

关注我们：
health.ny.gov
facebook.com/NYSDOH
twitter.com/HealthNYGov
youtube.com/NYSDOH

本出版物由 Cooperative Agreement Number（合作协议编号）U58DP003879-05 提供支持，由 Centers for Disease Control and Prevention（疾病控制与预防中心）提供资金协助。其内容由作者完全负责，且不一定代表 Centers for Disease Control and Prevention 和 Department of Health and Human Services（美国卫生与公众服务部）的官方立场。



**Department
of Health**

乳腺癌 治疗

您需要知道的信息



目录

1	简介	1
2	在确诊乳腺癌后照顾好自己	3
3	与您的医生或医疗服务提供者配合	5
4	乳腺癌有哪些阶段?	7
5	您可以选择的治疗途径	11
6	乳房再造	21
7	保险是否涵盖手术费用?	25
8	如果没有医疗保险该怎样做	26
9	接受乳腺癌治疗后的生活	27
10	应向医疗团队提出的问题	29
11	乳腺癌热线、互助小组以及其他资源	33
12	定义	35
13	备注	39

1 简介

您并不孤单。在美国有 300 多万乳腺癌**癌症幸存者**。在过去的 20 年里，乳腺癌治疗取得了极大的进步。患有乳腺癌的人群比起以前不仅寿命得到延长、健康程度得到提高，而且许多副作用大幅减少的全新乳腺癌治疗手段也纷纷问世。

New York State Department of Health 会为您提供该信息，以帮助您了解自己可选择的治疗。以下是您可以使用此信息的方式：

- 请一位朋友或者您医疗团队里面的一位成员与您一起阅读此信息，或让他们阅读信息并在您做好准备的情况下将内容传达给您。
- 请分章节阅读信息，不要一次性读完。比如，如果您刚刚被诊断为患有乳腺癌，则在当前情况下您可能仅希望了解第 1 到 4 节的信息。第 5 到 8 节可能在您需要选择治疗途径时起到作用，而第 9 节则可能在您的治疗进入尾声时提供帮助。
- 请查阅任何您在诊断和治疗过程中听到的医学类词汇，或者要求您的医疗团队为您解释这些词语的含义。本信息中**加粗斜体**词语的定义可在第 12 节中找到。了解您所听到的词语可以帮助您搞清楚事情进展态势并在知情的前提下做出选择。
- 在您接受治疗的过程中，您可以在与医生见面前将问题记下来，这可能会对您起到帮助。第 10 节中列出了建议提出的问题。

此外下列建议可能也将对您起到帮助：

- 在您的医疗团队同意的情况下，您可以记录每次会诊时得到的信息。
- 让您的朋友或者家人陪伴您出诊，一同了解信息或进行记录，同时为您提供情感上的支持。
- 对所有人来说都“正确”的治疗方法并不存在。仅仅过去几年的时间，可选择的治疗方法已大幅增加。
- 不要害怕让医生重复信息并且大胆提问。没有一个是“蠢”问题。提问并获得明确的答案将让您能够做出自己可以接受的选择。

2 在确诊乳腺癌后照顾好自己

确诊乳腺癌后患者们的反应大不相同。有些人会感到恐惧、焦虑、愤怒或不可置信。对于这些人来说，集中精神并准备接受即将到来的治疗非常困难。一些患者发现，如果身边有他们信赖的人帮助自己理清错综复杂的情绪并寻求治疗选项的相关信息及其他资源，这会对他们起到很大帮助。

您所信赖的、会倾听您的心声并支持您的人可能有：

- 亲属；
- 在线信息论坛或者聊天群；
- 密友；
- 职业咨询师；
- 神职人员；
- 您的医生；
- 乳腺癌热线；
- **互助小组；或者**
- **癌症幸存者**同伴；
- 您医疗团队里的某位成员，如**患者导航者或患者支持者**。

互助小组会为您带来很多好处。尽管您可能会从朋友及家人处得到支持，您也许还想加入某个互助小组，与其他正在遭受或者曾经遭受相似经历的同伴进行交流。互助小组可以：

- 让您有机会在安全和舒适的环境里交流自己的感受；
- 帮助您解决生活中的问题，比如与个人、工作或金钱相关的事务；此外，
- 在处理治疗副作用一事上为您提供建议。

询问您的医生您所在的医院或者社区是否有乳腺癌互助小组。第 11 节列出了部分位于 New York State 的乳腺癌互助小组、热线和其他资源，以及这些资源的联系方式。

熟悉您的医疗团队。从您的医疗团队中寻找一位与其谈话令您感到舒适的成员，这位成员会倾听您的心声并慎重对待您担心的问题。让您的医疗团队了解您想要参与治疗决定的程度。

请为您自己留出充足的时间。请为自己留出时间做一些令自己开心的事情。比如看电影、读您喜欢的书或者进行户外活动。与积极乐观的人交谈，遇到买菜、清扫房间等可能会令您感到有压力的事情时向您的朋友和家人寻求帮助。

