

如何应对 乳腺癌

写给患者和家属的书

李金锋 编著

战胜自我，让生活充满阳光！



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

如何应对乳腺癌

——写给患者和家属的书

李金锋 编著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

乳腺癌已成为严重威胁妇女身心健康的重要疾病,其发病率在我国主要城市女性恶性肿瘤中占第一位,且每年以2.4%的速度递增。

本书作者根据近年来乳腺癌研究与治疗领域的新成果、新技术并结合自己三十几年的行医体会,以书信的形式,对一些乳腺癌患者及其家属普遍关心的易发(高危)因素、早期诊断和表现、确诊、解读病理报告、制定治疗计划和方法、易混疾病、术后康复和心理支持、乳房重建、化疗、患癌苦恼与对策、复发及对策、病人的生活饮食问题等问题一一进行解答,以期消除患者及其家属在该病诊断、治疗及康复等诸多方面存在的误解,以便更好地配合治疗和加快康复。

图书在版编目(CIP)数据

如何应对乳腺癌:写给患者和家属的书/李金锋编著. —北京:科学技术文献出版社:机械工业出版社, 2016.12

ISBN 978-7-5189-1995-6

I. ①如… II. ①李… III. ①乳腺癌—防治 IV. ①R737.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第235300号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑:何文军 责任编辑:何文军 李宣敏

责任校对:潘蕊 封面设计:张静

责任印制:孙炜

北京中兴印刷有限公司印刷

2017年9月第1版第1次印刷

130mm×184mm·7.75印张·96千字

标准书号:ISBN 978-7-5189-1995-6

定价:40.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线:010-88361066

机工官网: www.cmpbook.com

读者购书热线:010-68326294

机工官博: weibo.com/cmp1952

010-88379203

金书网: www.golden-book.com

封面无防伪标均为盗版

教育服务网: www.cmpedu.com



再版说明

《如何应对乳腺癌》一书已出版十年，其间连续六次印刷。在此首先感谢广大患者和相关人员的支持与厚爱。同时笔者也为此书能为您的康复和生活带来一定的帮助感到欣慰。十年来，乳腺癌的诊治领域又有了一些新的变化，许多患者和朋友希望将一些新的内容补充进去。为此，笔者再次搜集相关资料，将一些新的理念、新的证据纳入新版，同时更正部分旧版陈旧内容。希望此书能够服务于更多需要的朋友！

李金锋

2016年元月





序

乳腺癌是当今女性发病率最高的恶性肿瘤，也是对女性身心健康影响最为严重的恶性肿瘤。虽然近年来乳腺癌的诊断和治疗水平与以往相比进步较快，但在许多与治疗 and 康复相关的环节与发达国家相比还有较大差距。

李金锋医生多年来从事乳腺癌的临床与研究工作，积累了丰富的临床经验，特别是在乳腺癌保留乳房治疗和乳房成型方面尤为突出。在临床工作中我们发现，无论在乳腺癌的诊断治疗还是手术后的康复方面，患者和家属在理解上都存在许多误区，这将直接影响诊断与治疗的顺利进行。李医生在工作之余，收集大量国外文献资料并结合自身经验，对乳腺癌的诊断、治疗以及康复过程中可能涉及的问题，





从患者和家属的角度深入浅出地进行详细的阐述。书中还特别加进了乳腺癌手术后的成型和手术后如何看待性和生育等章节，这是以前很少提及但又非常重要、需要患者和家属必须认真面对的问题。

该书不但对乳腺癌患者和家属有益，对于希望了解乳腺癌、关心乳腺癌患者的所有女性和男性朋友均值得一读。

期盼该书早日出版发行！

林本耀

2006年2月于北京



前言

众所周知，近年来乳腺癌的发病率正逐年上升，目前我国大中城市，占女性恶性肿瘤第一位或第二位，成为严重威胁妇女身心健康的重要疾病。

另一方面，近年来，乳腺癌的研究与治疗领域也在发生明显变化，治疗理念和治疗方式都与以往有所不同。当前，乳腺疾病专业医生相对于广大女性群体而言还很不够，普通医生对乳腺癌的了解也不充分，乳腺癌患者及其家属对乳腺癌的理解更是肤浅。在笔者从医的二十几年中，深知乳腺癌患者及其家属在该病的诊断、治疗及康复等诸多方面存在误解，为了更好地配合治疗和治疗后康复，她（他）们迫切需要这方面的知识。





