

吃治百病系列丛书第二辑

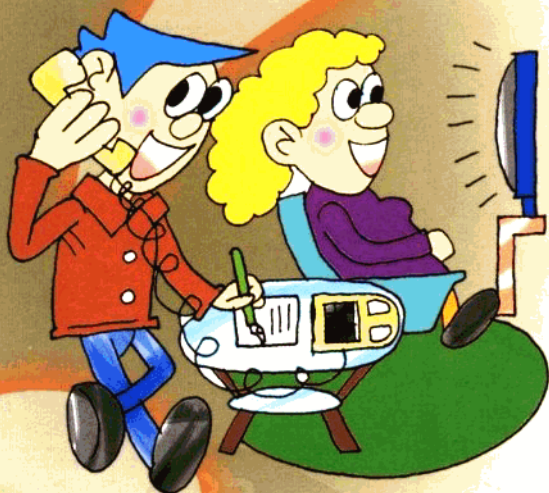
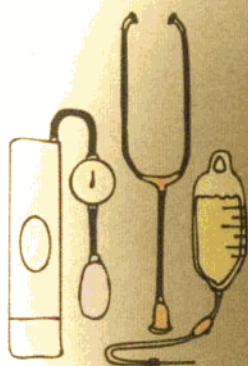
CHIZHIBAIBINGXILIECONGSHUDIERJI

何清湖 总主编

乳腺疾病

患者最想知道什么

刘胜 张晓晓 孙平 编著



- 一册在手，问题都走，不用求人，答案自有。
- 本书特点：通俗、普及、实用，一读就懂，懂了会用，用了有效。
- 自古以来，食以养命，药以治病。
- 服中西药、食药膳、喝药粥、饮药酒、品药茶等，均为健身祛病之良法，可谓三分治，七分养，其理正是如此。

山西科学技术出版社

前 言



健康是人们永恒的追求。

自古以来，食以养命，药以治病。三分治，七分养。“先以食疗……后乃用药尔”（孙思邈语）。药食同源，药食一家，对于疾病而言，饮食调理和药物治疗有着同等重要的地位。药食通过口吃入胃消化吸收之后，其营养成分和药理成分通过血液循环到达全身各组织器官，发挥其应有的作用。本丛书突出“吃治”重点，无论服中药、服西药、吃中西成药，还是食药膳、喝药粥、饮药酒、品药茶、尝药糕，甚至平常谷蔬果菜、盐油酱醋、飞禽走兽、鱼虾贝介等等，凡从口入，并且对疾病的调养和康复大有裨益者，均属本丛书的范畴。当然，药食治病必有法度，亦必有禁忌；强调经口入胃的治疗方法，并不排除其他各种治疗途径。

本丛书主要面向广大患者及其家属，以科普的形式介绍了临床常见病及多发病的基本知识、中西药物和食物治疗方法。各分册均以章为纲，章下设

题论述。力求通俗化、普及化、实用化，使读者“一读就懂，懂了会用，用了有效，安全可靠”。我们希望每一个人都能“吃出健康来”。

本丛书第一辑 20 本出版后，得到了山西省新闻出版局的领导、山西科学技术出版社的编辑和国内部分中医、中西医结合专家的充分肯定，许多读者来信与作者进行沟通或咨询病情，他们鼓励我们继续做好第二辑的编纂工作，以更好的宣传和普及医学科普知识，提高人们的生活和健康水平。为此，我们在原编纂作者的基础上，调整编委会，加强力量，一鼓作气，在短短的一年时间内，完成了全部第二辑编纂任务。

本丛书(第二辑)由湖南省中西医结合学会负责组织，得到了湖南中医学院、湖南省中医药研究院、湖南省中医药学校、湖南省株洲市药检所、上海中医药大学龙华医院等单位的大力支持，在山西科学技术出版社赵志春副总编的策划下，集中了尤昭玲、龙森泉、蔡光先、周小青、彭光辉等专家和一批中青年学者、医生的集体智慧，共聚其成。在此，谨对以上单位和个人表示衷心谢意！

何清湖

《吃治百病》系列丛书第二辑编委会

主任委员：尤昭玲

副主任委员：龙森泉 蔡光先

周小青

总策划：赵志春

总主编：何清湖

副总编：谭同来 刘祖贞

编委：(以姓氏笔画为序)

