

了解乳腺癌

3.我认为最能帮助我的方式为

- A. 更多的文字资料
- B. 推荐阅读
- C. 网络资源
- D. 患者网络和病友群交流
- E. 社区服务和社会工作者的帮助
- F. 肿瘤专家的门诊服务
- G. 其他, 请注明:

4.哪些朋友可以更好的帮助我

- A. 西医肿瘤专家
- B. 中医专家
- C. 心理咨询师
- D. 康复师
- E. 营养师
- F. 护士
- G. 社会工作者

H. 病友

I. 家人

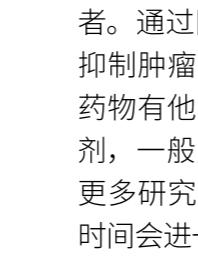
空辅助切除活检(VAB)。另有少部分患者需要通过其他方式进行活检以明确诊断,例如乳腺可疑钙化灶的定位活检。直接手术切除活检以明确肿物性质的办法很多时候并不能使患者获益,建议谨慎选择。

8.乳腺癌的治疗方法有哪些?

和其他肿瘤一样,乳腺癌治疗强调综合治疗。代表性的乳腺癌治疗方法包括手术、化疗、内分泌治疗、靶向治疗和放射治疗。通常由医疗团队进行协商后选择恰当的治疗方法。

手术:

早期乳腺癌手术的目的是达到根治性切除,即完整切除肿瘤和可能存在转移的区域淋巴结。在达到这一目的的前提下,当代治疗理念趋向手术“越做越小”,因此才出现了对于适合的患者进行保留乳房和免除腋窝淋巴结清扫的手术方式。这种趋势符合人们希望保留乳房外观和减少手术创伤的愿望,但也需要根据患者的具体情况进行选择。例如乳房内多发肿瘤病灶的患者,可能就不适合进行保留乳房的手术。如果把切除肿瘤的手术比作“破坏”的话,那么切除后恢复外观的过程就可以比作“重建”,有时候因病情需要,不得不进行比较大范围的“破坏”,之后“重建”的时候可能无法保证比较满意的外观,这种情况下应用适当的成型手术技术可能帮助患者取得相对比较理想的外观效果。如果患者有这方面的考虑,建议在手术前咨询主诊医生。



放射治疗:

放射治疗采用高能放射线,可以在一定程度上杀死局部残留的肿瘤细胞。对于接受了保留乳房手术的患者和一部分局部进展期的患者,术后需要接受放射



治疗,有助于减少术后局部复发甚至是全身转移的风险。近年来放射治疗技术取得了很大的进步,在加大了局部剂量的同时减少了对心脏、肝脏等周围器官的影响,术中放疗等新技术有可能使患者进一步获益。

化疗:

目前普遍认为,恶性肿瘤是全身疾病,乳腺癌也不例外。在疾病早期,就有可能出现全身的微小转移灶,只是通过现有检查手段还不能准确发现。这种微小转移灶是手术无能为力的,只有通过全身治疗进行控制,在乳腺癌的综合治疗中,全身治疗的地位丝毫不逊于手术。化疗是全身治疗的重要手段,化疗的具体方案很多,使用药物和化疗周期各异,同时也不是所有乳腺癌的患者都需要接受化疗,请与专科医生讨论,选择合适的治疗方案。



内分泌治疗:

与化疗一样,内分泌治疗同为全身治疗的重要手段,但内分泌治疗只适用于激素受体阳性的乳腺癌患者。通过阻断雌激素或其受体,内分泌治疗药物发挥抑制肿瘤生长的作用。代表性的药物有他莫西芬和芳香化酶抑制剂,一般服用时间为5年,随着更多研究结果的揭晓,可能服药时间会进一步延长。



靶向治疗:

与细胞毒性的化疗药物不同,靶向治疗药物针对癌细胞发挥作用,对正常细胞的损伤小。靶向治疗药物可以和化疗或内分泌治疗同



时使用,也可以单独使用。乳腺癌治疗中代表性的靶向治疗药物曲妥珠单抗,针对存在HER-2基因扩增的术后患者,标准治疗时间为1年。

中医药治疗:

在乳腺癌患者接受手术及放化疗过程中,针对患者的个体情况,根据中医辨证施治的原则,中医药治疗可辅助手术及放化疗,起到全身调理,增强免疫,改善症状,减轻不良反应的疗效。在手术及放化疗结束后,特别是内分泌治疗期间,中医药治疗可减轻患者常见的潮热、疲乏、骨关节僵硬疼痛等症状,起到一定的预防乳腺癌复发转移的作用。

9.乳腺癌可以治愈吗?

早期乳腺癌是可以治愈的,随着医疗技术的不断进步,乳腺癌的治疗效果在持续上升。与其它癌症相比,乳腺癌的存活率较高。根据数据显示乳腺癌的5年存活率由85.5%上升到90.6%。因此,如果能够早期发现,90%以上的乳腺癌都可以根治。患有一侧乳腺癌的患者,应像健康人一样对对侧乳腺定期检查。

制作:北京大学肿瘤医院
和睦家医疗
三星医疗中心
高盛回馈慈善基金

本书由北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部进行中文编撰,三星医疗中心提供顾问指导,作为“乳腺癌防治意识教育与培训项目”的一部分,针对中国乳腺癌患者和广大公众开发,在中国境内发放。本项目由高盛回馈慈善基金发起并出资完成。

版权声明 用户在使用本材料时,必须遵循中华人民共和国有关的版权法,仅为个人学习、研究、教学或欣赏之用,不得直接用于以盈利为目的的活动中。本资料版权归北京大学肿瘤医院和和睦家国际医疗部所有,未经作者允许不得任意翻印、转载本书内容。

发行年度 : 2015年 6月

1. 什么是乳腺癌

我们身体的正常细胞依靠细胞内的调节功能，经过分裂、生长、死亡，维持着均衡。但是，若因某些原因导致细胞基因发生变化，细胞出现异常增殖时，就会发展成为“恶性肿瘤”，即癌症。乳房上产生这种恶性肿瘤就称为乳腺癌，主要产生于乳腺的导管和腺泡的上皮细胞上。



乳腺癌在中医文献记载为乳岩、石痈等。明代著名外科医家陈实功在所著《外科正宗》中对乳岩作了形象而详尽的描述：“聚结成核，初如豆大，渐若棋子，半年一年，二载三载，不疼不痒，渐渐而大，始生疼痛，痛则无解，日久肿如堆栗，或如覆碗，紫色气秽，渐溃渐烂，深者如岩穴，凸者若泛莲，疼痛连心，出血则臭，其时五脏俱衰，四大不救，名曰乳岩。”