医生日常工作繁重，常常做不到对每位患者都能解释清楚。有鉴于此，笔者查阅部分国外资料并结合自己行医体会，将一些乳腺癌患者及其家属最为关心的问题整理成册，希望能对她（他）们有所帮助。

水平所限，难免出现错误的观点和结论，望海涵。

特别感谢恩师林本耀教授多年来对我的培养，并感谢他为本书作序！

编者

2006年2月于北京大学临床肿瘤学院
暨北京肿瘤医院乳腺癌预防治疗中心



目录

再版说明

序

前言

1 认知乳房	001
2 癌症的发生过程	003
3 乳腺癌易发（高危）因素	006
3.1 无法改变的危险因素	007
3.2 生活方式相关的危险因素	012
3.3 尚未肯定或意见尚未统一的 危险因素	017
4 乳腺癌早诊	021
5 乳腺癌表现	025
6 容易与乳腺癌相混淆的疾病	026
6.1 乳腺炎	026



6.2	乳腺脂肪坏死	027
6.3	乳腺增生	027
7	确诊乳腺癌	029
7.1	临床乳腺查体	029
7.2	乳房 X 线检查	029
7.3	乳房超声检查	029
7.4	乳导管灌洗检查	030
7.5	乳腺活组织检查	030
8	如何解读乳腺癌病理报告	034
8.1	病理类型	034
8.2	细胞分级	035
8.3	肿瘤大小和切缘状态	036
8.4	有无脉管癌栓	036
8.5	激素受体状况	037
8.6	HER-2 基因状况	037
8.7	Ki-67	038
8.8	其他生物学指标	038
8.9	淋巴结转移与否	039
9	乳腺癌确诊之后	040
10	制定治疗计划	046



11	乳腺癌治疗方法	049
11.1	外科手术治疗	049
11.2	放射治疗	055
11.3	化学治疗	057
11.4	内分泌治疗	060
11.5	靶向治疗	063
11.6	中医中药在乳腺癌治疗中的作用	064
12	治疗选择	066
13	治疗副反应	072
13.1	手术并发症及副反应	072
13.2	放疗副反应	074
13.3	化疗副反应	074
13.4	内分泌治疗副反应	077
13.5	靶向治疗副反应	078
13.6	癌症所伴随的疲乏	079
14	乳腺癌手术后患肢康复	093
15	术后随访	094
16	乳腺癌患者的心理支持	095
17	癌症研究的新希望	097
17.1	病因与预防	097



17.2	筛查与诊断	099
17.3	治疗	099
18	关于乳房重建.....	102
18.1	何为乳房重建	103
18.2	谁需要乳房重建	104
18.3	有哪些乳房重建类型	105
18.4	乳房重建还需要了解的问题	108
19	关于上肢淋巴水肿.....	112
19.1	什么是淋巴水肿	112
19.2	淋巴水肿与腋窝淋巴结切除多少 有关	113
19.3	手术和放疗后如何减少淋巴水肿	113
19.4	如何预防和控制淋巴水肿	115
19.5	如何处理刮伤、擦伤及烧伤	118
19.6	淋巴水肿有哪些表现	119
19.7	什么情况需与医生联系	119
19.8	淋巴水肿的治疗	119
20	再谈化疗.....	121
20.1	了解化疗	121
20.2	化疗过程中你需要了解什么	126



20.3	副反应如何处理	132
21	患乳腺癌后的性生活及生育问题	164
21.1	什么是正常性生活	164
21.2	癌症治疗对女性性欲望和性反应的 影响	173
21.3	乳腺癌引起性问题的处理	181
21.4	保持良好的性生活十分重要	189
21.5	单身女性的特殊问题	197
21.6	关于癌症与性之间关系的误解 ..	201
21.7	乳腺癌患者的生育问题	204
22	患癌的苦恼与对策	210
22.1	什么是患癌苦恼	210
22.2	患癌苦恼的程度判定	212
22.3	如何帮助自己应对癌症带来的 苦恼	213
23	乳腺癌复发及对策	217
23.1	什么是癌症复发及为何会复发 ..	217
23.2	复发的类型	218
23.3	复发恐惧	218
23.4	加强随访的重要性	220





