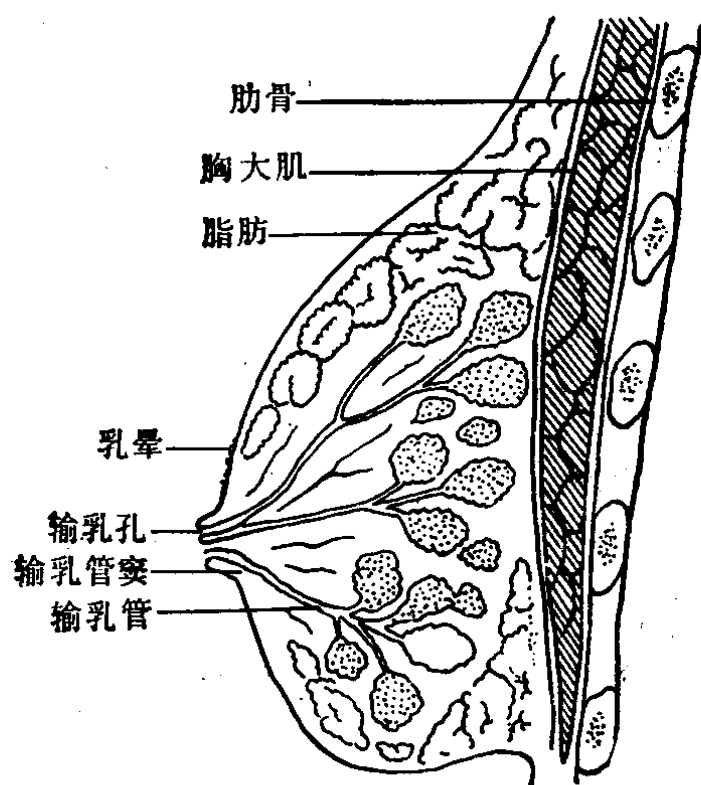


图1 乳房结构

妊娠期，乳腺的导管和腺泡在雌激素和孕激素的影响下迅速增长，导管变长、分枝，腺泡增多、变大。到了妊娠后期，在垂体分泌的催乳素影响下，腺泡开始分泌淡黄色的初乳。在产后2~3天，乳汁大量分泌。

母亲吃了各种食物，经过胃肠消化，把食物中的蛋白质、脂肪和糖类分解成最基本的营养物质，经过小肠吸收进入血液循环，带到肝脏里面，再经复杂的加工、转变过程，通过心脏和血管再输送到全身。乳房有丰富的血液循环，乳腺腺泡的细胞吸收了血液中的各种营养成分和其他物质，在细胞内再将它们转变成一定比例的糖类、蛋白、脂肪，加上各种盐类、维生素、其他物质和水分，从腺泡细胞的顶部排放出来，聚积储存在腺泡内，通过导管一级一级地排出，这就是婴儿赖以生存的乳汁。

怎样使乳汁充足？

到了怀孕的后期，乳腺已经开始有些分泌活动，产生少量的乳汁，叫做初乳。正式的大量乳汁分泌是在产后3~4天。到产后一个星期，一般产妇每天可以分泌250~300毫升的乳汁，六个月时可达到1000毫升，产后9~10月分泌逐渐减少，断乳后不久就停止泌乳。

