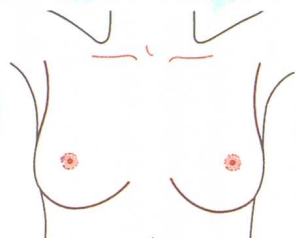


抗癌最新理念丛书

周英杰 主编



乳腺癌



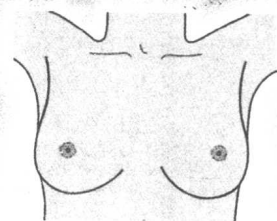
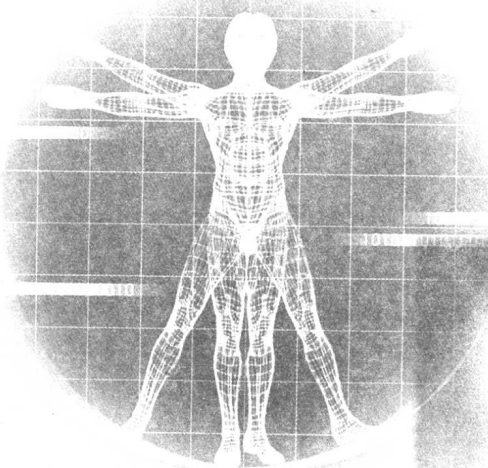
防治与康复

The new method of anticancer

天津科技翻译出版公司

抗癌最新理念丛书

主 编 周英杰
副主编 王丽峰 贾英杰
编著者 (以姓氏笔画为序)
王文博 王丽峰
王富耐 冯维薇
周英杰 贾英杰



乳腺癌

防治与康复

The new method of anticancer

天津科技翻译出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

乳腺癌防治与康复/周英杰主编. —天津: 天津科技翻译出版公司, 2004. 1

(抗癌最新理念丛书)

ISBN 7-5433-1705-2

I. 乳… II. 周… III. 乳腺癌—防治 IV. R737.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 077770 号

出 版: 天津科技翻译出版公司

地 址: 天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码: 300192

电 话: 022-24314802

传 真: 022-24310345

印 刷: 河北新华印刷二厂

发 行: 全国新华书店

版本记录: 850×1168 32 开本 8 印张 183 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

定价: 12.00 元

(如发现印装问题, 可与出版社调换)

新 理 念

前 言

癌症是所有恶性肿瘤的总称，是威胁人类健康和生命的一种恶性疾病。随着年龄的增长，任何人在一生中，几乎在身体（除头发和牙齿）的任何部位、组织及器官都有发生癌症的可能。

全世界每年约有 700 万人患癌症，每年约有 500 万人死于癌症，平均每 6 秒钟就有 1 人死于癌症。而在我国现有癌症患者约 150 万人，每年新发现的癌症患者约有 100 余万，每年约有 70 万人死于癌症，相当于每 2 分钟就有 3 个癌症患者死亡。

癌症已经或正在超过心、脑血管疾病，而成为死亡原因的第一位或第二位。近 20 年来，有些癌症的发病率又有增高的趋势。

现已明确，癌症尽管有各种遗传易感性，但决定人类是否发生癌症的重要原因是环境因素。一个人经历的诸如吸烟、酗酒、高脂肪饮食、肥胖、环境污染、心理因素不良及卫生条件差等因素，可以起到决定性的作用。因



KANG AI XIN LI NIAN

新 理 念

此,有 80%~90% 的癌症是可以预防的。采取合理的膳食、坚持体力活动和维持适当的体重,可以使癌症发病人数减少 30%~40%,可以使全世界每年减少 300 万~400 万癌症新患者。所以,人们完全能够远离癌症,向癌症说“不”。

随着医学理论和科学技术的进步,文化水平的提高,癌症科普知识的普及,约有 50% 以上的癌症可被早期发现和早期得到根治性治疗。其中不少癌症早期治愈率已达 90% 以上,有的癌症治愈率接近 100%。科学家早已向世人宣布,对“不治之症”说“不”。

康复医学的进步,已经在癌症康复领域里创造出了令人瞩目的奇迹。全球有百万以上的癌症患者能长期生存,并活跃在各自的岗位上,向死亡说“不”。

有鉴于此,我们编写了这套《抗癌最新理念》丛书。除了介绍鼻咽癌、喉癌、食管癌、肺癌、乳腺癌、胃癌、肝癌、大肠癌、肾癌、膀胱癌、前列腺癌、宫颈癌、子宫内膜癌及卵巢癌的病因、最有效的预防方法、自我早期发现及自我康复的最新理念外,还着重介绍了最有效的治疗方法和手术治疗前后的自我调护、化疗药物治疗的毒副作用的表现与防治、放射治疗各种并发症的表现与防治以及心理疗法等。