2. 为什么要关注乳腺癌？

在全世界范围内，女性发病率最高的癌症即为乳腺癌。近年来，由于多种原因包括高脂和高热量饮食，饮酒、不运动或少运动，生活节奏加快，各种压力增加以及一些不可改变的因素，如月经持续，不生育或晚生育，不哺乳等因素，使我国的乳腺癌发病率极速增加。在西方国家，五六十年年龄段为女性乳腺癌的发病高峰期，而在中国尤其是大城市高发年龄在48-52岁，而这部分人群无论对社会还是家庭都是最为活跃的，因此会对生活产生重大影响。但是，如果

5. 乳腺癌会遗传吗？

会，但是遗传因素导致的乳腺癌仅占到整体发病人群的5~10%。目前发现的与乳腺癌遗传相关的基因

能够及早发现乳腺癌，90%以上都可以治愈，因此女性朋友应该持续关注乳腺癌，争取定期体检，努力做到早发现、早诊断、早治疗。

3. 为什么我会得乳腺癌？

乳腺癌的发病原因尚不明确，有报道称遗传因素和雌激素影响可能诱发乳腺癌。多项研究证实，一生中受雌激素影响时间越长，发病率就会越高。比如，月经来潮越早、闭经越晚、没有分娩经历或授乳经历都是危险因素。遗传因素占到整个乳腺癌发病诱因的5~10%，因此有家族史的人群发病率会更高。此外，肥胖、运动不足、酗酒、高脂肪及高胆固醇饮食、长期的工作及生活压力、婚姻状况不好，如分居、离异或丧偶等都可能是导致乳腺癌的危险因素。

对于乳癌的发病原因，中医认为，情志内伤，忧思郁怒是发病的重要因素。忧郁伤肝，思虑伤脾，引起体内气血失调，日久气滞血瘀，痰瘀互结于乳而成乳岩。另外，六淫外侵，邪毒留滞，毒邪蕴结也是导致乳腺癌的因素。

4. 乳腺癌的症状有哪些？

乳腺癌主要表现为乳腺的肿块，（约有60%的患者因可触及的肿块就诊），偶有疼痛；乳头溢液，以血性和暗红色液体为主，或乳头下陷，乳头的瘙痒，溃烂，和结痂；乳腺皮肤的改变可以有凹陷，如酒窝征，或橘皮样外观，一侧乳房增大，皮肤充血，红肿；较少见的现象包括腋窝或锁骨上淋巴结肿大，及其他部位的不适。

6. 所有的乳腺癌都是相同的吗？

不是。乳腺癌的种类有很多，分为导管癌，小叶癌等。其次，根据癌症的浸润情况，分为浸润性乳腺癌和非浸润性乳腺癌。还可以根据分子类型不同而分为不同分子亚型。目前我们通常讲的乳腺癌是指浸润癌及分子亚型与治疗方案的选择及预后密切相关。分子亚型通常简单的分为：激素受体阳性Her2阳性；激素受体阳性Her2阴性；激素受体和Her2都阴性。另外肿块大小和淋巴结是否有转移也会影响治疗和预后，所以早期发现很重要。

7. 乳腺癌是如何确诊的？

第一部分：临床体检

健康体检或自行发现乳腺肿块后，应由专科医生进一步检查。传统的乳房触诊是必要的，但由于其主观性和不确定性，在乳腺肿物尤其是乳腺癌诊断中并不占有主导地位。患者不应迷信所谓的“金手指”，“一摸准”，客观科学的诊疗流程是正确诊断的关键所在。双侧乳腺

突变通常为BRCA1, BRCA2。通常一个家族中直系亲属或兄弟姐妹中有两名以上乳腺癌患者，我们称为家族性乳腺癌。

8. 我需要在本册的哪些部分了解更多

9. 反馈信息：

积极的参与和反馈可以帮助我们完善现有的系统和材料，您的反馈对我们至关重要，因此，无论您如何看待本书请从今天做起，为像您一样需要帮助的朋友提供力所能及的服务。

10. 我们的反馈邮箱：

patienteducation@ufh.com.cn

11. 请邮寄此反馈页至：

北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部
中国北京市朝阳区将台西路9-11号 100015

12. 我面临的问题是：

-
-
-
-
-

13. 我需要在本册的哪些部分了解更多

14. 第一部分：病理学检查

病理学检查是确诊乳腺癌的“金标准”。按照现阶段国际通行的诊疗流程，大多数经影像学检查发现乳腺可疑肿物的患者应接受超声引导下空芯针穿刺活检（CNB）以明确诊断，其中一部分患者可以考虑进行真

15. 北京大学肿瘤医院

北京肿瘤医院
BEIJING CANCER HOSPITAL

16. 和睦家国际医疗部

和睦家国际医疗部
United Family Healthcare

17. 高盛同济慈善基金

高盛同济慈善基金
Goldman Sachs Gives

18. SAMSUNG MEDICAL CENTER

SAMSUNG MEDICAL CENTER

了解 乳腺癌和化疗

3. 我认为最能帮助我的方式为

- A. 更多的文字资料
- B. 推荐阅读
- C. 网络资源
- D. 患者网络和病友群交流
- E. 社区服务和社会工作者的帮助
- F. 肿瘤专家的门诊服务
- G. 其他, 请注明:

4. 哪些朋友可以更好的帮助我

- A. 西医肿瘤专家
- B. 中医专家
- C. 心理咨询师
- D. 康复师
- E. 营养师
- F. 护士
- G. 社会工作者
- H. 病友
- I. 家人

过敏反应

使用化疗药物时, 身体的免疫机制启动, 可能导致过敏反应。虽然这种过敏反应很少见, 但严重时可能导致休克, 因此, 如果出现以下症状, 要立刻告知医护人员。

- 寒战或发热
- 呼吸困难、胸闷、胸痛、干咳
- 皮疹、风疹、皮肤瘙痒
- 面色变红、眼睛和嘴唇周围浮肿
- 眩晕、意识模糊

生殖功能的变化

化疗药物造成卵巢功能下降, 可能导致月经周期不规律或一时性中断, 也可能导致不孕症。虽然抗癌治疗期间性功能会产生变化, 但仍可以进行性生活, 并且不会对配偶的健康产生不好的影响。需要注意, 化疗药物可能诱发先天性畸形, 因此, 在化学治疗期间, 必须采取避孕措施。

7. 中医如何抗癌治疗?

众所周知, 癌症是一全身性疾病。中医治疗以辨证施治、整体观念为特色。所谓辨证施治就是根据患者表现的不同症状及证型而对症下药, 所谓整体观念就是在治疗过程中, 充分考虑患病个体的全身状况, 以及各脏腑之间相互依赖, 相互制约的关系, 以恢复阴阳平衡为最终治疗目的。

中医认为, 人之所以患上恶性肿瘤, 是因为他们的体内环境适合于肿瘤的生存。因此, 运用中医辨证施治的理论, 首先对患病机体的阴阳、气血、脏腑功能进行全面评价, 然后有针对性地应用中药进行调整,

通过调理气血、调节脏腑功能而最终获得阴阳平衡。一旦阴阳重新获得平衡, 体内环境自然不适合肿瘤的继续生存和发展而达到缓解症状、减轻痛苦、抑制肿瘤生长的目的。

中医治疗肿瘤, 是根据患者的情况及证型, 采用中医综合治疗的方法。常用的方法包括辨证施治的中药汤剂、中药注射剂、口服中成药、中药外敷、中药泡洗、中药足浴、针灸疗法、热敷等。

癌症患者何时使用中药?