王 昊	王永宏	田 松	田道法	申飘杨
向秀梅	刘 胜	刘庆林	刘旺华	刘祖贞
刘朝圣	刘慧萍	江劲波	孙霁平	李 玄
李 轩	李 牧	杨志波	吴吉苟	吴红玲
忻耀杰	何清湖	陈美仁	陈晋广	张 迅
张 伟	张 烨	张咏梅	张晓晓	张旄旄
周小青	周国兴	郑毅春	胡田生	胡伟才
赵复锦	袁明杰	聂绍通	夏晓凯	晏建立
郭 翔	唐兴荣	黄水仙	曹道忠	喻京生
雷晓明	谭同来	魏高文	戴永江	
秘书：张 伟	向秀梅	樊丽花		

目 录

第1章 诊病须知

1. 乳腺疾病是如何分类的? (2)
2. 我国有多少人患乳房疾病? (2)
3. 我国乳房恶性肿瘤的发病现状如何? (2)
4. 哪个年龄段容易患乳腺癌? (4)
5. 乳腺癌容易发生在哪些部位? (4)
6. 只有女性会生乳腺癌吗? (4)
7. 为什么乳腺癌的发病率有上升的趋势,但其死亡率没有上升? (5)
8. 乳房疾病常见症状有哪些? (5)
9. 如何鉴别乳房部出现的肿块、疼痛、溢液? (5)
10. 乳房疾病还可出现哪些症状? (10)
11. 乳房出现异常应选择哪些检查? (13)
12. 乳房先天性畸形有哪些表现? (15)
13. 如何区分乳腺纤维腺瘤与乳腺囊性增生病? (15)
14. 如何区分急性乳腺炎与浆细胞性乳腺炎? ... (16)
15. 如何区分浆细胞性乳腺炎与炎性癌? (16)
16. 少儿乳房异常发育症有哪些表现,是什么原因引起的? (17)
17. 性早熟性女性乳房发育症有哪些表现,是什么原因引起的? (17)
18. 男性乳房异常发育有哪些表现,是什么原因引起

吃治百病系列丛书第二辑

- 的? (19)
19. 乳房肥大有哪些表现,是什么原因引起的? (20)
20. 乳房下垂有哪些表现,是什么原则引起的? (21)
21. 产后缺乳有哪些表现,是什么原因引起的? (21)
22. 产后乳汁自出有哪些表现,是什么原因引起的?
..... (22)
23. 乳房部湿疹有哪些表现,是什么原因引起的?
..... (23)
24. 急性乳腺炎有哪些表现,是什么原因引起的?
..... (24)
25. 乳头皲裂有哪些表现,是什么原因引起的? (24)
26. 乳房静脉炎有哪些表现,是什么原因引起的?
..... (25)
27. 什么是乳房积乳囊肿? 是什么原因引起的? (26)
28. 什么是乳房单纯囊肿? 是什么原因引起的? (27)
29. 小叶增生有哪些表现,是什么原因引起的? (28)
30. 什么是乳腺纤维瘤? 是什么原因引起的? ... (30)
31. 什么是乳腺导管内乳头状瘤? (31)
32. 乳腺癌是怎样发生的? (31)
33. 乳腺癌与遗传有关吗? (33)
34. 乳腺癌与饮食有关吗? (34)
35. 乳腺癌与月经、婚育、哺乳有关吗? (35)
36. 乳腺癌与电离辐射有关吗? (36)
37. 乳房小叶增生会癌变吗? (36)

目 录

- 38. 乳腺纤维瘤会癌变吗? (37)
- 39. 乳腺导管内乳头状瘤会恶变吗? (37)
- 40. 巨乳症必须手术治疗吗? (37)
- 41. 怎样治疗乳房发育不良? (38)
- 42. 哪些乳房发育不良可行手术治疗? (38)
- 43. 小叶增生能完全治愈吗? (39)
- 44. 小叶增生有必要进行手术治疗吗? (39)
- 45. 什么是浆细胞性乳腺炎? 其发病与先天性乳头凹陷有关系吗? (40)
- 46. 浆细胞性乳腺炎能完全治愈吗? (40)
- 47. 乳房良性肿瘤能完全治愈吗, 会复发吗? (41)
- 48. 乳腺小叶增生伴乳腺纤维腺瘤是否要开刀? (42)
- 49. 乳腺癌一定要手术治疗吗? (42)
- 50. 乳腺癌可以做保乳疗法吗? (43)
- 51. 哪些乳腺癌病人不能做手术治疗? (44)
- 52. 乳腺癌手术后为什么要进行辅助治疗? (45)
- 53. 乳腺癌为什么要进行放化疗? 其适应症有哪些?
..... (45)
- 54. 乳腺癌为什么要进行内分泌治疗? (46)
- 55. 乳腺癌中医药疗法有什么优势? (46)
- 56. 患乳腺癌后还能生存多长时间? (47)
- 57. 什么是乳腺癌局部或区域性复发? (48)
- 58. 乳腺癌在什么情况会出现转移? (49)