为什么有的产妇乳汁多，有的则很少呢？是不是乳房大乳汁就多，乳房小奶水就少呢？要回答这个问题，首先要了解一下影响乳汁分泌的调节因素。

影响乳汁分泌的因素很多，主要是通过人体的神经-内分泌作用来进行调节的。

在人的大脑底部有垂体，垂体分泌一种叫催乳素的激素，能使发育成熟的乳腺分泌乳汁，并维持经常的分泌。妇

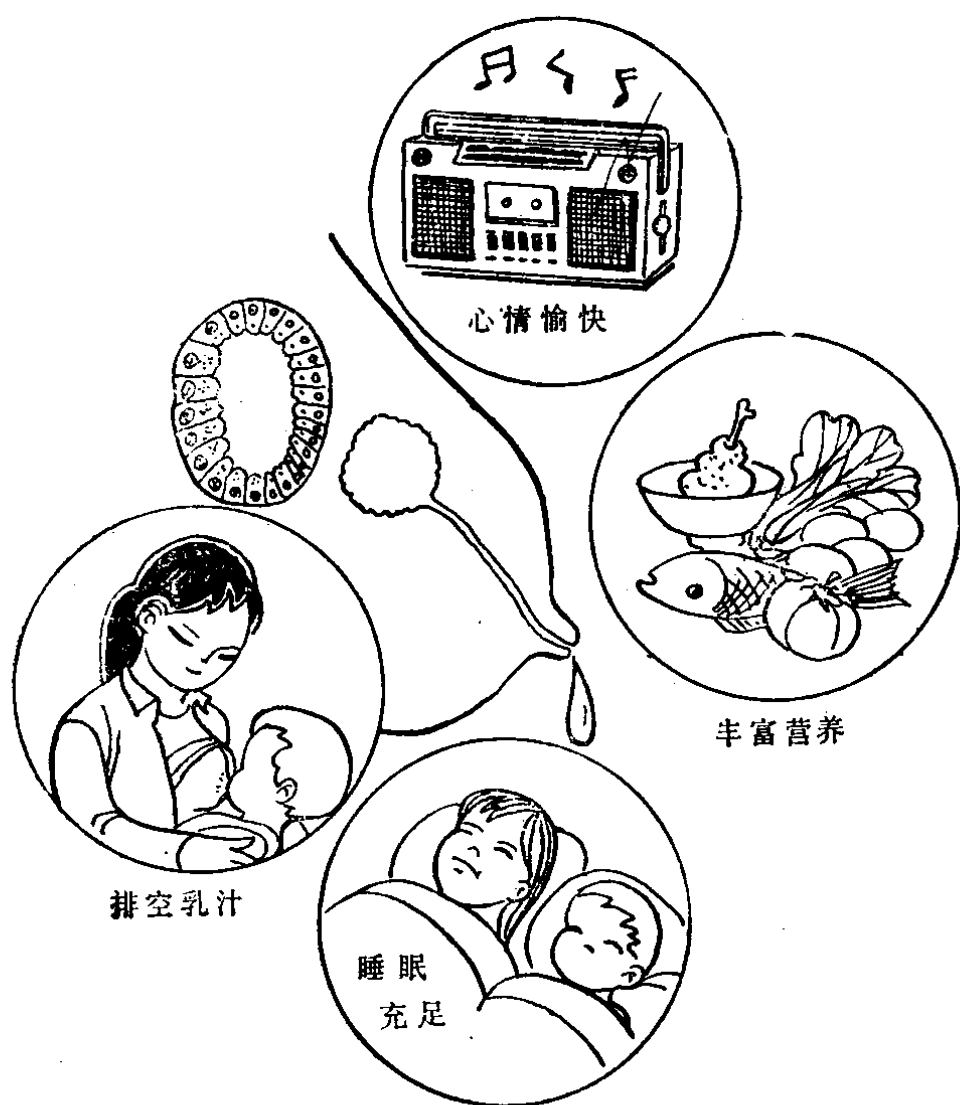


图2 保证乳汁分泌充足

脂肪和结缔组织，腺体很少，这种乳房乳汁分泌不会很足。相反，有的人乳房体积不大，但腺体多，就能分泌足够的乳汁。

总之，要使乳汁分泌充足，除了先天的条件和原来的健康情况以外。产后精神愉快、充分休息、足够的营养、合理的哺乳都是很重要的。这里还应补充一点，有人怕胎儿大，分娩困难，在妊娠期不敢多吃营养丰富的食物，往往也是产后乳汁不足的原因，这一点也应注意。

产后奶胀怎么办？

产妇在生孩子后的第2～3天，由于体内的激素发生了变化，乳房开始泌乳。乳房的静脉和淋巴管都充盈起来，乳房体积增大，变得沉重了。乳房表面发青，乳头也变平了。由于乳房组织的肿胀，压迫了乳腺的导管，使乳汁排不出来。这时乳房内出现一团团的硬块，压上去有些痛，摸上去有些热，甚至全身也有些发烧。重的时候乳房胀痛蔓延到腋窝处，抬肩膀时疼痛更重。这种情况不是乳腺炎，是泌乳前的一种生理性改变。只要适当处理，都能好转。

乳房充血肿胀，可用冷水袋敷乳房以减轻肿胀。也可用宽大的乳罩或布巾托起乳房，促进乳房血液的回流。疼痛重的可以服些镇静剂。尽早开始哺乳，促使乳汁流通。如果乳汁能流出，奶胀自然会渐渐消散。如果此时婴儿吸吮力量弱，不能吃尽奶汁，可以将乳汁挤出。也可以用吸奶器抽奶，减少乳汁郁积，避免因乳汁郁积发生乳腺炎。