根据癌症患者治疗的需要以及治疗的不同阶段, 中医药可以发挥不同的作用。如手术患者, 在术后, 可以服用中药加快伤口愈合, 尽快度过围手术期; 放疗、化疗患者, 配合服用中药可以减轻放、化疗的毒副反应, 帮助其完成治疗计划; 目前一些接受新型靶向药物治疗的患者, 也可出现诸如皮疹、腹泻等副作用, 根据中医理论进行辨证治疗, 对减轻副作用有帮助; 对于晚期癌症患者, 不能耐受手术、放疗、化疗等治疗, 可以单纯使用中药进行扶正、抗癌治疗; 对于定期复查、随访的癌症患者, 可以选择中药进行巩固治疗。

化疗期间能用中药吗?

化疗期间可以服用中药, 以减轻化疗副作用。对于化疗所导致的如恶心、呕吐、便秘等消化道反应, 辨证使用降逆止呕, 润肠通便等中药, 可以减少止吐药的使用, 改善患者的症状; 对于化疗期间骨髓抑制, 血象受到影响的患者, 辨证使用益气养血、扶正生血等中药, 可以保护患者骨髓, 降低骨髓抑制的程度, 减少粒细胞集落刺激因子、粒巨嗜细胞集落刺激因子等的使用时间和剂量; 对于化疗期间如口腔黏膜炎、周围神经损伤以及化疗所致静脉炎等, 根据中医辩证

的思路进行组方的口服、外用中药具有一定的疗效, 减轻上述症状。

在化疗期间, 配合使用中药需要注意的是, 避免使用影响化疗疗效的中药。如乳腺癌激素受体阳性的患者, 在化疗或内分泌治疗期间会出现潮热、出汗等症状, 使用疏肝凉血的中药可以改善上述症状, 但需要注意避免使用含有植物雌激素的中药, 以免干扰患者的化疗或内分泌治疗的疗效。患者在采取中药治疗前, 请务必向专业中医师咨询。

8. 如何克服乳腺癌化疗恐惧?

- 不要还没有开始治疗就被已经听说过的“恐怖故事”吓到, 变成一个“化疗恐惧者”, 每个人都难免会听到一些有关化疗的副作用, 比如脱发、呕吐等, 那些问题不一定都发生在你身上, 就算发生了, 医生也会尽可能为你减少那些副作用。而且目前已经有很多可供使用的减轻化疗副作用的药物, 可以帮助患者安度难关。
- 告诉自己化疗的任何反应只是暂时的, 坚持和克服将为您迎来美好的明天。
- 对自己说: “我终于可以用这种方法反击我体内的癌细胞了, 感谢这种治疗”。
- 倒数法计算化疗时间, 假设化疗一共 6 次, 你已经做了 2 次, 就告诉自己只剩下 4 次啦, 加油!
- 为自己的化疗做些准备, 比如提前给自己买一个自己非常喜欢的假发头套, 或多睡些觉补充精力等等。
- 和自己的临床医生探讨一下治疗方案, 医生很可能会让你感觉到他是你的坚强后盾, 因此, 减少你内心的不确定感和恐惧。
- 和自己最亲爱的人表达你的恐惧, 既是释放恐惧的

过程, 也会得到他的理解和安慰。

- 也可以与康复的乳腺癌患者进行交流, 目前有很多乳腺癌康复组织, 找到她们, 得到她们的支持也是很好的。

如果以上方法都无法减轻你对化疗的恐惧感, 千万不要忘记去看看心理医生, 他们会用更专业的方法来帮助你一起度过难关。

※如果治疗不及时, 或者治疗中断, 可能导致化疗药物的疗效下降。因此, 如果开始治疗, 就应该坚持完成。最重要的是, 请对化学治疗的副作用采取积极的应对措施进行护理, 努力克服治疗中的困难。

制作:北京大学肿瘤医院
和睦家医疗
三星医疗中心
高盛回馈慈善基金

本书由北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部进行中文编撰, 三星医疗中心提供顾问指导, 作为“乳腺癌防治意识教育与培训项目”的一部分, 针对中国乳腺癌患者和广大公众开发, 在中国境内发放。本项目由高盛回馈慈善基金发起并出资完成。

版权声明 用户在使用本材料时, 必须遵循中华人民共和国有关的版权法, 仅为个人学习、研究、教学或欣赏之用, 不得直接用于以盈利为目的的活动中。本资料版权归北京大学肿瘤医院和和睦家国际医疗部所有, 未经作者允许不得任意翻印、转载本书内容。

发行年度 : 2015年 6月

1. 什么是化学治疗?

化疗是使用化学药物清除癌细胞或抑制癌细胞生长的治疗方法。

2. 为什么要接受化疗?

乳腺癌的化疗根据实施的目的分为三类。

第一，手术后以减少癌症复发为目标的化疗。肿瘤被根治性切除后，仍可能残存有临床不可见的癌细胞导致肿瘤复发，或者肿瘤在手术前就已经顺着淋巴和血液途径转移到其它脏器，并逐渐进展，有效的辅助化疗可以有效的降低上述风险。

第二，如果乳腺癌诊断时，病灶的体积过大，手术困难，此时可以考虑先进行化疗使得肿瘤缩小，部分患者甚至可以通过化疗减小病灶体积，从而获得保乳手术的机会，大大提高生活质量。

第三，当乳腺癌复发或转移时，为了不使症状恶化，或者希望最大限度抑制疾病的发展，也可以考虑实施化疗。

3. 所有乳腺癌患者都要接受化疗吗?

不是。患者是否接受化疗，需要考虑多方面的因素才能决定。从癌症病理学方面来看，通过肿瘤的特性分析癌症复发的风险后，若属于高危人群会推荐使用化疗。除此之外，还会综合考虑癌症治疗的效果和副作用、患者的状态、社会经济状况及患者个人意愿等。

4. 主要使用哪些化疗药物?

针对乳腺癌的化疗，目前最常使用的一线化疗方案有以蒽环类（阿霉素、表阿霉素、吡柔匹星等）为基础的方案以及紫杉醇类（紫杉醇、多西他赛）为基础的方案，或者是二者的联合应用。根据方案的不同，2至3周间隔，每次接受1-2次化疗，约接受4至8周期，大部分实施4~6个月。具体药物选择、给药方案及化疗周期需要根据病人的病情统筹考虑，制定个体化的治疗方案。复发转移性乳腺癌化疗药物常见为紫杉醇、多西他赛、卡培他滨、长春瑞滨、吉西他滨等。

5. 化疗药物为什么会产生副作用?