第2章 吃治原则

1. 什么是乳房疾病的饮食疗法? (52)
2. 乳房疾病应用饮食疗法的主要作用有哪些? (52)
3. 人体不同阶段的饮食宜忌原则有哪些? (54)
4. 吃治乳房疾病的基本原则有哪些? (55)
5. 吃治乳房疾病为什么要遵循辨病辨证的原则?
..... (55)
6. 吃治乳房疾病为什么要遵循早期治疗的原则?
..... (56)
7. 吃治乳房疾病为什么要遵循综合治疗的原则?
..... (57)
8. 如何消除食物中的致癌物质? (57)
9. 如何正确烹饪食物? (58)
10. 如何养成正确的防癌饮食习惯? (59)
11. 有哪些防癌抗癌食品? (59)

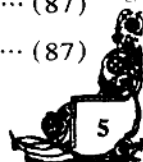
第3章 中药处方

1. 中药处方能治疗乳房疾病吗? (68)
2. 怎样运用中药对乳房疾病进行辨证论治? (68)
3. 具有调节内分泌作用的中草药有哪些? (71)
4. 具有抗肿瘤作用的中草药有哪些? (71)
5. 具有对放、化疗减毒增效作用的中草药有哪些? ...
..... (71)



目 录

6. 具有预防肿瘤复发与转移的中草药有哪些? (72)
7. 治疗少儿乳房异常发育症的中成药有哪些? (72)
8. 治疗乳房发育不良的中成药有哪些? (73)
9. 治疗乳房肥大症的中成药有哪些? (73)
10. 治疗产后缺乳的中成药有哪些? (73)
11. 治疗产后乳汁自出的中成药有哪些? (73)
12. 治疗闭经 - 溢乳综合征的中成药有哪些? ... (73)
13. 治疗乳腺炎的中成药有哪些? (74)
14. 治疗乳房积乳囊肿中成药有哪些? (74)
15. 治疗乳房脂肪坏死中成药有哪些? (74)
16. 治疗乳腺纤维腺瘤中成药有哪些? (75)
17. 治疗乳房单纯囊肿中成药有哪些? (75)
18. 治疗小叶增生的中成药有哪些? (75)
19. 治疗乳腺癌中成药有哪些? (76)
20. 治疗少儿乳房异常发育症有哪些效果好的验方?
..... (79)
21. 治疗乳房发育不良有哪些效果好的验方? ... (80)
22. 乳房湿疹有哪些效果好的验方? (80)
23. 乳房部带状疱疹有哪些效果好的内服验方? (81)
24. 乳房部带状疱疹有哪些效果好的外用验方? (81)
25. 产后缺乳有哪些效果好的内服验方? (81)
26. 产后乳汁自出有哪些效果好的验方? (86)
27. 回乳有哪些效果好的内服验方? (87)
28. 闭经 - 溢乳综合征有哪些效果好的验方? ... (87)



29. 急性乳腺炎早期有哪些效果好的内服验方? (88)
30. 乳头皲裂有哪些效果好的验方? (93)
31. 乳房静脉炎有哪些效果好的验方? (93)
32. 乳房积乳囊肿有哪些效果好的验方? (93)
33. 乳房单纯囊肿有哪些效果好的验方? (93)
34. 乳腺增生病有哪些效果好的内服验方? (94)
35. 乳房癌有哪些效果好的内服验方? (98)
36. 针对化疗毒副反应的有效中药方有哪些? (103)
37. 针对放疗毒副反应的有效中药方有哪些? (106)
38. 我国治疗乳房疾病的著名中医药专家有哪些? ...
..... (110)

