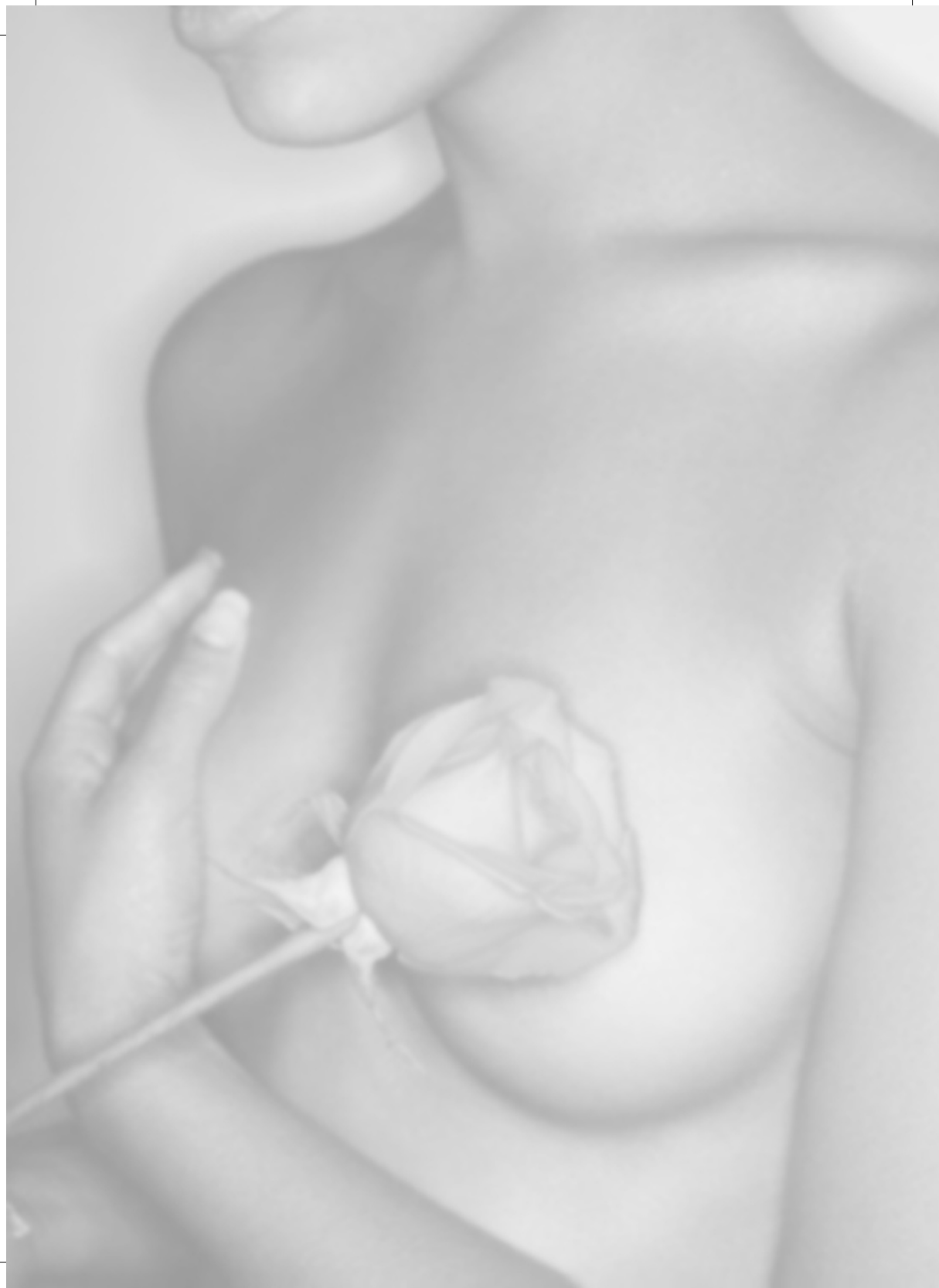




意大利癌症协会
预防与生活



女性与乳房



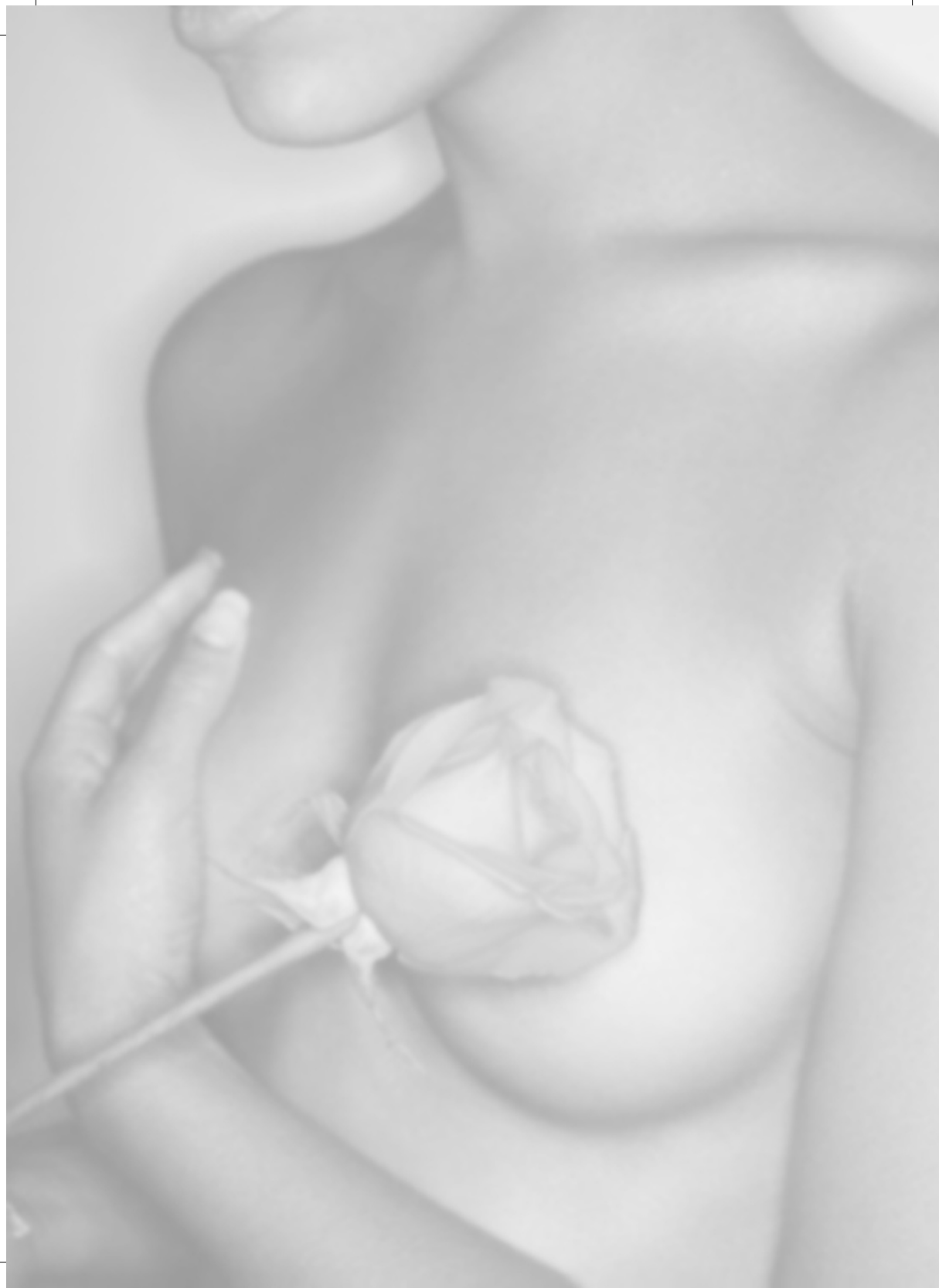
序言

我相信在与癌症作斗争的众多战略中，对人民群众进行癌症知识的教育宣传是至关重要的一个。因为这有助于更有效的实施早期的预防诊断，更有效的增加治愈率。

乳腺癌是女性最常见的癌症之一，虽然患此病的人数还在逐年增多，但是我们已经观察到了一个事实，那就是此病带来的死亡率在逐年减少，这是因为，我们现在已经有能力治愈更多的患者。

在与癌症作斗争的过程中，意大利癌症协会（La Lega Italiana per La Lotta contro i Tumori）积极地以最简单易懂的方式向广大人民群众传播癌症的有关知识。同时，这些知识也有助于研究人员和医生们进行更深入的研究，以便找出更有效的治疗癌症的方法。