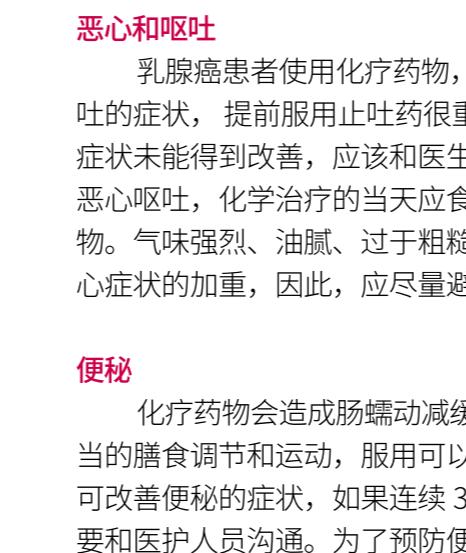
化疗药物对生长速度快的细胞（例如癌细胞）作用明显，从而达到治疗作用，但是，化疗药物的这种作用，也可能对人体某些增殖迅速的正常细胞（如毛囊细胞、骨髓造血细胞及消化道上皮细胞）产生影响，进而引起各种副作用。

6. 化疗药物的副作用有哪些?

了解了化疗药物产生副作用的机理，就不难理解乳腺癌患者化疗后常见的副作用主要包括脱发、骨髓抑制及消化道反应。具体常见症状包括脱发、恶心、呕吐、白细胞减少引发感染造成的高烧等症状。副作用的程度会因药物的种类、用量、治疗时间、患者的个人体质而不同。即便产生了副作用，通过适当的临床处理，一般都可以控制在可接受的程度。因此，为了实施安全高效的抗癌治疗，患者和监护人应详细了解治疗方案和相关副作用的应对方法。下面我们就来深入地了解一下。

脱发

乳腺癌治疗中使用的化疗药物，虽然根据种类的不同存在差异，但大部分都会带来毛发损伤和脱发。使用化疗药物约2~3周后，头发

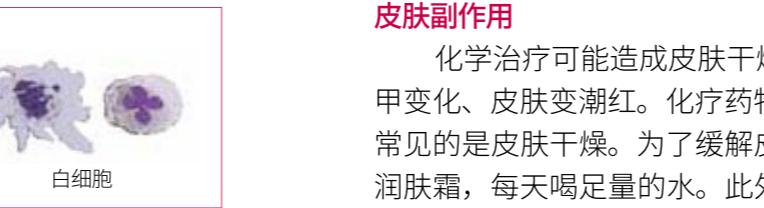


会开始掉落，治疗开始2个月的时候最为严重，一般治疗结束1~2个月以后会重新长出头发来。除了头发，眉毛、睫毛等其它部位的毛发都会出现脱落的现象。头发完全掉落后，为了保护头皮免受紫外线的侵害，请戴上帽子、围巾、假发等。睫毛脱落的患者，外出时为了保护眼睛不受日光刺激，需要佩戴太阳镜。

骨髓功能低下使感染 / 贫血 / 出血的风险增加

抗癌治疗会造成骨髓功能下降，白细胞、红细胞、血小板的数值下降。白细胞值减少增加感染风险，红细胞值减少可能造成贫血，血小板值减少增加了出血的风险。因此，化疗期间必须严格定期复查血常规，如果出现超过38度的高烧，或者出血不止、头晕头痛或气喘的情况，应及时与医护人员联系。如果感染未能得到及时有效的治疗，放任发展，可能发展为败血症，将危及生命。

预防感染的最佳方法是常洗手，要注意个人卫生。保持口腔清洁和皮肤清洁干燥。



恶心和呕吐

乳腺癌患者使用化疗药物，可能会出现恶心、呕吐的症状，提前服用止吐药很重要。如果恶心呕吐的症状未能得到改善，应该和医生及时沟通。为了预防恶心呕吐，化学治疗的当天应食用清淡易于消化的食物。气味强烈、油腻、过于粗糙坚硬的食物会导致恶心症状的加重，因此，应尽量避免食用。

便秘

化疗药物会造成肠蠕动减缓，可能产生便秘。恰当的膳食调节和运动，服用可以软化大便的药物，即可改善便秘的症状，如果连续3天以上排便困难，需要和医护人员沟通。为了预防便秘，每天需摄入足量的水，食用含纤维质较多的食物，维持适当的运动量。

腹泻

抗癌治疗会造成骨髓功能下降，白细胞、红细胞、血小板的数值下降。白细胞值减少增加感染风险，红细胞值减少可能造成贫血，血小板值减少增加了出血的风险。因此，化疗期间必须严格定期复查血常规，如果出现超过38度的高烧，或者出血不止、头晕头痛或气喘的情况，应及时与医护人员联系。如果感染未能得到及时有效的治疗，放任发展，可能发展为败血症，将危及生命。

末梢神经损伤造成的手脚麻木

乳腺癌患者使用的化疗药物中有些药物可能对心脏功能产生影响，导致心律不齐、心脏功能减退，因此，使用药物前，要进行心脏功能的检查。根据服用药物的不同，必要时需要同时使用预防心脏毒性的保护性药物，在治疗期间观察心脏功能的变化。

心脏功能的变化

近来，网络等媒体上错误的医学知识和错误的癌症预防方法呈蔓延趋势。请有效筛选，不要去依赖这些不切实际的信息，建议您通过向专科医生咨询，保持健康的生活方式，并定期进行体检。祝您永葆健康与美丽！

面的黑色素细胞会暂时性增多，肤色会变深，并且产

生黑斑。此时，为了保护变得脆弱的肌肤，需要使

用防晒产品阻断紫外线。外出时请使用防晒指数(SPF)15~30, PA+++ (3+以上)的产品。化学治疗期间，手脚指甲可能会变黑或变黄，表面产生条纹，质地变硬。这些变化在抗癌治疗结束2个月后，会逐渐恢复。此外，进行化疗时女性患者的雌激素分泌量会减少，可能会出现面部潮红。



口腔炎

化疗药物导致口腔内粘膜细胞损伤，可能诱发口腔炎。但是，对乳腺癌患者来说该症状非常少见，因此不用太担心。如果腹泻多次出现，或者有严重的腹痛，必须与医护人员及时沟通。

皮肤副作用

化疗治疗可能造成皮肤干燥、肤色变化、手脚指甲变化、皮肤变潮红。化疗药物引起的皮肤变化中最常见的是皮肤干燥。为了缓解皮肤干燥可以经常擦拭润肤霜，每天喝足量的水。此外，化学治疗时皮肤表

