



扫码看更多内容

A12-13

齐鲁晚报

2021年1月31日 星期日

美编：陈玮
策划：陈玮
组版：颜莉
编辑：于梅君

壹点问医

乳腺癌是严重威胁女性生命健康的一大“杀手”，相比之下，只有“红肿热痛”症状的乳腺炎似乎“温和”很多。但实际上，有种乳腺炎堪比乳腺癌，常常在被怀疑乳腺癌进行活检时发现。这种被称作“不是癌症甚似癌症”的疾病，叫肉芽肿性乳腺炎，多发生于非哺乳期的中青年女性，发病率呈增高模式，是威胁非哺乳期女性乳房健康的恶魔之一。



难缠的乳腺炎

它被称为“肉芽肿”，发病率趋高，误诊率高达47%~63%

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 秦聪聪

乳房有肿块，是乳腺癌？

市民赵女士近日常觉得右侧乳房有刺痛感，自己对着镜子检查发现皮肤有些红肿。一开始，她也怀疑是乳腺炎，可孩子已经3岁了，早就断了奶，那就可能是生理性乳腺增生了。

可等了几天，情况非但没有好转，她甚至还能摸到一个鹌鹑蛋大小的肿块。赵女士紧张不已，对相关症状用手机搜了又搜，很担心是乳腺癌。在家人催促下，她终于鼓起勇气到医院检查。

超声检查报告显示，肿块形态不规则，边界不清，内部回声不均匀，这让她更加怀疑是乳腺癌。最终，医生建议她做穿刺活检，取一些组织进行病理学检查，来明确诊断。经历了“漫长”而焦灼的等待，赵女士终于拿到了穿刺活检报告。绕过前面那些看不太懂的话，她一眼就看到了“符合肉芽肿性乳腺炎表现”。排除了恶性肿瘤，医生据此给予对症治疗。一段时间后，困扰赵女士的乳房肿块终于消失了。

“非哺乳期也有得乳腺炎的可能，肉芽肿性乳腺炎就是其中一种。”日前，济南市妇幼保健院乳腺病诊疗中心主任梅玉做客齐鲁晚报·齐鲁壹点“壹点问医”直播间，就乳腺相关疾病的知识与大家进行分享。据介绍，乳腺炎并不是哺乳期女性“专利”，非哺乳期乳腺炎多是一些外伤等因素导致。

据了解，肉芽肿性乳腺炎是发生在乳腺小叶的慢性炎症性疾病，1972年首次报道。这种疾病此前临床比较少见，但近年来有增加趋势，目前其病因和发病机理还不明确，国内外多数专家认为它和自身免疫有关。

虽是炎症但破坏性不小

梅玉介绍，临床中，有相当部分肉芽肿性乳腺炎是在怀疑乳腺癌后进一步检查后被确诊的。

“它的临床表现及超声特征与乳腺癌非常相近，极易混淆。”梅玉说，在超声上，因肉芽肿性乳腺炎病变累及的范围及程度不同，其声像图特征也表现多样。它可以表现为可触及的乳房肿块，肿块形态不规则，单个或多个不规则形低回声区，内回声不均匀，甚至可见丰富血流。边界不清，质韧或硬，肿块活动或固定，可有皮肤粘连……由于肉芽肿性乳腺炎缺乏典型的临床征象，而肿块性质以及影像学的检查酷似乳腺癌，所以极易误诊。

有文献报道，肉芽肿性乳腺炎的误诊率达到47%~63%。除此以外，肉芽肿性乳腺炎也可表现为多发复杂性脓肿，部分病变肿块触诊质地可较软，伴有疼痛。

“如果炎症病灶周围扩散化脓，脓肿破溃后，形成瘘管和窦道。此时乳房就像一个烂苹果，里面会越来越烂，所以疾病容易反复发作，迁延不愈。”梅玉说，此病本就容易误诊漏诊，如果错过早期治疗或乳

乳腺增生与乳腺癌、乳腺炎的区别

| | 乳腺增生 | 乳腺癌 | 乳腺炎 |
|---------------|---------|-------------|---|
| 诱发因素 | 内分泌失调 | 性别、遗传、过早的初潮 | 急性乳腺炎主要发生于初产妇，因乳汁淤积伴发细菌感染而发病。哺乳期乳房受挤压、撞击等外伤也易诱发乳腺炎。 |
| 皮肤 | 一般无变化 | 红或凹陷 | 呈急性炎症表现，红肿热痛，呈现凹陷性水肿。 |
| 乳头 | 正常凸起 | 凹陷、溢出液体 | 出现全身性炎症反应如寒战和高热。 |
| 肿块 | 可移动 | 不可移动 | 胀痛，出现边界不清及有明显压痛的肿块。 |
| | 不粘连皮肤 | 与皮肤粘连 | |
| | 质地较软 | 质地偏硬 | |
| | 增长速度慢 | 长得快 | |
| | 大小随月经波动 | 大小一般不变 | |
| | 疼痛与月经有关 | 不痛或与月经无关 | |
| 腋窝淋巴结 | 一般不肿大 | 肿大或有肿块 | 淋巴结较柔软，跟周围组织无任何粘连，能用手推动。 |
| 症状消退情况 | 多数可自行消退 | 不可自行消退 | 病程短，短时间内可化脓，抗炎治疗效果显著且预后良好。 |

