

# 乳腺癌成女性健康头号“杀手”

## 手术治疗效果最好,其他治疗方式可做辅助

本报泰安10月20日讯(见习记者 路伟) 每年10月份是“乳腺癌防治月”,“粉红丝带”作为乳腺癌防治活动的标识,用于宣传和倡导乳腺癌的“早预防,早发现,早治疗”观念,足迹已遍布全球数十个国家。本期中诊室,本报邀请了泰山医学院附属医院乳腺外科李湘奇主任,为我们介绍乳腺疾病的常识、治疗措施以及患者的注意事项。

李主任从事中西医结合外科临床医疗、教学、科研工作20余年,主要研究方向为乳腺、甲状腺疾病,对乳腺、甲状腺等基础外科疾病的诊断治疗具有丰富的临床经验,手术操作技术娴熟,解剖精细,探索出一系列具有中西医结合特色的新药

物、新疗法和新技术。

李主任介绍,全球每年新增乳腺癌患者达120万,每年死亡人数达50万,最新医学资料表明,我国每年有近20万女性死于乳腺癌等恶性肿瘤,我国主要城市近十年来发病率增长了37%。全球每26秒就有一名女性被诊断出患有乳腺癌。就我国来说,女性乳房健康问题已经达到了令人忧虑的地步,25岁以上的中青年女性中,各类乳房问题发生率高达70%,育龄妇女则高达80%以上。

近几年,乳腺癌已经超过宫颈癌排名女性恶性肿瘤中第一位,成为威胁女性健康的“头号杀手”。据卫生部资料,每年因乳腺癌死亡的

妇女正以3%的速度快速增长,远远超过肺癌成为我国近10年来死亡率增速最快的癌症。

在中国,乳腺癌发病呈逐年上升的趋势,年轻化趋势也越来越明显。与西方国家相比,我国乳腺癌患病提前10~15年,30岁就开始发病,李主任介绍,泰医附院收治的病人中,年龄最小的仅16岁。另外,中晚期病例较多,占35%以上,而美国中晚期病例仅为15%。

关于导致乳腺癌的原因,李主任说,乳腺癌是由乳房的乳腺导管细胞或是腺泡细胞经由不正常分裂、增殖所形成的恶性肿瘤。这些恶性肿瘤除了侵犯局部器官(乳房),更可能转移到远处器官如肝、肺、骨

骼、脑等,而破坏身体重要器官的功能,造成身体健康之损害,甚至危害生命。但是从目前来看,乳腺癌是所有实体瘤中治疗效果最好的,研究成果也是最前沿的。

李主任说,现代社会生活的复杂化和节奏加快,精神负担的加重,生育观念的改变,母乳喂养能力的退化,饮食过细及食物污染,激素类药物使用不当,体力活动的减少,生活方式的城市化(环境污染、高科技工业辐射)等等,都与乳房疾病发病增加有关,因此对乳房疾病尤其乳房肿瘤的预防治疗越来越广泛的被国际医疗组织和人们所重视。

就目前医疗条件来说,治疗乳腺癌主要的手段是手术治疗、化疗、

放疗、生物靶向治疗以及内分泌治疗。而手术治疗是所有方法中治疗效果最好的,其它治疗方式只能起到辅助的作用。患者发现得了乳腺癌之后,要及时到正规的、专业的医院进行治疗。

但是,并不是所有的乳腺癌患者都适合手术治疗,癌细胞转移的患者只能接受放化疗,年老体弱不耐手术的患者以及并存其它严重疾病的患者不适合手术。

据了解,乳腺癌并不是女性的专属疾病,一些男性也会患有乳腺癌,占所有乳腺癌患者的1%。男性患乳腺癌的原因是酗酒,肝脏受损害,以前患有腮腺炎和睾丸炎的男性也是患病的原因。

## 45至49岁、60至64岁发病率最高

### 专家建议成年女性清淡饮食,每年做乳腺检查

本报见习记者 路伟

中国乳腺癌患者每年增速加快,已经远远超过肺癌,成为我国近10年来死亡增速最快的癌症。如今,乳腺癌已经成为全球名列第一的“红颜杀手”。如今广告铺天盖地,专家提醒,得了乳腺癌一定要去正规、专业的医院治疗。



### 乳腺癌：女性健康第一“杀手”

每年的10月份是世界乳腺癌宣传警示月

目前我国城市妇女 平均  $\frac{1人}{30人}$  患乳腺癌

且以每年3%—4%的增长率上升

8类女性人群应密切关注乳腺健康

- 有乳腺癌家族史
- 月经初潮小于12岁或行经大于42年
- 长期服用激素或使用激素替代疗法
- 乳腺良性疾病史,如乳腺增生病等
- 有不良膳食结构,如过多食用高糖高脂低纤维食物
- 未生育或初产年龄大于35岁
- 有放射史以及不良生活方式
- 肥胖

