



- 我国妇女的乳腺肿瘤发病率正以每年3%—4%的速度递增,全国约有20万患者,每年有4万人死于乳腺肿瘤。
- 乳腺癌非女人专利,男性乳腺癌患者的增加与生活习惯的改变如饮酒过多、吃含有雌性激素的食品等有关。

# 乳癌成女性健康最大杀手,男性也会患乳癌

## 防治乳腺癌 无痛也筛查

### 指导专家

湖南省肿瘤医院乳腺外1科主任 欧阳立志  
长沙市第一医院乳腺外科副主任 熊立新  
长沙丽人医院乳腺科专家 钟玲达

“切还是不切,切了肯定能保住命,但以后该怎么生活?不切,做保乳术要接受大量的放化疗,花费巨大。”近日,在长沙市第一医院乳腺外科病房里,32岁的许雯(化名)痛苦地站在生命的十字路口。许雯的主管医师熊立新副主任表示,乳腺肿瘤患者呈上升趋势,女性朋友一定要关注自己的身体健康,定期体检,早发现早治疗。

■记者 张文杰

### 定期健康体检 远离乳腺肿瘤

许雯在长沙一家公司做文员,平时活泼、阳光。“最开始发现是洗澡时,突然摸到一个黄豆大小的肿块,不痛不痒。”许雯回忆着,过了大概一个多月,肿块竟然长到蚕豆大小,赶紧去医院。经过检查,被确诊为二期乳腺癌,最后选择了保乳治疗。

据统计,我国妇女乳腺肿瘤的发病率正以每年3%—4%的增长率上升。“在中国,每年有4万妇女死于乳腺肿瘤,发病率逐渐升高并趋于低龄化。我国约有20万人患病,乳癌已成为城市女性的‘第一杀手’。”熊立新称,80%以上的女性都有乳腺增生,而教师、白领等群体的乳腺发病率明显增高。

现代女性“生活”和“精神”

压力都比较大,一些女性出现因使用或食用含有动植物激素的化妆品、食品而引发内分泌失调、植物神经紊乱,睡不好觉,还脾气暴躁,这些都会对乳腺产生不良影响,从而导致乳腺肿瘤发病率大大增加。

钟玲达提醒,癌症90%以上早期都是无痛性的,其发生往往不知不觉,每年应定期进行如彩超、钼靶这种简单快速的健康体检。在没有任何症状和痛感的时候,主动去医院筛查会更有意义,这样能有效地降低乳腺癌的危险性。

### 男人也会患乳癌

“作为女性健康头号杀手的乳腺癌不再只是女人的‘专利’,男人患有乳腺癌的人也越来越多。”欧阳立志教授介绍,今年我们已经收了几例男性患者了,湖南邵阳56岁的罗华(化名)就是其中的一个典型病例。

今年6月,罗华洗澡时在左边乳房摸到了一个黄豆大小的硬块,当时没太在意。后来,硬块慢慢变大,颜色也逐渐发黑。他到当地医院检查,切片结果显示为浸润性导管癌,他赶紧转到了湖南省肿瘤医院。

欧阳立志告诉记者:男性乳腺癌发病人数的增加归结于生活习惯的改变,这其中包括饮酒

过多,吃含有雌性激素的食品等。欧阳立志还提醒广大男性朋友,乳房作为一个位于体表的器官,也可能是个“事故多发地”,应当引起重视。

### 如何保护你的乳房?

“目前上海、北京、天津等地,女性因为生活节奏加快、肥胖等原因,乳腺肿瘤已排到女性肿瘤第一位。”欧阳立志介绍,10年前五六十岁是乳癌高发期,而今四五十岁是高发期。35岁左右的患者占到1/2,20—30岁的占到1/10。

“乳腺肿瘤产生的主要因素包括:家族中有无乳腺肿瘤病史、初潮年龄提前、绝经时间延长、高龄产妇或40岁仍未生育,其中的决定因素是雌激素的长期作用。”欧阳立志说,电脑辐射与肿瘤的形成有一定关联,但目前没有临床实验证明其为乳腺肿瘤的形成因素,但长期的恶性刺激肯定是肿瘤形成的重要原因之一。假体丰胸对乳腺肿瘤的形成没有影响。

欧阳立志表示,女性通过自我检查,如洗澡时仔细按摸,可及时发现乳腺肿瘤。35岁女性应该做常规体检,可通过彩超、红外线乳透以及钼靶等检查来发现确诊乳腺肿块。一旦发现,应立即前往医院就诊,越早治疗效果越好。

### 乳房自我检查

长沙丽人医院乳腺科专家钟玲达提醒市民:

正确的乳房检查以视、触为主。所谓视就是以眼看,触就是用自己的手摸。看自己的乳房外形有无改变,皮肤的色泽有无改变,乳头是否有内陷或溢液。触就是要发现乳房内是否有肿块。触诊时方法要正确,其方法是手掌平伸,四指并拢,用最敏感的食指、中指、无名指的末端指腹按顺序轻打乳房的外上、外下、内下、内上,最后是乳房中间的乳头及乳晕区,检查时不可用手指抓捏乳腺组织,否则会把抓捏到的乳腺组织误认为肿块。

由于乳房的外上部分可延伸至腋下,检查时不能忽略了乳房的角状突出部分,用右手扪查,乳房下部的肿块常被下垂的乳房所掩盖,可托起乳房或平卧举臂,用另一手扪查,深部肿块如扪按不到时,也可采取前弓腰位检查。在触摸过程中如发现异常情况,应及时到医院就诊,不可掉以轻心。



长沙丽人妇产医院  
CHANGSHA LADY GYNECOL HOSPITAL  
全国品牌连锁医院



美国圣安妮乳腺病管理学院

# 爱乳365

## 关注乳房 关爱生命

全世界每26秒就有一个妇女因乳腺癌被切除乳房! 每年有50万的妇女因乳腺癌失去生命!  
粉红关爱正在延续,美国圣安妮乳腺病管理学院“爱乳365”作为10月国际乳癌防治月的延续,  
爱护乳房一年365天,我们天天在行动!

乳腺检查国际金标准	乳腺内分泌检测	乳管镜
钼靶+彩超半价	半价	半价

普查时间: 11月5日—11月30日 普查地点: 长沙丽人妇产医院 乳腺健康关爱热线 0731/82812222

地址: 长沙市人民中路499号(朝阳家润多正对面) 网址: www.100LR.com

乘车路线: 9、101、122、130、131、142、301、406、702、805、912路公交车人民路立交桥西下