

# 患了乳腺癌应该注意些什么

李勇

(仁寿县中医医院 四川 仁寿 620500)

罹患癌症对于任何人来说都是无法接受的事实,一方面是来自癌症疾病本身所带来的恐惧以及痛苦,另一方面是由于在抗肿瘤治疗期间出现的各类毒副作用给患者带来的痛苦及恐惧。乳腺癌疾病在广大女性群体中具有较高的发病率,并且近年来乳腺癌的临床发病率呈现出明显的上升趋势,女性患乳腺癌不仅面临着病痛的折磨以及高昂的治疗负担,同时形体特征也会受到损毁性打击。那么女性朋友患了乳腺癌后该怎么办呢?又该注意哪些问题呢?女性朋友患乳腺癌疾病后该如何迅速走出阴影并更好的恢复生活呢?

## 1、乳腺癌的疾病特点

乳腺癌是十分常见的妇科恶性肿瘤疾病,对于许多女性缺乏对于乳房保健知识的了解,未能进行早期的乳腺疾病筛查,所以近年来乳腺癌疾病的患病率呈现出逐年递增趋势。该疾病对于广大女性患者的身心健康产生着严重的危害,并且乳腺癌疾病的肿瘤恶化程度相对较高,患病后患者往往需要接受外科手术治疗,然而乳腺癌疾病手术后的复发率相对较高,因此也进一步增加了乳腺癌患者的疾病治疗难度。乳房是广大女性朋友的第二性别特征,在外科手术治疗时不可避免的会对乳腺癌患者机体美观度产生影响,所以乳腺癌患者在治疗中身心健康也会受到不同程度的影响。许多女性朋友谈到乳腺癌疾病都十分恐惧,并且也比较陌生,患者由于缺乏对疾病的了解和认知,更容易产生恐惧、焦躁等负面心理,这对于乳腺癌疾病的治疗和术后康复也会产生一定影响,所以患了乳腺癌疾病后需要了解一些患病后的注意事项。

## 2、乳腺癌患者的注意事项:

### (1) 手术后的复查很重要

女性乳腺属于癌症疾病的好发部位,女性双侧乳腺受到相关致癌因素的干扰和影响,所以患者继发双侧乳腺癌疾病的风险也较高。通过运用X射线摄影检查等能够帮助患者明确疾病诊断,并且近年来临床中双侧乳腺癌疾病的发病率较高,在全部乳腺癌患者中占比高达3%-12%。并且近年来研究发现,单侧乳腺癌患者患病后,进一步继发双侧乳腺癌疾病的风险要比其他正常人群高出五倍甚至更多。通过加强乳腺癌疾病检查,同时在治疗后进行定期复查,不仅要病变单侧乳腺进行检查,还应关注对侧乳腺的相关检查。特别是曾经出现过一侧乳腺癌疾病的病人,在治疗后应该进行终身复查,并严格遵循医嘱定期回院接受双侧乳腺复查,患者在治疗后的三年内应该每季度回院接受复查,同时在治疗后的约三到五年内应该每半年接受复查,在术后五年也应该每年接受复查一次。同时乳腺癌患者如通过检查有一侧乳腺存在异常情况,那么对侧乳腺也应接受病理检查。一般来说,双侧乳腺癌患者与单侧乳腺癌患者的疾病治疗和预后情况并无明显差异,通过进行及早的治疗和干预,患者是能够取得较为满意的疗效和预后的。

女性乳腺X线检查和年龄与月经情况等之间均具备相关性,近年来的研究发现,射线摄影的运用有利于提升广大乳腺癌患者的生存几率,并有利于降低其病死率。应用乳房X线照相检查具有一定的局限性,例如有研究认为女性群体在40岁左右接受乳房X线照射检查具有一定的假阳性概率,特别是年龄较小的女性朋友患乳

腺癌疾病的概率随着年龄下降而下降,所以女性机体存在一定特异性。同时我国女性乳房的大小与欧美人种之间也具有一定差异,在临床检查中其辨出率相对更高。同时年轻女性往往对于射线的敏感度更高,所以为了确保患者的健康和安,应尽量避免同一时段内数次接受射线检查。通常我国临床中女性乳腺癌疾病的高发年龄集中于30~60岁,所以建议该阶段的女性群体可遵医嘱定期接受X线照相检查。

### (2) 手术治疗与放疗中的注意事项

目前,对于罹患乳腺癌疾病的患者主要建议通过外科手术治疗,例如针对两厘米以内的肿瘤病灶建议进行肿瘤切除术。目前保乳手术是对乳腺患者治疗的常用措施,该手术的运用能够在一定程度上提高患者的生存率,同时也并不会对手术后的复发率产生影响。在实际的应用过程中,医生还会综合患者的病情状况和具体需求等来拟定个体化的治疗方案。保乳手术的运用能够在一定程度上缓解患者患乳腺癌疾病后的心身痛苦,例如手术治疗后患者的形体美观受到的影响明显降低,这更有助于改善女性患者术后的生活质量。患者在手术治疗后往往还需要进行放射治疗,通常医生会结合患者实际情况来制定个体化的放疗方案,确定放射剂量和具体的照射范围。患者在接受放疗的过程中,应该了解一些放疗的基本知识以及可能出现的并发症,例如,放疗期间可能出现放射性肺炎或者乳腺纤维化等情况,所以应该与医生进行积极沟通,以便对放疗方案进行合理调整,从而最大限度的降低并发症的风险。通常建议乳腺癌患者术后早期进行放疗,一般化疗辅助通常在患者手术治疗后两周内开展,同时放疗辅助通常在患者手术后四到六周内开展。这是因为患者手术治疗后其机体当中的肿瘤负荷相对较小,同时药物的敏感度更高,因此也是接受辅助化疗放疗的最优时机。通常先给予放疗以便对局部症状进行严格控制,确保微小病灶转移能够得到充分控制。在实际的放化疗过程中,还需要结合患者的机体状况和病情状况来对药物剂量等合理调整,以便最大限度的控制病灶转移,同时降低放化疗期间的毒副作用,减少对机体形成的不良负荷。

### (3) 术后自我心理调节很重要

乳腺癌患者在治疗期间往往承受着比较大的思想负担和心理压力,例如手术后患者担忧疾病复发,同时由于丧失乳房使得精神压力增加,再加上受到经济原因等影响,患者在治疗之后继续复查面临着较高的经济压力,所以可能无法严格遵循医嘱定期回院接受复查,这也是影响患者病情预后的重要原因。乳腺癌患者手术后的巨大身心压力以及负面情绪容易影响术后放化疗疗效,同时也可能增加呕吐、疲劳和脱发等副作用的发生风险,甚至可能影响疾病复发。所以患者手术后进行自我心理调适十分重要,保持积极向上的心态来面对疾病和治疗,寻求医护人员以及家属和朋友的帮助,这些对于缓解病情和改善预后都十分关键。

综上所述,乳腺癌疾病是临床中高发的女性恶性肿瘤疾病,对于女性的身心健康产生较大的危害,在患病后患者需要关注治疗、复查和自我心理调适等诸多问题,从而更好的控制病情进展并预防复发。