

# 乳腺肿瘤不必“一切了之”

## 新辅助治疗可帮患者重塑“女性之美”

记者 焦守广 李晓轩

### 乳腺癌发病率高且有年轻化趋势

世卫组织发布的最新数据显示,乳腺癌已取代肺癌,成为全球第一大肿瘤。我国2020年女性新发乳腺癌病例超过41.6万,是女性发病率最高的癌症,且近年来发病率每年递增3%到4%。

刘宪强曾接诊过一名年轻患者,有个四五厘米的乳腺肿瘤,发生腋窝淋巴结转移,刘宪强团队经过评估,为其实施腔镜下乳房皮下腺体切除+假体植入乳房重建手术。

“由于她有淋巴结转移,所以还需要放疗治疗。一期放假体,难点就是如果直接放假体,可能会导致包膜的挛缩,所以我们就给她做了一个皮下腺体切除,放了个扩张器,相当于放一个水袋先撑起来。等放疗完了以后,再给她置换成假体。”刘宪强说。

术后大约7个月的时候,再做一个二期手术,把扩张器用假体给替换上,这样患者双侧乳房基本就对称了。刘宪强表示,治疗的难点就在于,一个是要全程化的管理,保证卵巢功能,避免出现以后的早衰,另一个就是患者对于美的要求,不光是单纯的对乳房一切了之,在保证疗效的前提下,要给患者一个健全的身体,这也是医生需要考虑的。

乳房重建手术,包括一期重建和二期重建,重建方法有假体重建和自体组织重建,这些治疗方法,在保证乳腺癌患者得到最大疗效的同时,拥有一个健全的身体。

“现在乳腺癌的发病率很高,且具有年轻化的趋势。”刘宪强告诉记者,当下社会,好多年轻女性也会患乳腺癌,好在目前对于乳腺癌的治疗,相较以前有了跨越

乳房是女性身体的重要器官,除了哺育后代外,也是女性形体美的重要组成部分。济南市中心医院乳腺中心甲状腺外科主任刘宪强提醒,乳腺结节多发概率逐年提高,广大女性朋友一定要定期做乳腺筛查,增强对乳腺疾病的认知。

### 乳腺癌早期症状

- 乳房肿块,或乳房形状的任何变化
- 乳房肿块变大并且/或变硬
- 腋下淋巴结肿大
- 其他有可能和肿块同时(或单独)出现的乳房问题:
  - 湿疹
  - 乳头回缩
  - 皮肤凹陷
  - 溃疡
  - 乳头分泌物(特别是血性分泌物)



如果发现以上这些持续和无法解释的迹象和症状,请前往医疗机构,进行临床检查。

### 如何降低乳腺癌风险

- 不吸烟
- 控制体重
- 减少饮酒或不喝酒
- 母乳喂养
- 锻炼身体
- 避免接触辐射

性发展,无论是疗效还是治愈率都有了很大提升,在保证治愈率的情况下,现在患者对于美观的重视,对医生来说,无疑也提出了更高要求。

### 女性压力大容易诱发乳腺癌

除了家族遗传,诱发乳腺癌

的主要原因有以下几点:大鱼大肉会导致雌激素过剩,代谢失衡,诱发乳腺癌;精神压力过大:巨大的工作压力,也是诱发免疫系统疾病的主要原因之一,女性压力大时容易发生月经紊乱,这就是激素水平失衡的表现,容易诱发乳腺癌;高龄生育或无哺乳:女性在适当年龄怀孕和哺乳,能让身体各项机能健康运转。一旦有空缺的一环,就可能引发一些异常。

刘宪强介绍,济南市中心医院乳腺中心甲状腺外科服务的对象大部分都是女性,甲状腺疾病也是女性为主。乳腺中心涵盖了以手术为主的乳腺外科,涵盖放疗、化疗、靶向治疗和内分泌治疗,以及一些术后的随访工作,包括早期的疾病筛查和科普宣教。常规开展一些腔镜下乳腺微创手术,假体或自体组织的乳房重建,“尽可能给病人规范化的治疗,需要新辅助治疗的就用新辅助,能保乳的尽量保留乳房。”

近年来,甲状腺癌发病率也是居高不下,传统甲状腺手术需在颈前切口,脖子上会留下一条“自杀式”疤痕,既不美观,还暴露隐私,给患者带来极大的心理伤害。为了让患者颈部不留疤痕,科室开展了经乳晕或腋窝甲状腺癌手术。

### 建议30岁以上女性每年检查一次乳腺

乳腺肿瘤、甲状腺肿瘤,早期症状不是很明显,很容易被人们忽略,有些女性朋友发现乳房上的小疙瘩不疼不痒,未引起重视,逐渐延误了治疗。

刘宪强表示,对于30岁以上的女性,每年一次的乳腺超声及乳腺钼靶检查,有助于乳腺癌早期发现及处理。发现乳腺结节不要紧,尤其是无痛的单发结节,一定要及时来医院就诊,千万不要讳疾忌医,早诊早治才是对自己负责;即使不幸确诊乳腺癌也不可怕,一定要选择专业的医疗团