KANG AI XIN LI NIAN

新 理 念



KANG AI XIN LI NIAN

本丛书的内容，既体现了世界医学最新研究进展和成果，同时又有很强的可操作性。该书集科学性、知识性、趣味性和实用性于一体。编著者将丰富翔实的资料和最新理念，以新颖而又生动的笔法，深入浅出地著成此书。文字通俗易懂，且图文并茂。在注重科普的同时，使读者又能领略当代医学的神奇和魅力，读来令人掩卷长思——无知和愚昧是健康的大敌。

健康的中老年朋友们，将戒掉烟酒的钱买一套医学科普丛书，一人明智几代受益。不良的生活方式中隐藏着致癌因素，书中自有防癌路。

癌症朋友们，癌症家属朋友们，切忌病急乱投医。此时此刻你最好的朋友是该系列丛书，它会告诉你去何处看病，怎样治疗和科学康复。你在危难之际，不会使你上当受骗或人财两空。

你在烦恼的时候，它给你快乐；你在急躁的时候，它给你温馨；你在痛不欲生的时候，它给你勇气；你在绝望的时候，它给你力量；你体内还有残留癌细胞的时候，它给你智慧，发动体内数以亿计的免疫细胞将癌细胞一网打尽。从此，你将成为一名抗癌英雄。

该丛书是健康人最好的“家庭医生”，是癌症患者最忠诚的朋友，是癌症患者家属最

好的参谋,是关爱生命朋友们的良师益友。你遇到任何困难都可以求助于它,疑难尽在书中解答。它永远不会骗你,它的名字叫科学、诚信,而没有任何包装。

本丛书也可作为从事肿瘤专业的临床医师参考用书。

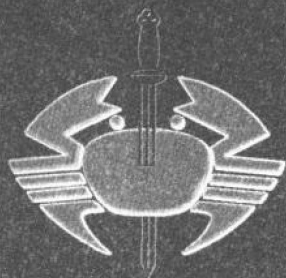
在撰写过程中,我们拜读了国内外科学家的论文和专著,参考了许多资料,受益匪浅,特向原作者表示衷心的感谢。

由于我们的理论水平及实践经验有限,本书难免存在缺点和谬误之处,望读者及专家不吝指正和批评。

周英杰 谨识

2003年3月

新 理 念



KANG AI XIN LI NIAN

目 录

乳房的位置形态与结构	(1)
乳房的生理功能	(4)
乳房的血液供应特点	(5)
乳房的淋巴引流特点	(6)
乳房的神经分布特点	(7)
青春期乳房发育特点	(7)
月经期乳房变化特点	(8)
妊娠期乳房变化特点	(9)
哺乳期乳房变化特点	(11)
断乳后乳房变化特点	(11)
绝经期乳房变化特点	(12)
老年期乳房变化特点	(12)
乳腺癌的发病模式	(13)
乳腺癌的发病机制	(14)
乳腺癌的地区年龄性别分布特点	(15)
乳腺癌的病理类型及预后	(17)

乳腺癌的转移特点	(18)
癌细胞转移扩散的新发现	(19)
影响月经初潮年龄提前的因素	(20)
体质指数高者易患乳腺癌	(22)
成年后体重增加的女性易患乳腺癌	(23)
长期高脂肪膳食易患乳腺癌	(24)
乳腺癌基因携带者易患乳腺癌	(26)
常穿紧身衣服易患乳腺癌	(28)
妇女饮酒易患乳腺癌	(29)
妇女主动吸烟易患乳腺癌	(31)
妇女被动吸烟更易患乳腺癌	(31)
环境污染易引发妇女乳腺癌	(32)
月经初潮年龄早易患乳腺癌	(33)
绝经年龄晚易患乳腺癌	(35)
未生育未授乳易患乳腺癌	(36)
社会阶层高年龄高易患乳腺癌	(37)
妇女多吃红肉易患乳腺癌	(38)
乳腺癌有家族聚集现象	(39)
有既往疾病者易患乳腺癌	(40)
心理不健康也易患乳腺癌	(41)
乳腺癌的高危人群	(42)
接受电离辐射者易患乳腺癌	(43)