3 与您的医生或 医疗服务提供者配合

与您的医生分享您的所有忧虑。就专家转诊或者获得第二意见一事与您的医生进行探讨。在面诊时准备一个问题清单，比如第 10 节列出来的问题，并记录答案。有些时候让您的朋友或家人负责记笔记，而您自己专心听医疗服务提供者的解答可能更为容易。

专家转诊

癌症是一种复杂的疾病，仅通过一名医生是无法为您提供所有您所需要的治疗和服務的。专家是专注于您医疗需求中某一部分的医生或者其他医疗服务提供者。在治疗癌症的过程中，您可能会被转诊至许多专家接受治疗。其中一些专家可能包括**临床护理专家、乳腺外科医生、临床肿瘤学医师、营养师、理疗师、姑息治疗专家、整形外科医生、放射肿瘤医师、放射科医师、社工、外科肿瘤医师或者遗传咨询师。**

这一网站对如何找到专门研究癌症治疗的医生或治疗中心进行了更为详细的说明：www.cancer.gov/about-cancer/managing-care/services

第二意见

第二意见指的是去一位并非您已问诊过的医生处问诊，并从这位医生那里得到有关您的医疗需求的其他观点。寻求第二意见非常普遍。大部分医生乐于了解其他医生的看法，并在您的允许下，以为您提供治疗为目的将您的记录与其他医生共享。第

二意见的获取在 New York State 大部分医疗保险计划中已涵盖，因此不应该阻碍您的治疗或者产生额外费用。如果下列情况适用于您，请获取第二意见：

- 想要了解其他医生是否赞同对您的诊断或者治疗；
- 想要了解全部治疗选择，或者
- 不适应您现在的医生。

您可能在无需额外花费的情况下从不在您保险计划网络内的医生处得到第二意见，这将取决于您的保险计划。请与您的保险计划方联络并了解获取第二意见的相关选择和费用。

如何获取第二意见

要求您的医生将您转诊至其治疗团队之外的乳腺癌专家处。联系当地或者全国的医疗协会，如：

- **The American Medical Association Doctor Finder**
(美国医学会寻医生) 数据库提供在美持证医生的基本信息
<https://apps.ama-assn.org/doctorfinder/recaptcha.jsp>;
- **The American Society of Clinical Oncology**
(美国临床肿瘤学会) 提供在线癌症医生列表
www.cancer.net/find-cancer-doctor;
- **The American College of Surgeons**
(美国外科医师学会) 会员数据库提供在线外科医生目录
www.facs.org/search/find-a-surgeon;
- **The American College of Surgeons' Commission on Cancer**
(美国外科医师学会癌症委员会) 可将您介绍到公认可提供最先进的跨学科乳腺癌治疗的顶尖医院及乳腺癌治疗中心
www.facs.org/quality-programs/cancer/coc。

与乳腺癌组织的成员或者其他有着相同经历的人们进行交谈（例如第 11 节中列举的人群），获取他们的看法。

4 乳腺癌有哪些阶段？

阶段分期是描述癌症的一种方式。了解您的癌症**阶段**将帮助您和您的医疗团队决定最适合您的治疗方案。癌症的阶段通常取决于：

- **肿瘤**的大小；
- 癌症是浸润性还是非浸润性；
- 是否在您腋窝**淋巴结**处发现癌症；以及
- 是否在您体内其他部位发现癌症。

什么是淋巴结？

- **淋巴结**是存在于您体内的呈豆状的小型结构；
- 淋巴结是您身体免疫系统的一部分；
- 淋巴结会过滤或者限制细菌或癌细胞并帮助身体抵御感染和疾病；此外，
- 有时癌细胞会进入淋巴结，这也就是为什么医生在对您的癌症阶段进行分期时会检查您的淋巴结。

什么是腋窝淋巴结？

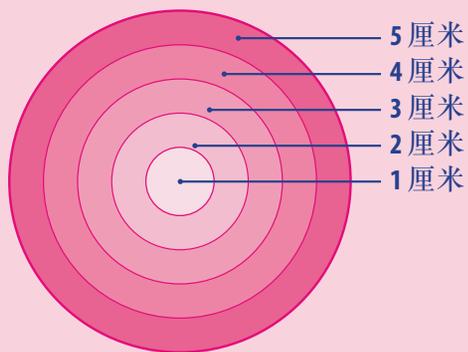
- **腋窝淋巴结**是位于您腋下的**淋巴结**；
- 当乳腺癌在您的胸部扩散时，它通常会最先扩散至腋窝淋巴结；此外，
- 确定癌症是否扩散至淋巴结是确定癌症**阶段**以及所需治疗类型的关键。