队,制定个体化治疗方案。

一提到保乳手术,很多患者可能会有疑惑,保乳手术会不会切不干净?刘宪强表示,保乳手术就是保留乳头乳晕的乳腺癌根治术,只切除肿瘤组织及周围的部分组织,而不切除整个乳房的一种手术,一样能把所有肿瘤组织完整切除,所以不存在“保留了乳房就没法切干净肿瘤组织”这种说法。

其次,目前的研究已证实,保乳联合放射治疗,和全部切除乳房有一样的生存获益,保乳手术因为切得少损伤小,术后并发症更少,恢复也更快,最重要的是保留了乳房外形,这对女性患者的术后心理健康有着更大意义。

刘宪强说,保乳手术对患者本身情况有一定要求,不是每个人都符合保乳条件,如果经过完善的术前评估,满足保乳要求,还是建议大家尽量选择保乳手术。

### 新辅助化疗 让患者多一份希望

绝大多数的乳腺癌患者都面临难挨的化疗,化疗往往是在手术之后进行的,是术后辅助化疗。

随着治疗手段增多及改善,目前的数据结果已经证实,对于满足一些条件(如肿物较大,HER-2阳性、三阴性乳腺癌、腋窝淋巴结转移等)的患者,如果进行术前化疗,也就是新辅助治疗,换个顺序,先做化疗然后手术,那么患者会有更好的生存获益,还可以让本不能做手术的患者,降低肿瘤负荷,从而变得可以做手术,也可让不能做保乳的患者,能够进行保乳手术,同时还具有测试药物敏感性等优点。

刘宪强说,确诊乳腺癌后,患者着急做手术的心理可以理解,但手术只是综合治疗的其中一环,有些情况下,换个顺序就会有更好的生存获益,所以说,选择专业的医疗团队、定制个性化治疗方案,才显得尤为重要。

# 好心态是一剂抗癌“良药”

患上肺癌后,从无法手术到已生存十年,他的抗癌故事给人启发

记者 秦聪聪

### 长在肺门上的肿瘤

十年前,曹晓明发现自己总会在午后出现低热。起初怀疑是结核,但打了针、吃了药,几个月时间下去,发热的问题不仅没得到解决,时间还从午后延伸到了夜间,咳嗽、咳痰的症状也日渐加重。

曹晓明去了当地大医院,检查结果是肺部疑似有占位。

“占位,那不就是癌吗?”曹晓明心里“咯噔”一下。为了明确诊断和下一步治疗,曹晓明来到孩子工作的济南。这一次的检查倒是很明确:肺癌,合并支气管黏液



对于恶性肿瘤患者来说,5年是一道坎。如果能生存5年以上,就有了“临床治愈”这个概念。从2013年到2023年,从一开始的想放弃到如今的坦然面对,身患肺癌的曹晓明即将迎来自己特殊的十周年。

栓、阻塞性肺炎。

手术切除看似是首选治疗方式,不过曹晓明肺部肿瘤的位置,却将手术刀“挡在了门外”,因为肿瘤长在了肺门上,已经出现了支气管的损伤。手术难度高,风险大,考虑再三,曹晓明放弃了手术。

“当时想着,人总有一死,就别遭那罪了。”回忆当初,放弃手

术其实也是无奈之举。幸运的是,癌症的治疗方法并非只有手术一种。

家人不忍曹晓明就此放弃,四处打听,于2013年7月找到了济南华圣医院。通过中医“温调平衡,中医抗癌”的方法,曹晓明咳嗽咳痰的状况明显好转。之后,曹晓明又回到当地肿瘤医院,接受了化疗和放疗。

### 带瘤生存活过十年

曹晓明坦言,那几个月化疗和放疗带来的不适,让他一度想要“退缩”,但出于心底对癌症的恐惧,还是咬牙坚持着治疗。

这期间,他一直没停用中药,一直遵医嘱定期复查。从间隔3个月、6个月、一年,再到五六年,曹晓明几乎没得过感冒,也很少生病。家里的零活儿他都能干,每天坚持甩手操、打太极、散步晨练,从身体状况来看,感觉比以前还更有劲儿了。他认定,自己是“好了,没事了,不用吃药了!”

乐观的状况一直持续到第九个年头。去年例行复查,发现曹晓

明胸膜有转移,并伴有胸腔积液。这次,经过6个疗程的化疗加上一段时间免疫治疗,肿瘤算是基本控制住了,但胸腔积液带来的憋喘加重,让他好几次病危。不过,这次曹晓明的心态比十年前豁达很多。这一回,他又来到了济南治疗。

济南的气温一天天升高,曹晓明的状况也一天天好了起来。终于,在盛夏到来之前,他又安然回到了东北老家。

“谁也没想到,我能带瘤生存这么久。病在身上,想再多也没啥用。已习惯了吃中药,不在意身上有病的时间越来越多了。”曹晓明经常跟病友们分享自己的心得,他说,好心态也是一剂抗癌“良药”。