第4章 西医治疗

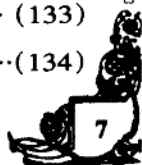
1. 治疗乳腺发育不良的手术方式有哪些? (112)
2. 治疗乳头凹陷的手术方式有哪些? (112)
3. 治疗闭经 - 溢乳综合征的西药有哪些? (113)
4. 治疗急性乳腺炎的西药有哪些? (113)
5. 治疗乳头皲裂的西药有哪些? (114)
6. 治疗乳房单纯性囊肿的手术方法有哪些? ... (114)
7. 治疗乳房积乳囊肿的手术方法有哪些? (115)
8. 治疗小叶增生的西药有哪些? (115)
9. 治疗乳腺纤维腺瘤的手术方法有哪些? (116)
10. 治疗乳腺导管内乳头状瘤的手术方法有哪些? ...
..... (117)

目 录

11. 乳腺癌手术治疗有哪些? (117)
12. 化疗方案主要有哪些? (118)
13. 放射治疗方案有哪些? (119)
14. 乳腺癌有哪些内分泌治疗方案? (120)
15. 乳腺癌如何进行辅助方案的选择? (120)
16. 乳腺癌局部或区域复发后如何治疗? (120)
17. 发生转移的乳腺癌如何治疗? (121)
18. 乳腺癌化疗有哪些副作用? (124)
19. 乳腺癌放疗有哪些副作用? (125)
20. 乳腺癌内分泌治疗的有哪些副作用? (125)

第5章 饮食疗法及吃治忌口

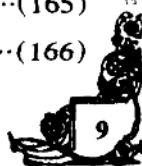
1. 乳汁分泌不足病人饮食疗法的基本原则是什么?
..... (128)
2. 乳汁分泌不足病人可用哪些药膳食谱? (129)
3. 乳汁分泌不足病人可用哪些汤? (129)
4. 乳汁分泌不足病人可用哪些粥谱? (132)
5. 乳汁分泌不足病人可用哪些药酒? (132)
6. 乳汁分泌不足病人可用饮有哪些? (133)
7. 乳汁分泌过多病人饮食疗法的基本原则是什么?
..... (133)
8. 乳汁分泌过多病人可用哪些药膳食谱? (133)
9. 回乳时饮食疗法的基本原则是什么? (134)



10. 回乳时可用哪些药膳食谱? (134)
11. 乳房湿疹饮食禁忌有哪些? (134)
12. 乳房湿疹病人可以选择哪些食物? (135)
13. 预防湿疹的食谱有哪些? (135)
14. 治疗湿疹的精选菜肴与药膳配方有哪些? (136)
15. 乳房湿疹病人可常用哪些粥类配方? (136)
16. 乳房湿疹病人常用保健茶饮料有哪些? (137)
17. 乳房疣的饮食禁忌有哪些? (137)
18. 乳房疣病人可以选择哪些食物? (138)
19. 乳房疣预防保健药膳配方有哪些? (138)
20. 乳房疣常用汤类有哪些? (139)
21. 乳房疣病人可常用哪些粥类配方? (139)
22. 乳房疣病人可常用哪些保健茶? (140)
23. 乳房带状疱疹病人饮食禁忌有哪些? (141)
24. 乳房带状疱疹病人可以选择哪些食物? (141)
25. 预防带状疱疹的保健处方有哪些? (142)
26. 乳房带状疱疹病人可用哪些选菜肴配方? (142)
27. 乳房带状疱疹病人常用粥类有哪些? (143)
28. 乳房带状疱疹病人常用保健酒有哪些? (143)
29. 乳房带状疱疹病人可常用饮料有哪些? (143)
30. 乳腺炎症病人饮食疗法的基本原则是什么?
..... (144)
31. 乳腺炎症病人饮食禁忌有哪些? (144)
32. 乳腺炎症病人可选用哪些食物? (145)