如果乳头很平或者凹陷下去，婴儿不能吸吮，可以试着用奶嘴间接吸乳。也可以用一个注射器的针管，套在乳晕部，在针管的乳头（接针头的突起处）上接一根橡皮管，再接上一个注射器反复抽吸，可以慢慢将乳头吸出来（图3）。

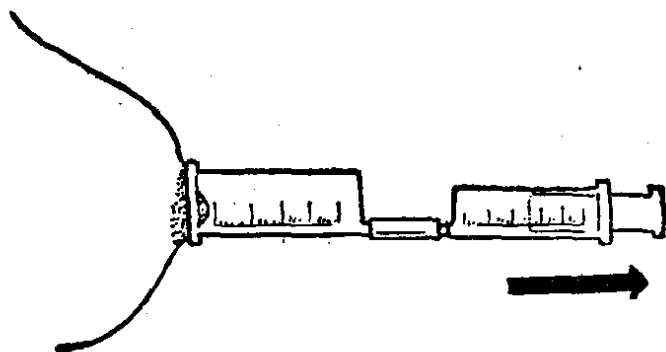


图3 吸乳头

如果下奶较多，而乳管还不通畅，乳房胀痛严重时 can 服些鹿角粉，每天服三次，每次服 3～4 克；也可以口服维生素 B₆，每日 3 次，每次 200 毫克，服后十多个小时就可以减轻乳胀。

为了减少奶胀，不要过早地给乳母吃发奶的东西。有的人一心想产妇多下奶，产后便大量给她喝鸡汤、肉汤、猪蹄汤等，往往好心没有好结果，反而带来不少痛苦。一般在产后十天内，可以适当地给产妇一些营养食物，但又不要急于发奶。让孩子的吸吮力和食量逐渐增长，乳汁也相应地逐渐增多为好。

如果经上述办法处理奶胀仍无好转，出现畏寒，甚至打哆嗦（寒战）、周身痛、头痛等现象。那就可能是发生了乳腺炎，应该立即找医生诊治，以免发生意外。

婴儿出生后为什么乳房肿大？

不论男女婴儿，出生 3 到 4 天内，乳房会稍微肿大、变硬、发红，有时乳头还分泌出少许黄白色乳汁样的液体。这种情况不是病态。这是由于孕母体内的雌激素和泌乳激素在婴儿出生前通过胎盘进到婴儿体内，刺激婴儿的乳腺增长和活动起来。过了 2 到 3 周，来自母体的激素在婴儿体内渐渐消耗掉了，乳房就慢慢恢复正常的状态。所以，不要进行任何治疗。此外，由于同样的道理，女婴的外阴也有些红肿，甚至有些分泌物，这也不是病态。

有些人不明白这个道理，总要挤女婴的奶头，说是不挤以后长大就会成为“瞎奶子”（乳头下陷），其实这是毫无道理的。新生儿皮肤细嫩，挤压后局部易发生破损，乳腺受压后很容易发生新生儿乳腺炎，因此千万别挤新生儿的乳

头。当然，个别婴儿由于乳房肿胀，或被挤压，或穿上新布作的内衣摩破了皮肤，发生了炎症，会发生一侧乳房红肿。遇到这种情况，就要找医生诊治。新生儿最好穿旧布作的内衣或软的绒布内衣，以免摩擦损伤细嫩的皮肤和乳头。这也是预防新生儿乳腺炎和蜂窝组织炎的一项重要措施。

儿童为什么出现乳房增大？

在人的大脑下面，头颅骨底部的中央有一个凹陷的似马鞍的地方，叫做蝶鞍。它上面有一个重约半克的卵圆形东西，叫做垂体，它是人体最主要的内分泌器官，能分泌许多种激素，控制和调节人的生长发育和各种生理机能，人称内分泌之王。女孩到达青春期，在垂体内分泌功能的影响下，卵巢分泌雌激素和孕激素，乳腺开始发育，乳房逐渐增大。由于遗传、地理环境、营养状况等条件不同，发育的早晚也可因人而异。一般说来，9至13岁左右开始发育。如果女孩在5~6岁以前出现乳房发育，并有月经来潮，外生殖器也发育，阴毛腋毛生长，这种现象就不正常了，医学上称为性早熟。大多数与垂体、肾上腺或卵巢病变有关系（或是这些内分泌器官长了瘤子，或是增生）。但也有一些性早熟找不到原因，称为原发性性早熟。不论哪种情况，都要由专科医生全面检查一下。由于肿瘤所造成的性早熟，在切除肿瘤以后，两个月左右性早熟的现象便会慢慢消退。原发性的乳房早熟肥大，不必治疗，孩子以后成长起来，会和正常人一样。