Umberto Veronesi 教授
米兰Scientifico I.E.O 主任
Comitato Scientifico LILT 主席



简介

肺癌、结肠/直肠癌、前列腺癌、乳腺癌是人类的“四大杀手”。其中，毫无疑问，乳腺癌在这四种癌症中又占有着至关重要的地位。

如今，尽管科学设备越来越发达，理疗仪器越来越精准，医学疗法不断地革新，人们在生物遗传学领域做出越来越多的投入与研究，但是我们还是发现，在我们的国家，每年有10.000多位妇女死于乳腺癌，每年的新病例约有36.000个，并且这个数目还在逐年增多。

然而，比起从前，在近20年中，患乳腺癌的妇女们，有更多的人被治愈，她们的生活质量也不断提高。

这本小册子写给所有人，为了向大家证明意大利癌症协会为战胜乳腺癌所做出的特别的努力，希望能给予广大妇女们力量，以勇敢面对这个疾病，这对社会的发展非常重要。

和以往不同的是，这本小册子把所有的妇女当作才能真正把握自己命运，战胜病魔的“主角”。如今，随着有关乳腺癌知识的不断传播，人们对它的了解将越来越深入，妇女们必将在这场与乳腺癌的斗争中取得胜利。同时，也正是由于现代化医疗设备和现代化科学技术的不断改进与革新，乳腺癌的诊断与治疗才能达到事半功倍的效果。

Francesco Schittulli 教授
意大利癌症协会主席

什么是乳腺肿瘤？

- 乳腺肿瘤（即乳腺癌）是女性常见的恶性肿瘤之一，特别是在越发达的国家，乳腺肿瘤的发病率越高。

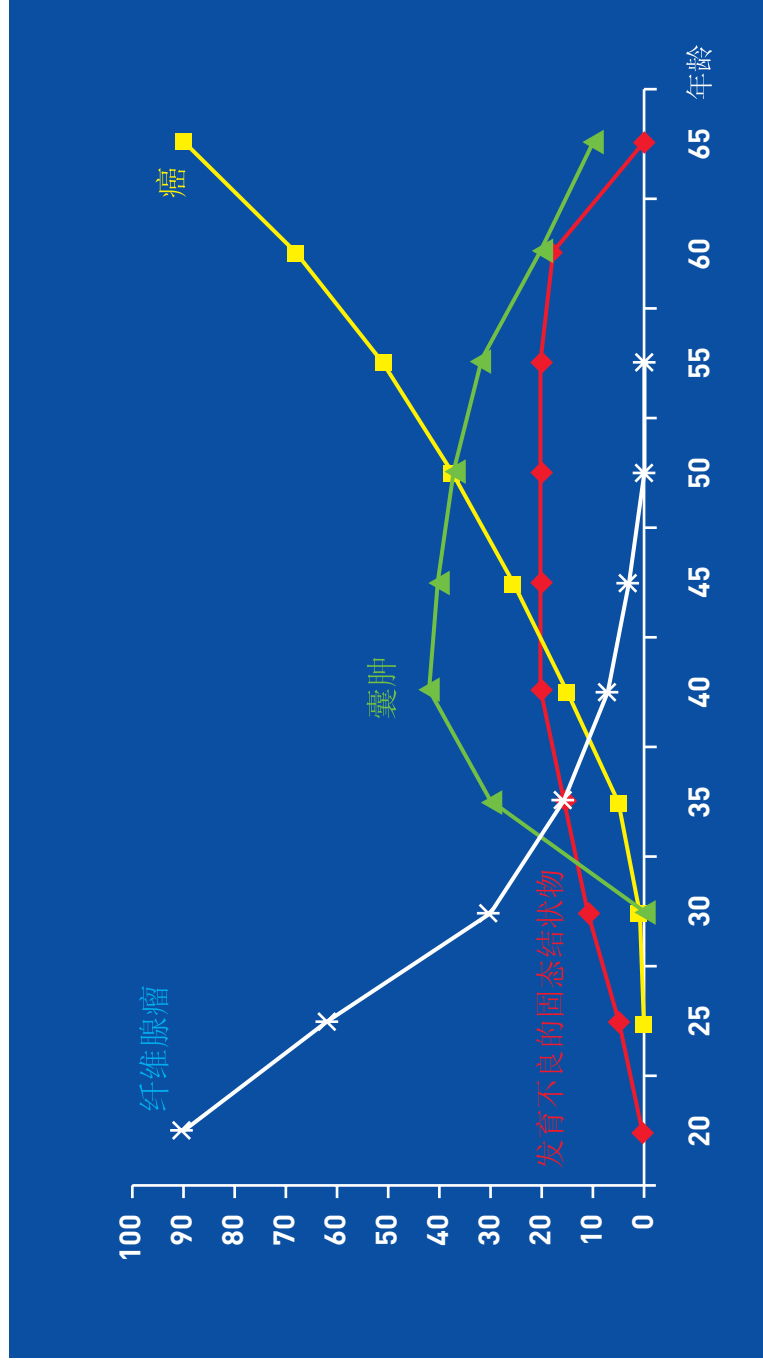
- 乳腺的恶性肿瘤绝大多数系源于乳腺的上皮组织（乳癌）。乳癌可以分为浸润癌和原位的非浸润性癌两种。浸润癌：癌细胞有能力浸润到周围组织间，并向四周扩散，转移；原位的非浸润性癌：癌细胞还没有能力浸润到周围组织间，但生长到一定阶段会扩散转移变成浸润癌。