管瘘形成，治疗难度会增加，而且之后乳房变形概率会增加。

与此同时，它可能还会伴随多发关节痛、结节红斑、干咳、脱发、失眠等症状。虽然不会构成生命威胁，但对患者来说是身心双重打击，严重影响家庭生活。

梅玉提醒，非哺乳期女性一旦出现乳房疼痛，并且出现触压痛性乳房肿块，应考虑肉芽肿性乳腺炎，建议尽早去找专科医生就诊。

乳腺炎治疗都要趁早

梅玉介绍，除了肉芽肿性乳腺炎，乳腺导管扩张症也是会有乳房肿块表现的常见非哺乳期乳腺炎。它是由外力造成乳腺管破裂，乳汁外渗后引起机体过强的免疫反应所致，个体表现差距巨大。临床表现大部分为乳晕区肿块，红肿明显，但多不引起全身发热。若迁延不愈，会引起皮肤溃烂、窦管、窦道，大面积乳腺组织坏死，皮肤千疮百孔，严重时可能造成病变乳房切除。

按照有无细菌，乳腺炎可分为有菌性和无菌性，时间段不同，病因不同。产褥期以乳头皲裂为多，其他时间以外伤为主。

梅玉坦言，对于多数年轻女性而言，认识乳腺多是从哺乳期急性乳腺炎开始。而无论是否处于哺乳期，关于乳腺炎的治疗都要尽早。

“乳腺炎的发生，多数都会有一个急性发作期，有红肿热痛的表

现。”梅玉说，急性乳腺炎的原因，多是由于产妇在乳汁淤积时，乳头出现皲裂、红肿等微损伤，造成细菌自乳头侵入而致。

梅玉提醒，对于乳腺炎的治疗，要分清原因，不要一味推拿。“迫切希望康复的心情可以理解，但是错误的方式一定要避免，否则很容易演变成乳房脓肿，遭受更大的痛苦。”梅玉说。

为早期发现乳腺疾病，梅玉建议，要重视年度体检，有乳腺疾病高危因素的女性尤其如此，对于非高危女性，建议3个月左右自查一次，1-2年辅助检查一次。自查时注意观察是否有乳头改变、乳房肿块，皮肤是否有红肿、破溃、橘皮样改变、酒窝征或局部隆起等，注意与月经周期无关的乳房疼痛，腋窝或锁骨上的肿块。

乳腺炎怎么预防？梅玉提醒，要因人而异，按需进补。有些产妇在开奶时不顺利，家人急忙炖鱼汤、猪蹄汤给产妇补身体。其实这种做法并不一定合适。首先要分清奶少的原因，究竟是奶汁分泌量少，还是奶汁淤积乳管不通造成的？很多情况是乳汁已经不断分泌，在乳房内越积越多，但由于乳腺管尚未通畅，不能顺利排出来，给人的表现是“奶不多”，也就是假性乳少，这时进补只能起到反作用，极易导致急性乳腺炎。

淤奶肿块可以用冰袋冷敷，不要热敷，不可随便揉按。

癌Ai不孤单

身心俱疲、不想动弹，想必很多人都有过这样的感受。而对肿瘤患者来说，在接受积极治疗、病情得到控制的同时，经常会觉得特别累，身上没力气，不想动，而且无论怎么休息都不能缓解，这种症状叫癌症相关性疲劳，简称“癌性疲劳”。

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 韩虹丽

对健康人来说，觉得累是很正常的事，一般在休息或放松之后就能很快恢复。

而癌性疲劳，却是由于癌症引发的累，大部分癌症患者看起来都是精神萎靡，看上去很虚弱，就像一直没休息好的样子，动不动就打瞌睡。

癌性疲劳让一些本来可以很轻松解决的事情，变得十分困难，没有力气也没有心思去完成。有些患者可能整天都很困倦，并为此感到黯然神伤。

对于经常感觉没气力的癌友来说，应该安心静养还是该加强锻炼？肿瘤患者进行运动康复重要吗？

据专家介绍，癌症患者哪怕手术化疗去除掉99.9%的癌细胞，还可能残存1000万个癌细胞，那么接下来就必须依靠健康的机体来消灭残存的癌细胞。

山东省立医院化疗科主任医师郑爱民对此表示，“扶起来，靠外力；站直了，靠自己。”

郑爱民介绍了一个发表在2016年《cell metabolism》上的“运动小鼠实验”：给小鼠注射致癌剂后，运动和不动的小鼠肝癌发病率为31%、75%。

适当运动对癌友是有益处的，郑爱民表示，可以提高治疗完成率，预防第二原发癌，缓解疲劳，改善心肺功能，减少焦虑，延长无病生存期等。

那么，癌症患者应该如何开展运动呢？郑爱民建议，患者应该学会与自己的身体对话，开始运动前应当进行身体检查，全面评价个人的身体状况和运动能力，以制订合适的运动方案。

郑爱民介绍，应当慢慢开始，慢慢加量，寻求专业指导，向医生咨询自己的身体变化，以及适合自己的运动量。

“癌友运动前应进行特殊评估。”郑爱民说，如果有激素治疗，应对骨折风险进行评估，乳腺癌患者参与上肢运动前，应进行上臂肩关节的评估，妇科肿瘤应当对下肢淋巴水肿情况进行评估等。

郑爱民建议，即使患了癌，也要在身体允许情况下进行适当的有氧运动，千万不要不运动。

郑爱民说，癌友们的癌性疲劳是由多种因素引发的，对患者来说，最重要的是接受癌性疲劳的存在。每次复诊时，可以把身体产生的感觉告诉医生，由医生根据病情给出好的建议。



更多肿瘤资讯请扫码关注微信公众号“癌Ai不孤单”

有种无力叫「癌性疲劳」