反馈信息：

积极的参与和反馈可以帮助我们完善现有的系统和材料，您的反馈对我们至关重要，因此，无论您如何看待本书请从今天做起，为像您一样需要帮助的朋友提供力所能及的服务。

我们的反馈邮箱：

patienteducation@ufh.com.cn

请邮寄此反馈页至：

北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部
中国北京市朝阳区将台西路9-11号 100015

1. 我面临的问题是：

-
-
-
-

2. 我需要在本册的哪些部分了解更多



了解乳腺癌 放射治疗

制作：北京大学肿瘤医院
和睦家医疗
三星医疗中心
高盛回馈慈善基金

本书由北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部进行中文编撰，三星医疗中心提供顾问指导，作为“乳腺癌防治意识教育与培训项目”的一部分，针对中国乳腺癌患者和广大公众开发，在中国境内发放。本项目由高盛回馈慈善基金发起并出资完成。

版权声明 用户在使用本材料时，必须遵循中华人民共和国有关的版权法，仅为个人学习、研究、教学或欣赏之用，不得直接用于以盈利为目的的活动中。本资料版权归北京大学肿瘤医院和和睦家国际医疗部所有，未经作者允许不得任意翻印、转载本书内容。

发行年度：2015年 6月

放疗时用中药解决什么问题？

接受放射治疗的患者可以服用中药，主要作用是减轻放疗的副作用。当患者会出现诸如疲乏，咳嗽，黏膜炎、骨髓抑制等副作用，可以使用中药对症治疗。如疲乏患者，可以使用益气养血，扶正的中药；放射性肺炎引起的咳嗽、咯痰等不适可以使用清肺润燥、止咳化痰的中药；口腔黏膜炎，放射性食道炎等可以使用清热凉血，滋阴润燥的中药含漱保护黏膜；因放射治疗所造成的骨髓抑制，可以使用益气养血的中药口服，改善症状，提高生活质量。

请保护皮肤

治疗期间应穿着柔软的棉质宽松服装，不得穿戴过紧的内衣。治疗部位不得使用未经医生允许的香皂、乳液、香水、粉底等等，避免摩擦、日光照射、热敷或冰敷等刺激；保持受照射皮肤清洁、干燥；如果皮肤严重浮肿，或者产生炎症等感染症状，请务必和医护人员及时沟通。

充分休息和适度运动有助于缓解疲劳

为了不因疲劳感而干扰治疗，应排定事务的优先顺序进行处理。重要的事情放在体力充沛的上午处理，同时要注意休息。根据个人情况，进行低强度步行、太极拳等有氧运动，并注意饮食均衡，这些都有助于缓解疲劳。

均衡、适量摄取丰富多样的饮食

并没有哪种特定的食物可以提高放射治疗的疗效，由于放射治疗会造成大量的能量消耗，因此推荐在治疗时摄入高热量、高蛋白质、高维生素、低脂肪的饮食，这将有助于能量快速恢复。适量摄取丰富多样的蔬菜水果，以及含有优质蛋白质的肉类对于恢复很有帮助。并不推荐高热量饮食中单纯摄入大量高糖饮食，适量摄取即可补充能量，有助于缓解疲劳。

请注意预防手臂浮肿

对于进行了腋窝淋巴结清扫的患者，应避免患侧手臂受伤，避免蚊虫叮咬，在休息和睡眠时避免压迫患侧手臂，日常劳作时避免使用该侧手臂提拿重物，以上措施均有助于预防和减轻手臂浮肿。

请积极进行手臂运动

为了更好地进行放射治疗，患侧手臂要积极进行运动。这是为了使手臂充分伸展，最大限度的满足放射治疗的体位要求，保证治疗效果。同时积极的手臂运动还可以预防运动能力降低造成的肩膀僵硬。

3.我认为最能帮助我的方式为

- A. 更多的文字资料
- B. 推荐阅读
- C. 网络资源
- D. 患者网络和病友群交流
- E. 社区服务和社会工作者的帮助
- F. 肿瘤专家的门诊服务
- G. 其他，请注明：

4.哪些朋友可以更好的帮助我

- A. 西医肿瘤专家
- B. 中医专家
- C. 心理咨询师
- D. 康复师
- E. 营养师
- F. 护士
- G. 社会工作者
- H. 病友
- I. 家人

• 放射线焦虑

因日本广岛和前苏联核电站的放射性污染对人造成放射性损害，人们对放射线的担心是比较普遍存在的。所以当患者需要进行放射治疗时就会产生焦虑，担心自己会患上非常严重的放射性疾病，其实这种担心都是由于对放射线认识不足造成的，临幊上对放射线剂量的掌握是非常严格的，只要准确地控制射线剂量及照射靶区，就可以在不引起损害的情况下获得较好的治疗效果。

• 幽闭环境恐惧症

有些人患有幽闭恐惧症，但平时对她们的生活影响并不大，她们可以自己避免去封闭窄小的环境，而放射治疗要求她们必须躺在一个密闭的空间里，这样才能准确地在同样的位置接受照射治疗。如果有幽闭恐惧症，放射治疗前一定要告诉医生，一般这样的患者要提前服用抗焦虑镇静药来先控制恐惧症状，才能得到好的治疗效果。

• 疲劳感

放射治疗时可能会产生疲劳感，一般在治疗2~3周就会开始出现，治疗后期会越来越严重。疲劳感的程度因人而异，可以通过减少活动，充分休息来缓解。

适度的劳逸结合更有助于缓解疲劳感。另外，放射治疗可导致血液中白细胞减少，特别是接受过多次化疗的患者，这也是患者感到疲劳的一个原因。因此，放射治疗过程中患者应定期进行血液化验，当白细胞减低时可能需要药物治疗。

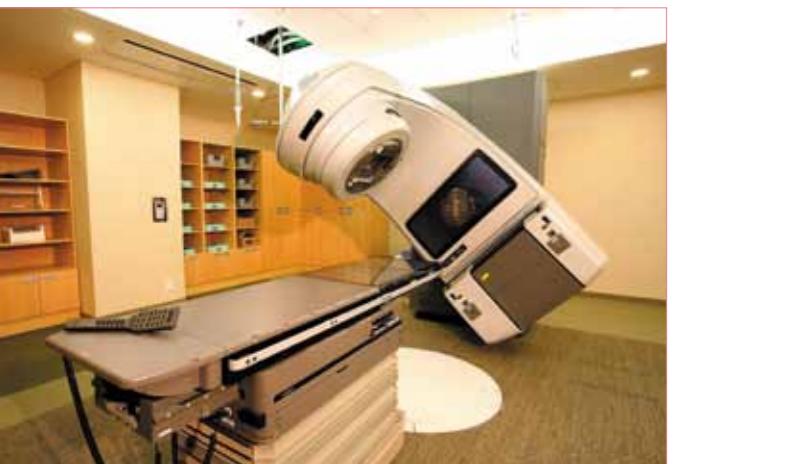
• 放射治疗中如何进行日常生活？

请积极进行手臂运动

为了更好地进行放射治疗，患侧手臂要积极进行运动。这是为了使手臂充分伸展，最大限度的满足放射治疗的体位要求，保证治疗效果。同时积极的手臂运动还可以预防运动能力降低造成的肩膀僵硬。

1. 什么是放射治疗?