还有一种较少见的情况，孩子误服了避孕药片，也会发生乳房肥大。因为避孕药片都是雌激素和孕激素类药物。所以，服避孕药片的妇女，一定要将药片保管好，别让孩子当

糖丸或其他药吃了。

男子也会发生乳房肥大吗？

男孩子青春发育期（14~15岁）前后，大部分人乳房轻微增大，有的可在乳晕（乳头周围颜色稍深的部位）下摸到一个钮扣样的扁圆形肿块，俗称“奶核”。一般在一年半内便会自行消失。少数不但不缩小，到成年后仍肿大，叫做男性乳房肥大（图4）。这种情况，可能是生理性的肥大，一般用不着治疗。如果确实大到女性乳房的程度，要到医院检查有无内分泌器官的毛病。如果没有特别的毛病，可在医生指导下试用男性激素——丙酸睾酮治疗。如不见效时，可以切除肥大的乳腺组织，保留乳头完整的外形。

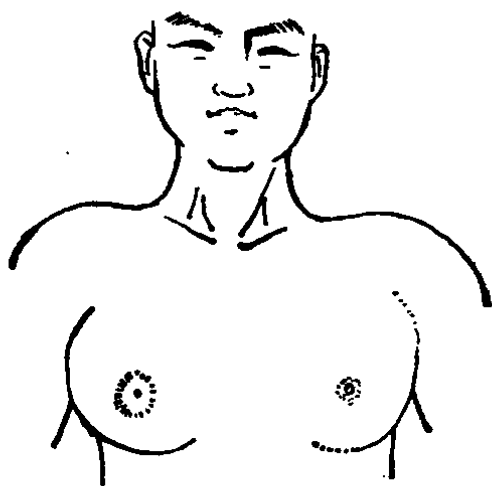


图4 男性乳房肥大

还有一种情况叫做继发性男性乳房肥大，多半发生于中年人或老年人。由于与乳腺有关的各种内分泌失调所致，例如睾丸、垂体、肾上腺长了肿瘤。也可能是肝脏有了比较广泛的病变，例如晚期的肝硬化、肝炎、肝癌。正常情况下，刺激乳腺增长的雌激素被血液带到肝脏内分解排泄掉了，肝脏有广泛的病变时，不能分解破坏这些雌激素，使雌激素在体内过剩，引起乳房肥大。

除此之外，长期服用某些药物，如治疗结核病的雷米封（异烟肼）和异烟肼，治疗高血压的利血平，治疗前列腺肥大的己烯雌酚都可以促使乳房肥大。

这种乳房肥大，可从一侧先开始，以后在另一侧相继出现。有硬块，但乳头多半在硬块的中心，有些触痛，皮肤没有什么改变，虽不致发展成为乳癌，但需要请医生看看进行鉴别。因为男子也有可能得乳癌的(后面还要谈到)。同时还要寻找原因进行治疗。经详细检查而实在找不到原因的可用男性激素——丙酸睾丸酮治疗。如持久不好，也可以行手术切除。

成年女子乳房肥大怎么办？

真正的乳房肥大多半发生于成年妇女，一般是两侧都肥大，也可只有一侧肥大。正常情况下，由于身体内部有一种自己调节控制的机构，乳房发展到一定程度就停止了。妊娠、哺乳期乳房增大，但停止哺乳后乳房便渐渐回缩。有的妇女在发育期后乳房继续增大，达到巨大的程度，下坠到系裤带处甚至更低(图5)。个别的乳房可以掀起来背到肩上，不但造成精神上的负担，而且由于肥大下坠的乳房和胸腹部的皮肤之间出汗摩擦，易长湿疹，甚至皮肤溃烂。那么，乳房为什么如此肥大呢？真正的原因还不清楚，可能由于雌激素强烈刺激，或是乳房组织对内分泌特别敏感。乳房肥大只是由于脂肪和结缔组织增多，乳腺组织并不明显肥大，与肿瘤不同。但是乳腺肿瘤，特别是良性肿瘤在青年妇女也可以长得很大，但多数是单侧性的。所以，乳房异常增大时，也应该找医生看确定诊断，