- 据过去多年的分析调查表明，在意大利每年约有36.000位妇女患病，这其中有10.000多位妇女死于乳腺癌。

- 在近几年的有关调查显示乳腺癌的发病率呈明显上升趋势，如果这种趋势还将继续，那么在不久的将来全世界每年将会有近百万的新病例出现。

- 然而近二十几年来的调查记录显示，在工业化国家，在积极推行早期的诊断检查和医疗条件提高的情况下，由乳腺癌引发的死亡率呈缓慢递减趋势。预防检查实施得越早，治疗的效果越好，同时也有助于加深妇女对乳腺癌的了解，提高其警惕性。因此，应该大大加强早期预防检查战略的实施，为能够进行更有效的治疗提供便利条件，同时为能在全国范围内实施相同的治疗提供了基础。

增加乳房肿块病变频率的危险因素和年龄之间的关系



图表1（标注）：每100,000位妇女中乳腺癌的新病例，根据年龄划分。

乳腺癌有什么症状?

- 在大多数情况下，乳腺肿瘤在医学上表现为触诊中患乳出现的硬硬的肿块。因此对于在30岁后乳房里出现的每一个结块都应当给予怀疑，并做出进一步的诊断。

- 通常，放射科医生通过乳房X光检查或者回波图来进行早期的诊断以观察到尚不可触知的乳房肿瘤。这才是乳腺癌真正的最早阶段，在这时候若立即接受治疗，治愈率几乎是90%。

- 此外，乳腺癌还有一些其它的不太常见的症状，但是也不容忽视，例如：

- 皮肤收缩
- 局部皮肤变红，有时范围会扩散
- 乳头改变或收缩
- 乳头溢血或溢液
- 腋下淋巴结增大

- 乳腺肿瘤早期常常不会造成疼痛。

- 一旦发现乳房有任何不正常的变化或不正常的感觉，一定要做到：

- 敢于面对问题，及时向家人或医生请教。
- 请专家进行乳房检查，与专家讨论，并认真听取专家的意见。
- 如果对前一个意见或看法不满意或仍然存有疑问，那么要虚心听取和学习另一个。

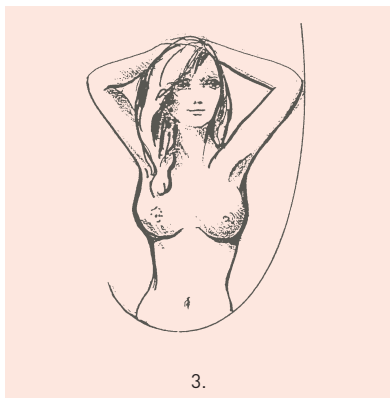
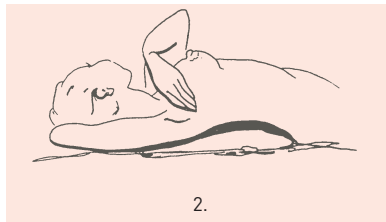
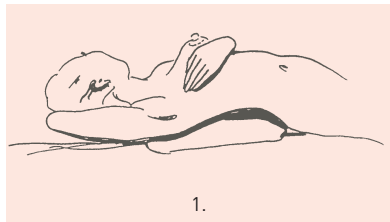
乳腺癌需要做哪些检查？

能否尽早地发现乳腺肿瘤是至关重要的。因为肿块越小，治愈的可能性越大。

下面介绍几个重要的乳腺肿瘤的检查方法：

1. 自行的触摸检查：是妇女们应该做的对乳房的检查，这种检查是为了找出乳房内出现的每一个结状物。这种检查应该是定期性的，从年轻时开始实行，这样可以得到更多的认知和经验，以便更熟练的进行自行检查。这种方法方便易行：