所谓放射治疗就是使用放射线对肿瘤进行治疗的一种方法。放射线是原子核中放射出的特定粒子束(能量),肉眼不可见,身体也不会有任何接触感觉。治疗中使用的放射线比诊断时检查用的放射线具有更高的能量。因此,放射治疗就是以高能射线照射人体,破坏癌细胞,阻止癌细胞的分裂和增殖,抑制其生长。治疗时,放射线穿透组织,对周围的正常组织也会产生影响,可能产生多种副作用,但是经过一段时间后大部分可以恢复。



2. 为什么要接受放射治疗?

放射治疗是乳腺癌治疗中的一种辅助疗法,用于防止局部复发,并延长患者生命。因此,适用于以下乳腺癌患者。

实施保留乳房手术的患者

虽然通过手术切除了肿瘤,但是乳房中可能有肉眼不可见的癌细胞残留,若其继续生长就有很高的乳腺癌复发风险,因此在接受保乳术后一般要进行放射

治疗。

实施乳房全切除手术的患者

实施乳房全切除手术的患者中,有部分需要做放射治疗,很多研究证实放射治疗能够降低这部分病人的复发风险,并延长生存期。

乳腺癌转移的患者

乳腺癌可以出现其他部位的转移,比如转移到骨骼、肺、肝脏、甚至脑等部位。此时,为了缓解转移性肿瘤造成的局部症状,减轻患者的痛苦,可考虑实施放射治疗。

3. 放射治疗如何进行?

一般放射治疗会在手术的3-4周且伤口愈合后进行。医生根据患者的状态和乳腺癌的特性,所实施的具体治疗可能有所不同。

放射治疗流程

通过负责放射治疗的专科医生的诊疗,确定治疗方案和照射剂量,然后按照以下流程进行。

诊疗及咨询

模拟定位

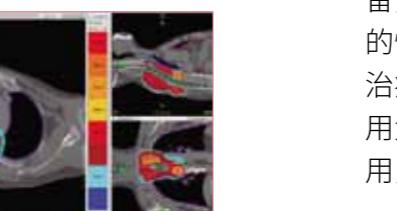
制定放射治疗计划

治疗前治疗计划的确认

实施放射治疗

治疗结束后定期复查

方案。此过程中要最大限度保护正常组织和周围的重要脏器,因此该阶段非常重要。



4. 放射治疗产生的副作用有哪些?

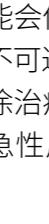
放射治疗是一种局部治疗,采用最先进的精密设备,在精确的治疗计划下实施,因此发生严重并发症的情况少见。即便有不良反应,一般都是轻微症状,治疗后经过一段时间可以恢复。放射治疗造成的副作用大体上分为治疗中或治疗之后立刻产生的急性副作用,以及治疗后经过几个月才出现的慢性副作用。

急性副作用

急性副作用是治疗过程中产生的不良反应,主要有患侧部位的皮肤不良反应、腋下肿痛以及患侧乳房轻微疼痛、肿胀、发热等症状。

皮肤变化

放射治疗进行2~4周以后,照射部位的肤色可能会加深,皮肤可能会变得干燥、瘙痒。如果继续加重可能会像烧伤一样出现皮肤泛红或表皮脱落,此时切不可过度揉搓或抓挠皮肤。尽早和医护人员沟通,擦涂治疗放射性皮炎的药物,控制上述症状。大部分急性皮肤变化在治疗结束7-10天后慢慢恢复正常。



放射性食管炎

治疗结束以后,要进行定期复查。一方面对治疗效果进行评价,确认是否有复发,另一方面如果发现放射治疗造成的急性不良反应,也可以及早采取治疗措施。对于放射治疗导致的慢性副作用可以做到早期发现,从而采取适当的处理措施。

反馈信息:

积极的参与和反馈可以帮助我们完善现有的系统和材料,您的反馈对我们至关重要,因此,无论您如何看待本书请从今天做起,为像您一样需要帮助的朋友提供力所能及的服务。

我们的反馈邮箱:

patienteducation@ufh.com.cn

请邮寄此反馈页至:

北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部
中国北京市朝阳区将台西路9-11号 100015

1. 我面临的问题是:

-
-
-
-

2. 我需要在本册的哪些部分了解更多

近来,网络等媒体上错误的医学知识和错误的癌症预防方法呈蔓延趋势。请有效筛选,不要去依赖这些不切实际的信息,建议您通过向专科医生咨询,保持健康的生活方式,并定期进行体检。祝您永葆健康与美丽!



SAMSUNG MEDICAL CENTER

乳腺癌患者 术后管理

3.我认为最能帮助我的方式为

- A.更多的文字资料
- B.推荐阅读
- C.网络资源
- D.患者网络和病友群交流
- E.社区服务和社会工作者的帮助
- F.肿瘤专家的门诊服务
- G.其他,请注明:

4.哪些朋友可以更好的帮助我

- A.西医肿瘤专家
- B.中医专家
- C.心理咨询师
- D.康复师
- E.营养师
- F.护士
- G.社会工作者
- H.病友
- I.家人

腋下神经损伤(仅见于腋下淋巴结切除术)

腋下有手臂的内侧、乳房部位的感觉神经及部分运动神经，腋下淋巴结切除时可能导致这些神经的损伤，造成腋下部位失去知觉，偶有运动神经损伤，造成肩胛骨或手臂升高的动作略有障碍。

淋巴水肿(仅见于腋窝淋巴结清扫后)

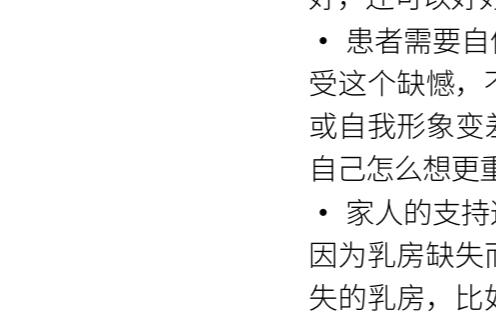
进行腋窝淋巴结清扫手术后，约 10-20% 的患者会产生患侧上肢淋巴水肿。淋巴水肿的产生原因是腋窝淋巴清扫术中患肢淋巴液回流障碍。淋巴水肿可能会持续较长时间甚至持续终生，应注意观察是否产生该症状，最重要的是要积极预防该症状的发生。虽然部分患者难以避免淋巴水肿的发生，但通过合理的物理治疗和积极的康复锻炼有助于使早期发现的症状得到控制和改善。

5.手术后应如何护理?