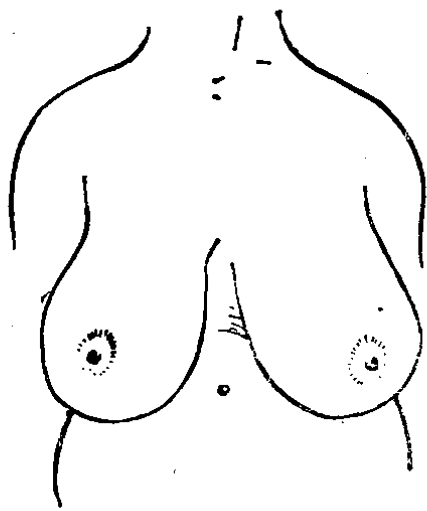


图5 乳房肥大

分别情况进行治疗。

如果只是轻微增大，可不必治疗，只要用较大号的乳罩支托乳房就可以了。但如果属于巨大型的，特别是单侧肥大，两侧明显不对称的，就要进行手术治疗。有一种叫做乳房成形术的手术，可以将巨大的乳房修整到正常大小，而又保留了乳头，手术效果一般都很好。

人会长两个以上的乳房吗？

北方人常常开玩笑管母猪叫“呢子衣服两排扣儿”。多乳头是哺乳动物的特点，进化到了万物之灵的人类后，由多胎变为一胎为主，多乳头没有必要了，因此也就大多数退化，只剩下一对乳房。但人体在胚胎发育的过程中，还经历了生物进化的过程，乳房的胚胎发育过程也一样。人胚胎在第6周时，身体前方两侧，相当于猪和狗等动物的腋至腹股沟部乳房发育线上，形成两排乳头的原始组织突起。到了第9周时，多数乳头开始退化，只剩下胸前一对继续发育成为婴儿型的乳房。如果在这个退化过程中发生了“故障”，一部分原始的乳头继续存在并发育起来，就会形成多个乳房的畸形。所以说，少数人长出两个以上的乳房，也属于返祖现象，正象毛孩和人长尾巴一样(图6)。

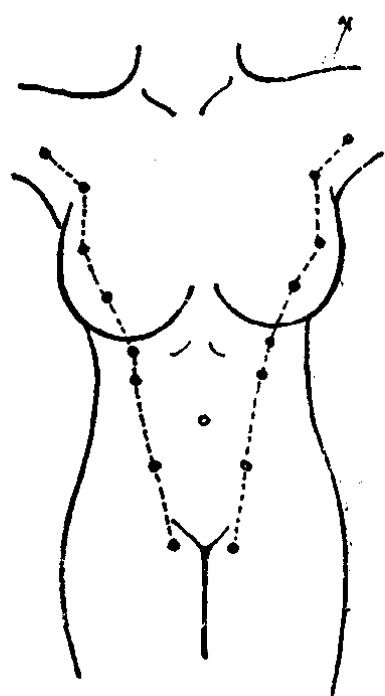


图6 乳房发育线(黑点部位表示都可能长乳头)

胚胎发育和遗传关系密切，传递遗传信息的物质叫基

因，它在细胞的染色体上。基因控制各种生物的不同生理、解剖特征。胚胎在发育过程中，何时长出某一器官，长成什么形状，哪一部分继续长，哪一部分停止或退化，哪些部分连在一起，哪些部分分开等等，都由基因来调节和控制。好象一些开关一样，时开时闭，有些开有些闭。这样就使胚胎发育成熟恰到好处。上面讲的乳头退化不完全，就是人胚胎发育过程中管理乳腺发育的基因控制失灵的结果。至于为什么会出现控制失灵，目前还不太清楚。可能是基因在某种或某些因素影响下发生了变化。了解到这一点，知道多乳房或乳头属于一种先天畸形，也就不奇怪了。

多乳房比较常见，大多数在正常乳房的下部，也可能靠近腋窝，多数像婴儿样乳房，或者只见一点点皮肤色素加深，中央可有一点点皮肤增厚，类似小小的乳头。但有时多乳房可以发育到完全的程度，月经期稍有胀痛，妊娠期明显增大，哺乳期还分泌出乳汁来。长在腋下前方的多乳房，也可能表面上看不出什么痕迹，只是在妊娠时才增大起来，常误以为是什么病变。

多乳房一般没有什么影响，但也可能给人以心理上的不安和生活上的不便。它也可以发生肿瘤，由于部位不同于正常乳房，有时易于忽略。所以多乳房的人要注意这一点。如果多余的乳房体积很大，生活上不便，或长了肿瘤，应去医院把它切除。

为什么不要束胸？

女孩进入青春期，在垂体分泌的激素影响下，卵巢开始活动起来，有了月经。卵巢分泌雌激素和孕激素，促使乳腺腺管增长，分枝愈来愈多，分枝的末端，腺泡开始形成和发