卢哲 编制 新华社发

### 乳腺癌非遗传 但有家族聚集性

李主任介绍,从全国来讲,20岁以后,乳腺癌发病率逐渐上升,45~49、60~64岁左右发病率达到高峰。绝经前发病率呈上升趋势,更年期后发病率稍上升或保持水平状态。因为个体差异,女性患病的可能性也不同。

科学研究表明,乳腺癌并没有一定的遗传规律,也就是说乳腺癌没有遗传性。但是,研

究也表明乳腺癌有明显的家族聚集性,也就是说乳腺癌病人的亲属比其他人群更容易患乳腺癌,其中一级亲属即姐妹,母女间的影响尤为显著。一级亲属的乳腺癌如发生在绝经前,乳腺癌的危险性增高2倍;如发生在绝经后,危险性仅增高50%。一级亲属患双侧乳腺癌,危险度为5;患单侧乳腺癌,危险度为1.2。由于乳腺癌家族史

是乳腺癌发病的重要因素,因此对有乳腺癌的亲属就成了筛查的重点对象。

另外,月经初潮、绝经年龄和乳腺癌的发生也有一定的关系。初潮年龄越早发生乳腺癌的危险性越大,年龄小于12岁的,发生乳腺癌的危险性要比大于12岁的高出4~5倍。月经持续天数大于7天的要比小于5天的危险性要大,而绝经年龄

早则发生乳腺癌的机会少,如在55岁以后绝经则要比小于45岁绝经的危险性要增加1倍,经期延长说明体内雌激素水平高。一般来讲,妇女一生中行经时间平均为35年,即15岁月经来潮,50岁即进入绝经期,如绝经期延迟超过36年,则延长了雌激素的作用时间。因此,初潮早、经期长、绝经时间延迟都与乳腺癌的发生有关。

### 乳腺癌能治愈

### 不用太悲观

随着乳腺癌发病率不断上升,乳腺癌成为社会关注的焦点。李主任说,虽然乳腺癌病因的研究至今尚无明确结果,但是许多资料表明,长时间情绪紧张、心情抑郁、心理压力过大、负性重大生活事件的刺激等心理因素与乳腺癌的发病存在着一定的联系。不少患者认为得了乳腺癌就是不治之症,因此会消极面对,李主任说,从临床角度说,乳腺癌是可以治愈的一种癌症,只要患者发现早,并且积极配合治疗,就会有不错的效果。

此外,由于乳腺癌疾病本身的特殊性,患者诊疗期间将承受来自肿瘤本身和乳房缺失所致躯体形象受损两方面的打击。这给乳腺癌患者带来了巨大的心理冲击,从而引发一系列的心理问题。

但是负面情绪的积累对乳腺病患者有百害而无一利,负面情绪会增加乳房的疼痛感,病情也会随情绪变坏而变得恶化。

### 科学选佩胸罩 有助预防乳腺癌

随着人们生活水平提高,乳腺癌的发病率亦逐年上升,营养膳食因素有可能与发病有关系。经济发达地区生活水平较高的人群中,乳腺癌的发病率比较高,这和饮食中特别是脂肪的摄入有关。高脂肪食品的消耗量与乳腺癌的发病率上

升呈正相关。高脂肪的膳食能使胆汁分泌增多,产生雌激素也随之增多,改变了内分泌的环境,加强了雌激素对乳腺上皮的刺激,增加了发生乳腺癌的危险性。

在近年召开的国际癌症预防和检测会上有人报告说,流

产对乳腺癌的发生有促进作用。曾有试验证明,单纯流产对那些无乳腺癌家族史的女性来说,有患乳腺癌的危险因素;现未曾有过妊娠的女性相比,有1~2次流产的女性患乳腺癌的危险性是0.9,而有乳腺癌家族史又有流产史的女性该指数为

1.5。说明流产次数愈多,患乳腺癌的危险性愈大。

不科学的戴胸罩也可诱发乳腺癌,每天不科学的穿戴时间超过12小时者,乳腺疾病的诱发率可达75%。因此,有关专家建议,妇女应科学的选购胸罩,这对预防乳腺癌有益处。

### 吃得清淡点 每年做次乳腺检查

李主任提醒广大女性,为了防止乳腺疾病困扰,建议所有女性定期做检查。患有乳腺疾病的女性,最好每3个月做一次检查,而没有患乳腺疾病的女性最少也要一年检查一次。

40岁以下的女性应以彩超为主,40岁以上的女性可以以彩超为主,辅助钼靶X光检查。尽早发现疾病,对患者的治疗益处多多。另外,如今各种广告巧立名目,铺天盖地的宣传,让不

少患者信以为真,李主任提醒,得了病一定要去正规、专业的医院治疗。

另外,清淡饮食也是女性爱护乳房的一种措施。由于一些速成食品里含有添加剂,女

性会通过食物摄入过多雌性激素,从而对乳房产生伤害。李主任建议女性们,多吃清淡的、绿色的食品,少吃肉和速成食品,尽量减少雌性激素的摄入。