乳腺癌的阶段（改编自 National Cancer Institute （美国国家癌症研究所）， www.cancer.gov）

- 阶段 0** **原位癌**（又称癌前期或非浸润性癌）。
- 病变细胞在乳腺**导管**内侧被发现（原位乳腺管癌-DCIS）且尚未扩散至导管外部到达胸部其他组织；或者，
 - 病变细胞在乳腺**小叶**处被发现（小叶原位癌）；或者，
 - 病变细胞仅在乳头部位被发现（称为佩吉特病）。

- 阶段 IA**
- **肿瘤**为 2 cm* 或者更小，且癌症尚未扩散至胸部之外。

- 阶段 IB**
- 在**淋巴结**处发现小型乳腺癌细胞团**，且胸部未发现肿瘤或者肿瘤为 2 cm 或更小。



*Cm 代表厘米。1 英寸约为 2.5 厘米。

**位于一个淋巴结内的癌细胞组成的小细胞团又称微转移，指淋巴结内的细胞团大小达到 0.2mm（毫米）以上，但不超过 2mm。
1 英寸约为 25.4 毫米。

由于电脑设置不同，该图像可能未按规定比例显示。
（摘自 National Cancer Institute 网站：www.cancer.gov）

乳腺癌的阶段 （改编自 National Cancer Institute， www.cancer.gov）

- 阶段 IIA**
- 胸部未发现肿瘤，但在 1 到 3 个腋窝淋巴结（位于腋下的淋巴结）或者胸骨附近的淋巴结处发现癌症；或，
 - 肿瘤为 2 cm 或者更小，且在 1 到 3 个腋窝淋巴结或者胸骨附近的淋巴结处发现癌症；或，
 - 肿瘤大于 2 cm 而不超过 5 cm，但癌症尚未扩散至淋巴结。

- 阶段 IIB**
- 肿瘤大于 2 cm 但不超过 5 cm，且淋巴结处发现小型癌细胞团；或，
 - 肿瘤大于 2 cm 但不超过 5 cm，且在 1 到 3 个腋窝淋巴结或者胸骨附近的淋巴结处发现癌症；或，
 - 肿瘤大于 5 cm，但癌症尚未扩散至淋巴结。

- 阶段 IIIA**
- 胸部未发现肿瘤，或者肿瘤可大可小，且在 4 到 9 个腋窝淋巴结或者胸骨附近淋巴结处发现癌症；或，
 - 肿瘤大于 5 cm 且淋巴结处发现小型癌细胞团；或，
 - 肿瘤大于 5 cm，且癌症已扩散至 1 到 3 个腋窝淋巴结或可能已扩散至胸骨附近的淋巴结。

乳腺癌的阶段 (改编自 National Cancer Institute, www.cancer.gov)

- 阶段 IIIB**
- 肿瘤大小不限，且：
 - 癌症已扩散至胸壁及/或胸部皮肤；且
 - 癌症可能已扩散至多达 9 个腋窝淋巴结或者胸骨附近的淋巴结。
 - * 已扩散至胸部皮肤的癌症也可能发展成为**炎性乳腺癌**。

- 阶段 IIIC**
- 胸部可能未出现癌症征兆，或肿瘤可能大小不一且已扩散至胸壁及/或胸部皮肤。此外，癌症已扩散至锁骨上方或下方的淋巴结，且已扩散至 10 个或以上的腋窝淋巴结或者胸骨附近的淋巴结。

- 阶段 IV**
- 乳腺癌已扩散至身体的其他器官，通常为骨骼、肺部、肝脏或大脑。

* 炎性乳腺癌可能处于阶段 IIIB、阶段 IIIC 或阶段 IV。

5 您可以选择的治疗途径

针对乳腺癌的治疗途径十分丰富。您与您的医疗团队选择的治疗途径取决于许多因素，比如：

- 癌症的阶段（见第 4 节）；
- 实验室测试结果、**肿瘤标志物**以及**肿瘤基因组检测**；
- 您的年龄；
- 您是否已停经；
- 您的整体健康情况；
- 您胸部的大小；或，
- 您是否能够接受**放射**疗法以及对此类疗法的认可度。

副作用

副作用是因接受治疗（手术、药物或放射）而可能产生的症状或问题。部分副作用十分常见，有些则较为少见。每个人经历的副作用都是不同的。有些人可能经历数个副作用，而其他人可能仅经历很少甚至没有副作用。对一些人而言，副作用可能较为严重，而对于其他人则可能较为轻微。