1. 把四指并拢进行触摸检查
2. 不要忘记对腋下的触摸检查
3. 照镜子来观察皮肤或者乳头是否出现不正常现象
4. 用手指轻轻挤压乳头看看是否有分泌物溢出



2. 临床就诊：由医生对乳房进行检查以查出可疑的结状物。 所有的30岁以上的妇女应该每年都接受一次这样的检查。
3. 乳房X光检查：所有40岁以上的妇女每年都要进行一次乳房X光检查。在有遗传因素的情况下，建议从35-40岁起就开始进行第一次检查。在乳房X光检查中所接受的辐射剂量不会造成危险。但是当乳房组织排列紧密的情况下，乳房X光检查的有效程度便下降，这时则应该选择进行回波图的检查或者两种检查同时进行。国家医疗卫生部门（Il Servizio Sanitario Nazionale）为所有年龄在50到69岁（更易患病的年龄段）之间的妇女每两年进行一次免费的乳房X光检查。
4. 回波图（超声波）：在对损伤的乳房进行诊断或当乳腺肿瘤处于最早阶段、肿块还不可触知时，常常会使用到这种设备进行检查。建议那些乳房组织排列紧密的年轻妇女或者没有过哺乳经历的妇女：
 - 在绝经期前每年都进行这项检查（从30岁起）
 - 要明白当仅仅把这项检查作为乳房X光检查的补充检查时，有时不一定能得出最终的理想结果。

在进行早期乳腺癌的诊断时，不能只应用回波图的检查技术。

当通过临床就诊或放射检查诊断出一个明显可疑的状况时，务必进行进一步的检查。

微型针管抽样技术是一项以最小的疼痛从可疑结块中抽取细胞的操作技术。如果结块是可触知的或者它在乳房X光、回波图等运用仪器的检查中能被发现，便可以放手实施这项技术操作。

“**mammotome**”技术是对组织样本进行抽样的一种活组织检验，利用无菌一次性针头进行抽样；损伤面积微小。

此外，在各地的妇女中一一实施乳房X光检验是十分重要的事，同时也要使所有妇女明白这项检验的重要意义。意大利癌症协会（La Lega Italiana per La Lotta contro I Tumori）正在为对抗癌症的斗争提供更广泛的合作机会。

如何治疗乳腺癌？

手术治疗：至今，手术治疗仍然是治疗乳腺癌的较有效的手段。手术治疗的基本措施有两种：部分切除和乳房切除。

– 部分切除 的治疗方法是只切除乳房患病的地方（经常是只切除乳房的1/4部分），在乳腺肿瘤范围尚小的情况下，一般实行这项手术。

– 乳房切除 的治疗方法。一般较少见，当乳腺肿瘤的范围已经相当广泛时，务必要摘除整个乳房。在乳房切除后，经常要安装一个人工乳房，安装人工乳房的手术最好与乳房切除手术同时进行。但可惜的是，只有在寥寥的几个卓越的医疗中心才有完成这项双重手术的能力。

这两种治疗方法都需要切除腋窝淋巴结。乳腺肿瘤在发展到一定阶段，会向腋下转移。近来的“烽火台”报警的技术，提供了检验单个腋窝淋巴结健康状况的方法，以决定是否对腋窝淋巴结进行切除。

“烽火台”技术能够更有效地减少实施手术的概率，从而降低手术对人身体的负面影响。这项技术，使大约2/3的患病妇女免于接受切除腋窝淋巴结的手术（过去在没有这项技术的情况下，无法断定淋巴结的健康状况，因此几乎所有患者都要接受这项手术），这样就大大减少了由这种手术造成的上肢水肿的危险。

放射疗法：通常在部分切除的手术后、为了防止乳房组织中残留的、尚观察不到的癌细胞有复发的危险（这种情况有5%发生的可能性）而使用这项技术。运用现代化的设备实施该疗法会使副作用降到最低。

医学治疗以破坏生物体中任何部位的癌细胞，防止乳癌转移为目标。乳癌的转移可以是显而易见的，也可以是隐蔽的，不可见的。在第二种情况下即使是已经做过检查、认为没有癌细胞了，也最好进行这项治疗，因为检查并不能完全肯定没有乳癌转移的可能。