23.5 降低复发危险	221
23.6 第二癌	223
23.7 接受新诊断	224
23.8 复发癌和第二癌的治疗	225
23.9 进展期癌和转移癌	226
24 乳腺癌病人的饮食问题	227
附录 乳腺癌常用的相关符号	230



乳腺癌在西方国家是除皮肤癌之外发病率最高的女性恶性肿瘤，以美国为例，妇女所患恶性肿瘤中，每 3 例就有 1 例为乳腺癌；平均每 7 位女性中就将会有 1 位患乳腺癌。2005 年，美国乳腺癌新发病例达 27 万，另外还有 1700 位男性患乳腺癌。虽然我国乳腺癌发病率远低于西方发达国家，但在大中城市已占女性恶性肿瘤的第一或第二位，且发病率仍在逐年上升。据 2013 年北京市户籍居民女性恶性肿瘤发病构成分析，乳腺癌占第一位，达 67/10 万。本书旨在帮助乳腺癌患者及其家属了解并认识乳腺癌，从而更好地配合治疗，使患者早日康复。

1 认知乳房

女性乳房是位于胸前代表第二性征的一对性器官，每个乳房由 15~20 个乳腺小叶组成。每个小叶又由许多更小的腺小叶组成，在腺小叶的末端是被称作腺泡的盲端，在这里可以分泌乳汁。乳腺小叶、腺小叶和腺泡由很细的小





管连接，被称作乳腺导管。乳腺导管直通位于乳房中央的乳头。乳头周围颜色较深的皮肤称作乳晕。在乳腺小叶和导管的周围充满脂肪组织。乳房内没有肌肉，胸肌和肋骨位于乳房之后。

每侧乳房均含有血管和淋巴管，淋巴管引导无色透明的淋巴液至蚕豆形的淋巴结，乳房引流淋巴结多达十几枚至几十枚，多数在同侧腋窝，其次在胸骨旁的胸腔内。

图 1-1 为正常女性乳房解剖图示。

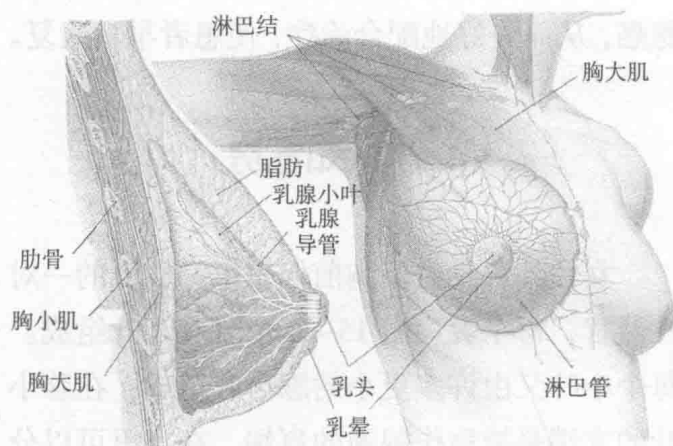


图 1-1 正常女性乳房解剖图示



2 癌症的发生过程

癌症是发源于细胞的一组相关性疾病。细胞是构成人体生命的基本单位。了解癌症，首先应该了解正常细胞是如何变成癌细胞的。

身体是由多种细胞组成，正常情况下，只有在身体需要时才发生细胞的生长和分化，这种有序的过程为保持身体健康所必需。然而，有时即使身体不需要，细胞也会不断分裂，这些多余的细胞所形成的肿块就称作肿瘤。

肿瘤又有良性肿瘤和恶性肿瘤之分。良性肿瘤不是癌，多数情况下很容易被切除，而且多不复发。良性肿瘤的细胞不会发生远处转移，最重要的是，绝大多数良性肿瘤不会威胁生命。癌是最常见的恶性肿瘤，这些肿瘤细胞为异常细胞，它们无限制、无秩序地分裂增殖，从而损害邻近的正常组织或器官。另外，癌细胞可从瘤体中浸出进入血管和淋巴系统，这也是为