目 录

33. 乳腺炎症病人药膳食谱有哪些? (146)
34. 乳腺炎症病人常用药膳粥方有哪些? (151)
35. 乳腺炎症病人常用羹汤有哪些? (153)
36. 乳腺炎症病人常用保健酒、醪、醴有哪些? (153)
37. 乳腺炎症病人常用饮料、鲜汁、饮、露有哪些?
..... (155)
38. 乳腺炎症病人常用保健茶有哪些? (156)
39. 小叶增生与男性异常发育饮食疗法的基本原则是
什么? (157)
40. 小叶增生与男性异常发育病人可选用哪些食物?
..... (157)
41. 小叶增生与男性异常发育病人常用的药膳食谱有
哪些? (158)
42. 小叶增生与男性异常发育病人常用的茶饮有哪
些? (159)
43. 小叶增生与男性异常发育病人常用的汤煲有哪
些? (160)
44. 乳房纤维瘤病人饮食疗法的基本原则是什么? ...
..... (161)
45. 乳腺癌病人饮食疗法的基本原则是什么? (161)
46. 乳腺癌病人可选用哪些食物? (161)
47. 预防乳腺癌的保健药膳食谱有哪些? (162)
48. 预防乳腺癌的保健汤类、羹有哪些? (165)
49. 各期乳腺癌患者可食用的药膳有哪些? (166)





50. 乳腺癌病人常用汤类配方有哪些? (172)
51. 乳腺癌病人常用的饮料、鲜汁、饮、露有哪些?
..... (175)
52. 乳腺癌病人常用的羹、膏、粥有哪些? (176)
53. 乳腺癌病人可食用的粥有哪些? (178)
54. 乳腺癌手术、放、化疗饮食疗法的作用是什么? ...
..... (178)
55. 乳腺癌手术、放、化疗病人可选用哪些食物? ...
..... (179)
56. 乳腺癌手术、放、化疗病人药膳主食有哪些? ...
..... (180)
57. 乳腺癌手术、放、化疗病人药膳食谱有哪些? ...
..... (182)
58. 乳腺癌手术、放、化疗病人常用汤类配方有哪些?
..... (191)
59. 乳腺癌手术、放、化疗病人羹、酪有哪些? ... (192)
60. 乳腺癌手术、放、化疗病人药膳粥谱有哪些?
..... (194)

第6章 其他疗法

1. 除了服药、饮食外,还有哪些其他方法可以治疗乳房疾病? (198)
2. 少儿乳房异常发育症常用外敷疗法有哪些? (199)



目 录

3. 乳房湿疹病人的常用外敷疗法有哪些? (199)
4. 乳房部带状疱疹常用外敷疗法有哪些? (200)
5. 产后乳汁少常用外敷疗法有哪些? (200)
6. 回乳时常用外敷疗法有哪些? (201)
7. 闭经 - 溢乳综合征外敷、熏洗疗法有哪些? (201)
8. 乳腺炎症常用敷、洗、热熨疗法有哪些? (202)
9. 乳头破碎常用外敷疗法有哪些? (206)
10. 乳房静脉炎常用的外敷疗法有哪些? (206)
11. 乳腺增生症、男性乳房异常发育、乳腺纤维瘤等常用敷、洗、热熨疗法有哪些? (207)
12. 乳房纤维瘤的外敷疗法有哪些? (209)
13. 乳腺癌常用熏洗、外敷疗法有哪些? (209)
14. 产后缺乳怎样运用针灸疗法? (213)
15. 产后乳汁自出的针灸疗法有哪些? (214)
16. 闭经 - 溢乳综合征的针灸疗法有哪些? (215)
17. 乳腺炎症针灸疗法有哪些? (216)
18. 小叶增生怎样运用针灸疗法? (218)
19. 乳房发育不良怎样运用推拿、按摩疗法治疗?
..... (220)
20. 如何矫正乳头凹陷? (220)
21. 急性乳腺炎怎样运用推拿疗法治疗? (221)
22. 小叶增生怎样运用按摩疗法? (222)



第7章 预防保健



1. 如何进行乳房自我检查?(224)
2. 如何进行乳房局部护理保护? (225)
3. 如何选择配戴合适的乳罩? (228)
4. 如何进行自我心理调摄?(229)
5. 乳房发育不良病人如何进行生活调摄? (230)
6. 如何预防乳房发育不良?(231)
7. 如何预防少儿乳房异常发育? (231)
8. 如何预防乳房肥大症?(232)
9. 如何进行哺乳期乳房保健? (232)
10. 如何预防急性乳腺炎? (234)
11. 如何预防产后缺乳?(235)
12. 如何预防乳头皲裂?(236)
13. 如何预防小叶增生?(237)
14. 如何预防乳房纤维瘤? (238)
15. 如何预防乳腺癌?(239)
16. 乳房癌手术后如何进行康复锻炼? (240)
17. 乳腺癌术后可以使用按摩器吗? (241)

诊

第1章

病

须

知