医学治疗可以分为：a) 激素疗法，b) 化学疗法，c) 免疫疗法。

a) 激素疗法：运用药物来阻塞生物体中刺激癌细胞生长的激素，这种疗法只有当癌细胞有对激素的接受器时才有效。

b) 化学疗法：利用经过筛选的含有毒性物质的药物对乳腺肿瘤进行破坏。虽然这种疗法可以有效地抑制癌细胞的增殖，但是同时也会对一些正常细胞组织的增殖活动造成破坏（如骨髓，肠的细胞，发根等等）

c) 免疫疗法：利用一些有特殊生物分子性质的“单细胞繁殖的抗体”来攻击破坏癌细胞。

以上这些措施都是在乳腺癌已经出现的情况下实施的，那么下面让我们看一看：

乳腺癌可以预防吗？

危险的几个基本因素

乳腺癌最重要的危险因素是年龄。（详见第7页图表1）

实际上，患病的风险由年龄的增长而增加，此外，风险的增加还涉及到以下几种情况：

- 遗传因素：家族中有人患乳腺癌或卵巢癌（母亲、姨、亲姐妹等）；
- 没有怀孕经历（或第一次怀孕是在35岁以后）；
- 肥胖症；多做运动可以减少患乳腺癌的可能性。而适量的饮食是否可以减少乳腺癌的发病率至今仍然不能肯定；总之，建议大家多吃新鲜蔬菜和水果。
- 酗酒

1. 患乳房良性瘤（尤其是囊肿和纤维腺瘤）的人们，应用现代化的技术设备进行诊断治疗不会增加患乳腺癌的风险。

2. 近年来全世界进行的调查研究已经可以更好地确认代替性激素治疗（即许多过了更年期的妇女为了减轻这个特殊阶段引发的并发症所带来的痛苦而服用的一些激素药物）的作用：激素，尤其是**estrogen-progestin**（一种妇女在绝经期缺少的激素）的药物，可以增加患病风险。所以这种代替性激素治疗的方法应该加以验证与控制。

乳腺癌的预防方法

当提到对一种疾病的预防比如对乳腺癌的预防时，经常需要明确区分两个措施，不过这两个措施也互相关联：

1. 预防的第一措施是明确危险因素和合适的降低危险因素的方法，但是这项措施至今仍然难以执行；
2. 预防的第二措施是进行早期的诊断。在乳腺肿瘤发展的最早期，在它还没有成长到临床诊断可鉴别的程度（即使用乳腺X光检查或回波图检查）时及早发现它。这样可以降低一些疗法对人体的负面作用，提高治愈率。

一个新的措施是药物预防措施：这个措施指的是抑制一些能够合成癌细胞的自然物质成分的供给或减少能够使病情发展的危险要素。

20世纪90年代起通过采取药物治疗所得的第一批结果可以证明：

- 药物预防措施有效地降低了乳房癌细胞出现的概率；
- 消除服用保护性药物所产生的副作用或把副作用降低到最小是有可能的。

目录

序言	3
简介	5
什么是乳腺肿瘤?	6
乳腺癌有什么症状?	8
乳腺癌需要做哪些检查?	9
1.自行的触摸检查	9
2.临床就诊	10
3.乳房X光检查	10
4.回波图	10
如何治疗乳腺癌?	11
手术治疗	11
放射疗法	12
激素疗法	12
化学疗法	12
乳腺癌是可以预防的吗?	13
危险的几个基本因素	13
乳腺癌的预防方法	14

这本译文的原文由Trieste省LILT的妇女协会编写，
由Mediatrici Culturali协会引用：

IRIS TEKOVIC 克罗地亚语
MANJOLA LAMA 阿尔巴尼亚语
HASNAA NAGGAY 阿拉伯语
ELENA POPESCU 罗马尼亚语
ELENA BECCARIA 英语，法语
WENCESLADA ANGULO AMORTEQUI 西班牙语
WANG QING王晴 汉语

合作者：Tiziana Cimolino医生

衷心感谢Trieste省为这份规划所做出的贡献

Realizzato con il contributo della Provincia di Trieste



Via A. Torlonia, 15 - 00161 Roma - Tel. 06 4425971 Fax 06 44259732 - E mail: sede.centrale@lilt.it

c/c Postale 28220002

Monte dei Paschi di Siena - Filiale di Roma - Via del Corso, 232 - 00186 Roma
c/c Bancario 93403.23 - ABI 1030 - CAB 03200

意大利癌症协会在各省设有分会。
详细地址请参见网站www.lilt.it 或拨打电话查询