乳房肿块是乳腺癌的表现	(43)
乳房皮肤改变是乳腺癌的重要体征	(45)
乳头的改变是乳腺癌特有的表现	(47)
年轻妇女是炎性乳腺癌的多发群体	(50)
乳头有血性溢液是乳腺癌的表现	(52)
腋窝淋巴结肿大是乳腺癌转移的表现	(54)
男性也会患乳腺癌	(56)
女士们自我乳房检查方法	(58)
怀孕哺乳期不该忘记自我乳房检查	(63)
自我乳房检查的临床意义	(65)
乳房 X 线摄片的临床意义	(66)
乳腺癌的简便、快捷诊断法	(66)
三合一检查法能够降低乳腺癌的死亡率	(69)
早期发现乳腺癌的人是自己	(71)
早期确诊乳腺癌的人是医生	(72)
你应该会自我鉴别乳腺癌	(73)
乳腺癌的分期	(75)
人体对酒精无生理需要量	(78)
妇女多吃胡萝卜素和维生素 C 能远离乳腺癌	(80)
妇女坚持体力活动能预防乳腺癌	(82)
多喝绿茶能预防乳腺癌	(86)
多摄取维生素 D 能预防乳腺癌	(88)

从小喝牛奶的女性能预防中年后乳腺	(89)
食谱金字塔有利于预防乳腺癌	(90)
妇女多吃豆制品能预防乳腺癌	(93)
妇女减轻体重能预防乳腺癌	(95)
不吸烟能预防乳腺癌	(97)
 不饮酒是预防乳腺癌的最好方法	(100)
青春期前后多运动日后不易患乳腺癌	(102)
改变饮食习惯能预防乳腺癌	(104)
每天 5 蔬果,乳腺癌远离我	(105)
健康用餐十守则能远离乳腺癌	(107)
 做好心灵环保能预防乳腺癌	(109)
防止女孩性早熟能预防乳腺癌	(111)
妇女多吃高纤维膳食能预防乳腺癌	(114)
积极防治乳房囊性增生病能预防乳腺癌	(116)
中医中药治疗乳房囊性增生病	(119)
 积极防治乳房纤维腺瘤能预防乳腺癌	(123)
积极防治乳管内乳头状瘤能预防乳腺癌	(124)
乳腺癌的手术治疗方法	(126)
乳腺癌根治术	(126)
乳腺癌扩大根治术	(129)
 乳腺癌改良根治术	(130)
功能保全性手术(小于全乳房切除保守手术)	(131)

单纯乳房切除术·····	(131)
保留乳房乳腺癌切除术·····	(132)
乳腺癌术后常见并发症·····	(133)
乳腺癌患者术前的心态·····	(134)
乳腺癌患者术前心理自我调整·····	(136)
乳腺癌患者术前心理护理·····	(137)
乳腺癌患者的术前准备·····	(138)
乳腺癌患者术后的心态·····	(140)
乳腺癌术后自我心理治疗·····	(141)
乳腺癌患者术后护理·····	(143)
乳腺癌术后自我功能锻炼·····	(145)
乳腺癌术后体育治疗·····	(147)
乳腺癌患者术后体疗的意义·····	(149)
乳腺癌术后自我按摩·····	(149)
乳腺癌术后饮食调养·····	(154)
乳腺癌术后药膳调养·····	(155)
乳腺癌术后贫血食疗·····	(158)
乳腺癌放射治疗的临床意义·····	(163)
乳腺癌术前放射治疗·····	(164)
乳腺癌术后放射治疗·····	(166)
世界卫生组织对手术后放射治疗的建议·····	(167)
早期乳腺癌保留乳房手术后的放射治疗·····	(168)

放射治疗前后自我心理调整·····	(170)
放射治疗前后的护理·····	(171)
放疗的皮肤反应及其防治·····	(173)
放射性急性胃炎的防治·····	(175)
放射性骨髓造血抑制的防治·····	(177)
放射治疗期间的饮食调养·····	(180)
放射治疗期间的食疗·····	(181)
乳腺癌化学药物治疗·····	(185)
乳腺癌术前辅助化疗的临床意义·····	(187)
乳腺癌术后辅助化疗的临床意义·····	(188)
晚期乳腺癌的化疗·····	(190)
乳腺癌常用的化疗方案·····	(191)
乳腺癌辅助化疗前的准备·····	(193)
化疗引起消化道反应的防治·····	(194)
化疗引起骨髓抑制的防治·····	(196)
化学药物性肝病的防治·····	(200)
化学药物性心肌病的防治·····	(201)
化学药物性间质性肺炎的防治·····	(203)
化学药物引起脱发的防治·····	(205)
化疗期间的饮食调养·····	(207)
化疗期间的食疗·····	(208)