手术后要通过积极地护理，以减少并发症的发生以减轻症状。

引流管护理

乳腺癌手术后为确认是否存在出血、引流手术部位淤积的体液，同时为了促进创面的愈合，要插入留置管。引流液开始呈淡血性液或血性液，渐渐液体将变为清亮的淡黄色，一般来说当每日引流量小于 20 ~ 30 毫升可以考虑拔除引流管。



[有时手术后需要使用引流瓶]

手术后沐浴

手术伤口拆线前不可沾水，拆线后依然要注意 2~3 天不得沾水。可以用纱布和防水胶布保护好伤口进行淋浴。建议手术 1 个月后再洗澡。一般术后 10-14 天进行拆线，但如果伤口出现异常，拆线时间也会相应改变，请及时咨询您的主治医生。

姿势维持

手术后由于疼痛，接受手术一侧的肩膀可能会无意识中倾斜。如果持续维持这种姿势会给脊椎造成压力或增加身体其它部位的疼痛，可以通过照镜子维持端正的姿势。

患者术后心理支持

乳腺癌乳腺全切术后，患者会因为一侧乳房切除而引起不同程度的心理痛苦，如何接受乳腺全切并接受义乳或人工乳房需要患者认识上的一个转变和重建。认知重建可能需要心理辅导，但也可以由患者、家属以及临床医护人员共同讨论，给患者建立良好的心理支持来完成。以下几点对患者接受一侧乳房缺失，重建认知会有帮助：

- 人生难免会有缺憾，可能是躯体的也可能是精神的，需要正视这个痛苦，才会慢慢接受这个痛苦。应该认识到这个缺憾可能挽回自己的生命，而生命比起缺憾要美好很多，只要我们用心去感觉和发现它的美好，还可以好好享受生命。
- 患者需要自信心重建，告诉自己只要自己有勇气接受这个缺憾，不因为乳房缺失而产生自卑、自我放弃或自我形象变差，那么缺憾也是一种美，没有人比你自己怎么想更重要了。
- 家人的支持这时也非常 important，让患者体验到她不会因为乳房缺失而失去爱，帮助她找到合适方式改善缺失的乳房，比如佩戴合适的义乳。配偶尤其重要，告

诉她你爱的是她而不是她的乳房，对她会是最令人感动的支持。

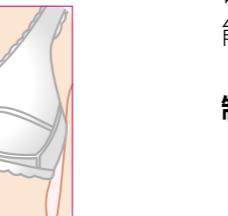
伤口支撑型专用内衣

手术之后可穿戴支撑乳房伤口的简便内衣。专用内衣可以给手术部位适当的压力，减轻浮肿和疼痛，频繁消毒时容易脱下，推荐手术后穿戴约 4-6 周。



人工乳房

接受乳房全切除手术后，可以在手术侧内衣中佩戴形状和重量与乳房类似的义乳(硅胶材质)。除了美观的目的之外，还可以起到维持体形均衡的作用。一般要等伤口愈合，浮肿消失，手术完成 6-8 周后，测量准确的尺寸，通过试戴选择最适合的产品。



[人工乳房]

饮食生活护理

手术后并没有特别的饮食禁忌。请不要挑食，保持饮食均衡、适量摄入。避免暴饮暴食导致体重增加，也不能只吃蔬菜导致营养不良、体重减轻。手术后要饮食

适量、品种丰富、营养均衡，维持标准体重很重要。如

食疗、药物、民间验方、中草药、免疫治疗剂等并不是每个患者都适合使用，如果使用不当，可能会导致副作用，并且可能会干扰下一步的治疗。如果想要使用，请先咨询相关专家。

手术病理

手术后约 5~7 天后，可以拿到最终的病理检验结果。通过结果可以确定乳腺癌的大小、是否有腋下淋巴结转移以及激素受体表达情况等。对于接受术前治疗的患者，还可以评价肿瘤细胞变性坏死的情况等，从而评价术前治疗的效果。根据术后病理检查结果，最终确定手术后治疗方案。

治疗后的定期随访管理

乳腺癌手术、抗癌化学治疗、放射治疗、内分泌治疗等结束后，为了监测治疗效果，及早发现新发及复发

乳腺癌，需进行定期的随访。大部分复发发生在手

术 5 年以内，因此在 5 年内，至少每 6 个月需进行一次复查。

5 年以后每 1 年应去医院定期复查一次。定期复查的项

目种类和时间根据患者的状态，由负责医生确定，即

便是乳腺癌患者，根据每位患者的具体情况不同，也

可能会存在差异。

制作：北京大学肿瘤医院
和睦家医疗

三星医疗中心

高盛回馈慈善基金

本书由北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部进行中文编撰，三星医疗中心提供顾问指导，作为“乳腺癌防治意识教育与培训项目”的一部分，针对中国乳腺癌患者和广大公众开发，在中国境内发放。本项目由高盛回馈慈善基金发起并出资完成。

版权声明 用户在使用本材料时，必须遵循中华人民共和国有关的版权法，仅为个人学习、研究、教学或欣赏之用，不得直接用于以盈利为目的的活动中。本资料版权归北京大学肿瘤医院和和睦家国际医疗部所有，未经作者允许不得任意翻印、转载本书内容。

发行年度：2015年 6月

外科切除是乳腺癌治疗过程中的重要一环，是决定性的局部治疗手段。少数情况下患者从手术中可能获益很小或者根本没有获益（比如转移到其他脏器的晚期乳腺癌患者），除此以外大多数的乳腺癌患者都需要进行手术。手术的目的不仅在于切除乳房中的癌症组织和确认存在肿瘤转移的腋下淋巴结，同时对于接受术前治疗的患者，临床医生通过比较治疗前后肿瘤相关指标的变化情况，还可以评价肿瘤对术前治疗的反应。因此通过手术，可以提供更多的肿瘤相关信息帮助判断患者的预后，为手术后辅助治疗的决策提供依据。下面，我们来详细的了解一下乳腺癌手术。

1. 乳腺癌手术一定会将乳房全部切除吗？

很多患者在得知自己患了乳腺癌之后，往往十分紧张和焦虑，总是希望能尽早接受手术，对于保留乳房的手术方式也有顾虑，担心“切不净”以及增加后续复发和转移的风险。

作为临床医生，我们理解患者的感受，我们总是反复向患者解释，乳腺癌患者并不都适合直接接受手术，接受手术的患者也并不都需要将乳房全部切除。随着医学的进步，人们对肿瘤的认识在不断进步，目前普遍认为，乳腺浸润性癌是全身性疾病，手术作为局部治疗手段只是治疗环节中的一环，单凭手术是很难达到治愈的。因此，乳腺癌手术方式也从“最大可耐受手术”向“最小有效手术”过渡，也就是说，在达到完整切除肿瘤和清扫区域淋巴结这一目标的基础上，扩大手术范围对于大多数患者来说并不能进一步获益。国内外很多研究也已经证实，保乳加放疗和全乳切除相比，并不影响患者的远期生存。同时，全乳切除不可避免的对患者外观造成巨大创伤，对患者心理和生活质量都存在明显影响。

因此，乳腺癌患者并不一定要行全乳切除，对于

适合的患者，保留乳房的手术既不影响治疗效果，又兼顾了生活质量和美观。根据具体患者不同的肿瘤和全身情况，可向主管医师咨询是否适合接受保留乳房的手术。最终的手术方法需根据癌症的发展程度、位置、大小、患者的意见、日后放射治疗的可能性等来决定。