乳腺癌内分泌治疗·····	(213)
三苯氧胺治疗乳腺癌的临床意义·····	(214)
甲地孕酮治疗乳腺癌的临床意义·····	(216)
甾体激素受体与内分泌治疗的疗效·····	(217)
乳腺癌的中医治疗价值·····	(218)
中医对乳腺癌的辨证施治·····	(219)
晚期乳腺癌的中医辨证施治·····	(222)
转移性乳腺癌的新克星·····	(227)
癌症基因疗法可让癌细胞自杀·····	(228)
抗癌药丸可使癌细胞深睡·····	(229)
⁸⁹ 锶治疗乳腺癌骨骼转移·····	(230)
超声聚焦刀治疗乳腺癌·····	(231)
预防性治疗携带乳腺癌基因者·····	(231)
乳腺癌患者的体疗康复·····	(232)
乳腺癌患者康复期迷惘面面观·····	(235)
乳腺癌患者药物康复·····	(240)



乳房的位置形态与结构

乳房为人类和哺乳动物所特有的结构。

男性的乳房虽然不发达,但乳头的位置却较恒定,多位于第4肋间隙,或第4或第5肋骨,常以此作为定位的标志。

女性乳房于青春期后便开始发育生长,妊娠期和哺乳期才有分泌活动。

1. 乳房的位置

乳房位于胸前部,附着于两侧胸大肌的筋膜之上,上起第2~3肋,下至第6~7肋,内侧至胸骨旁线,外侧可达腋中线。



2. 乳房的形态

成年未产妇女的乳房呈半球形,紧张而有弹性。乳房中央有乳头,乳头的位置随发育程度、年龄及身体胖瘦而异,通常都在第4肋间隙或第5肋与锁骨中线相交处。乳头顶端有输乳管的开口。乳头周围的皮肤色素较多,形成乳晕,表面有许多小隆起,其深面有乳晕腺,有分泌油脂性物质的功能,以润滑乳头。

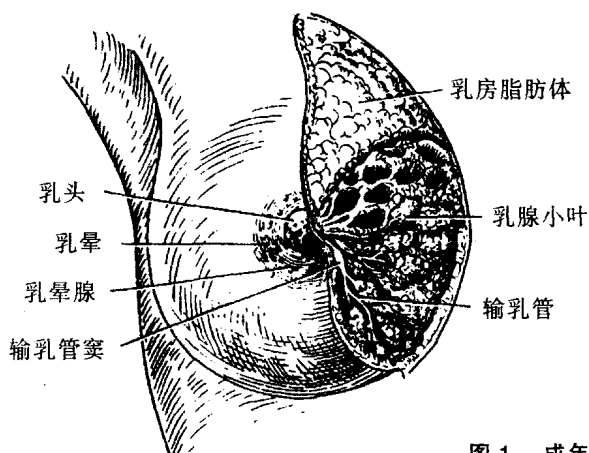
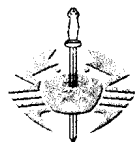


图1 成年女性乳房

乳头和乳晕的皮肤较薄,易受损伤而感染化脓。妊娠期和哺乳期时,乳腺增生,乳房增大。停止哺乳后,乳腺萎缩,乳房变小。老年时,妇女乳房萎缩而缩小并下垂。





3. 乳房的组织结构

乳房是由皮肤、皮下组织、纤维组织和乳腺构成。乳腺组织被脂肪组织分隔为 15 ~ 20 个乳腺叶。每个腺叶又分为若干小叶,每个小叶为一个复管泡状腺,腺泡上皮为单层立方体或柱状。每个腺叶有一条排泄管,称为输乳管。输乳管包括小叶内输乳管和小叶间输乳管。

总输乳管,开口于乳头,靠近乳头的膨大处称为输乳管窦。它们分别由单层柱状上皮、复层柱状上皮及复层扁平上

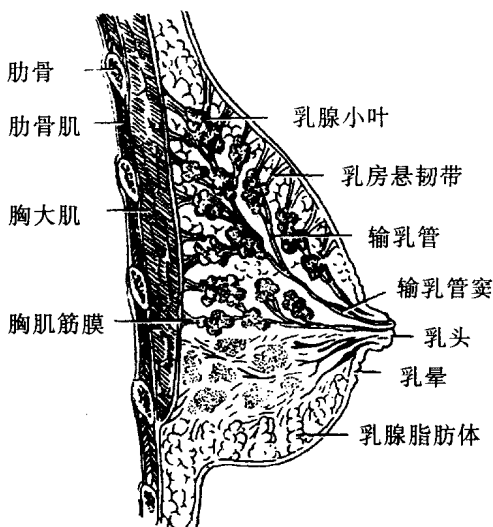


图 2 女性乳房矢状切面