2. 乳腺癌手术方法有哪些？

乳腺癌的手术主要包括切除全部乳腺组织（包括乳头乳晕及周围部分皮肤）的乳房全切除术和只切除部分乳腺组织（可能包括部分皮肤）的乳房部分切除术。腋窝淋巴结存在转移时需要行腋窝淋巴结清扫术。

全乳切除术

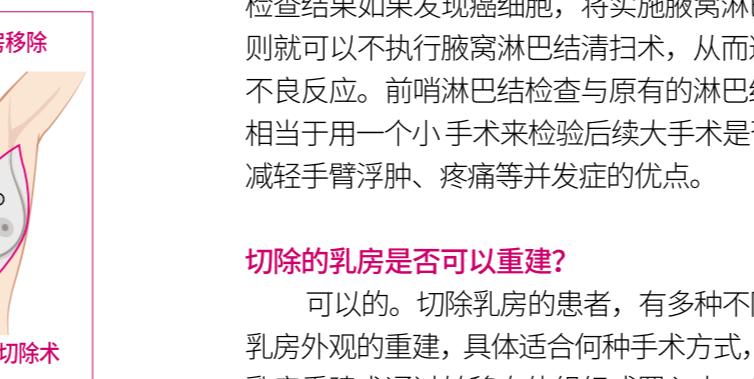
切除全部乳腺组织（包括乳头乳晕及周围部分皮肤）的手术方法。该手术切除了整个乳房，适合乳房中的肿瘤病灶较大，或者肿瘤病灶散在分布的乳腺癌患者。

保留乳房手术

只切除肿瘤组织以及周边部分正常组织（可能包括部分皮肤）的手术方法，也称为部分切除。该手术方法可最大限度维持原本乳房形状，大大改善了患者的形体美观以及心理满足感。但遗憾的是如果肿瘤组织较大，或者位置上难以实施部分切除，将不能选择此术式，无法适用于所有乳腺癌患者。实施保留乳房手术的患者因乳房中残留的细微癌细胞会增大复发风险，因此，为了降低局部复发率，手术后必须要实施

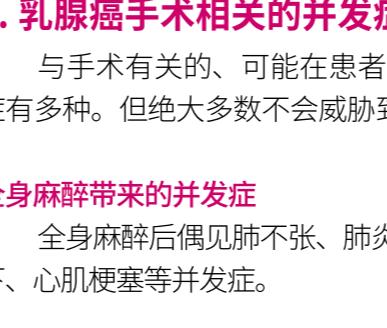


放射线疗法等辅助治疗。



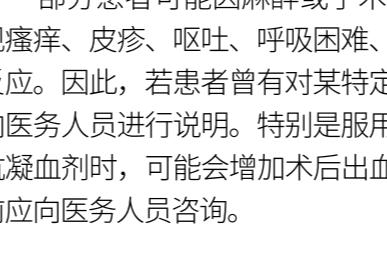
腋窝淋巴结清扫

乳腺癌同侧腋窝淋巴结，为乳腺癌的区域淋巴结，按照传统的乳腺癌手术治疗理念，所有浸润性乳腺癌的患者，都需要进行同侧腋窝淋巴结清扫。腋窝淋巴结清扫对术后患侧上肢的感觉和运动有一定不良影响，并且术后患侧上肢发生淋巴水肿的风险大概在10-20%左右。同时，由于医疗水平的提高，目前乳腺癌患者中早期乳腺癌的比例逐渐增加，很多早期乳腺癌患者并不存在腋窝淋巴结转移。对于这部分没有腋窝淋巴结转移的患者，腋窝淋巴结清扫并不发挥明显的治疗作用。



前哨淋巴结检查术

为了避免上述不存在腋窝淋巴结转移的患者接受腋窝淋巴结清扫，临幊上使用前哨淋巴结活检来判断乳腺癌患者腋窝淋巴结转移的情况。



前哨淋巴结是腋窝淋巴结中癌细胞最早到达的淋巴结，检查结果如果发现癌细胞，将实施腋窝淋巴结清扫，否则就可以不执行腋窝淋巴结清扫术，从而避免一系列的不良反应。前哨淋巴结检查与原有的淋巴结清扫相比，相当于用一个小手术来检验后续大手术是否必要，具有减轻手臂浮肿、疼痛等并发症的优点。

手术部位的出血

乳房或腋下的手术部位可能会出血。出血较少时，不采取特殊措施即可吸收，但是如果出血量较大则应采取压迫手术部位止血等治疗措施。严重情况下甚至需要考虑的治疗措施包括再次手术止血、输血等。

手术部位疼痛

乳腺癌手术可以完全做到无痛，但少数患者的疼痛可能会持续一段时间，如疼痛难以控制应询问医生进行治疗。

4. 乳腺癌手术后的后遗症有哪些？

乳腺癌手术后常见的后遗症有手术区积液（皮下积液）、疼痛、手术一侧的手臂感觉异常、患肢淋巴水肿等。情况严重时，一些康复锻炼和药物可能有助于治疗。请向医护人员咨询。

3. 乳腺癌手术相关的并发症有哪些？

术后积液（皮下积液）

与手术有关的、可能在患者身上出现的术后并发症有多种。但绝大多数不会威胁到患者的生命。

全身麻醉带来的并发症

全身麻醉后偶见肺不张、肺炎、肝功能及肾功能低下、心肌梗塞等并发症。

手术侧感觉异常

手术周围部位可能会感觉异常：包括酸麻、刺痛、感觉迟钝等症状。这些症状较为多见，一段时间后会好转，也可能会持续较长时间。

药物的过敏反应

部分患者可能因麻醉或手术后使用某些药物而出现瘙痒、皮疹、呕吐、呼吸困难、低血压、失神等过敏反应。因此，若患者曾有对某特定药物的过敏，则务必向医务人员进行说明。特别是服用阿司匹林或香豆素等抗凝血剂时，可能会增加术后出血风险，因此，在手术前应向医务人员咨询。

手术部位或手臂疼痛

手术后的疼痛随着时间的流逝将慢慢好转，但好转的时间存在个体差异。如果疼痛严重或持续疼痛，应向医生咨询。

反馈信息：

积极的参与和反馈可以帮助我们完善现有的系统和材料，您的反馈对我们至关重要，因此，无论您如何看待本书请从今天做起，为像您一样需要帮助的朋友提供力所能及的服务。

我们的反馈邮箱：

patienteducation@ufh.com.cn

请邮寄此反馈页至：

北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部
中国北京市朝阳区将台西路 9-11 号 100015

1. 我面临的问题是：

-
-
-
-

2. 我需要在本册的哪些部分了解更多

近来，网络等媒体上错误的医学知识和错误的癌症预防方法呈蔓延趋势。请有效筛选，不要去依赖这些不切实际的信息，建议您通过向专科医生咨询，保持健康的生活方式，并定期进行体检。祝您永葆健康与美丽！