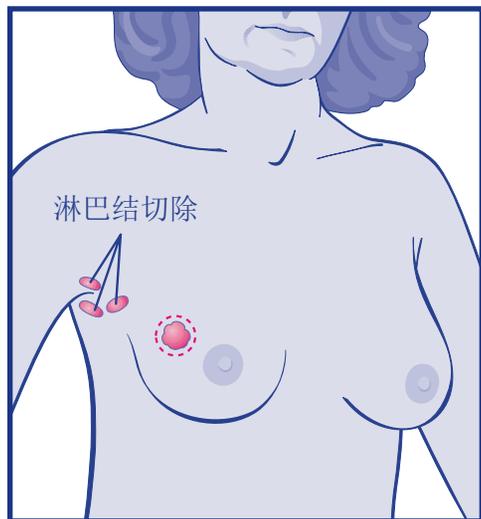
许多副作用都可以通过治疗解决，让您能够照常进行活动。请与您的医疗团队探讨所有发生在您身上的副作用。不要因为副作用而在没有咨询医疗团队的情况下停止用药或者治疗。本节描述了每类治疗的副作用。

手术

现今大部分乳腺癌患者可以选择**保乳手术**或者**乳房切除术**。两种手术后续往往均需接受**放射疗法**或其它疗法，如**化学疗法**或**激素疗法**等治疗。在许多情况下，保乳手术和乳房切除术对于患有早期乳腺癌（**阶段I和II**）的患者同样有效。

保乳手术（乳房肿瘤切除术、部分乳房切除术或乳房保留手术）

在进行保留乳房的手术期间，外科医生将切除**肿瘤**、肿瘤附近一小部分正常的胸部组织以及部分腋下的**淋巴结**，但不会切除乳房。



保乳手术

保乳手术可能产生的副作用

可能发生乳房变形或部分乳房麻木。可能出现感染、伤口愈合不佳、流血以及对手术（**麻醉**）中使用的药物产生反应。

乳房切除术

乳房切除术是指通过手术切除乳房。乳房切除术有不同类型，比如**全乳房切除术**（又称**单纯乳房切除术**）、**保留皮肤乳房切除术**以及**乳房改良根治术**。通常在下列情况下推荐您进行乳房切除术：

- 您的胸部有多处发现癌症；
- **肿瘤**大于5 cm（2英寸）；
- 因您的乳房较小或者其形状导致切除整个癌症部位将无法留下胸部组织或者导致胸部畸形；或，
- 您不想或者无法接受**放射疗法**（有些时候即便您已接受乳房切除术，您依然需要接受放射疗法）

全乳房切除术/单纯乳房切除术

全乳房切除术是指将尽可能多的胸部组织、乳头以及部分胸部表层皮肤切除的手术。腋下**淋巴结**不会被切除。然而，有些时候手术中的其他环节会涉及切除淋巴结，以检查它们是否感染癌症。

保留皮肤乳房切除术

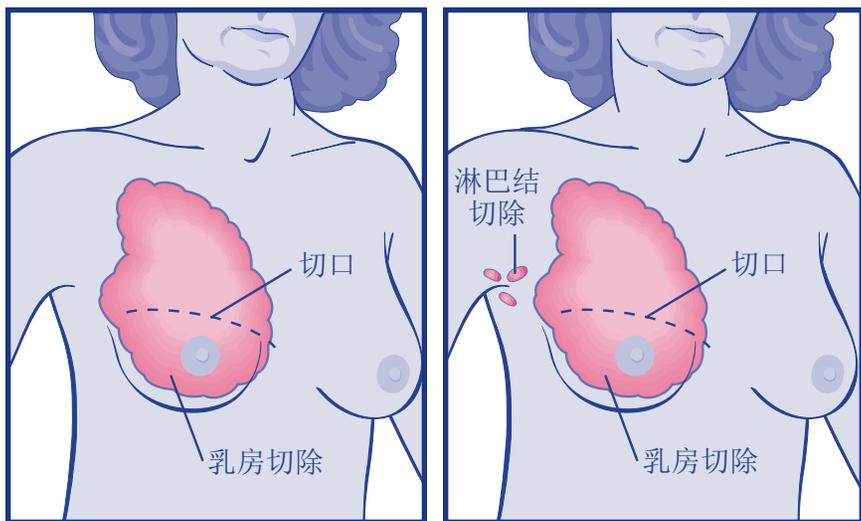
考虑立即接受乳房再造的女性可以采用保留皮肤**乳房切除术**。在这种手术中，大部分胸部表层的皮肤（除乳头和乳房晕）不会受到任何损伤。

保留乳头乳房切除术与保留皮肤乳房切除术类似。这种手术通常适合于处于癌症初期的女性，其癌细胞位于胸部外侧，且皮肤或乳头附近未出现癌症征兆。外科医生通常会在手术中切除乳头（及乳房晕）下的胸部组织以对癌细胞进行检查。如果在该组织内发现癌变，则必须对乳头进行切除。

乳房改良根治术是将出现癌变的整个乳房、腋下众多淋巴结、胸肌里侧组织以及某些情况下部分胸壁肌肉切除的手术。

乳房切除术可能产生的副作用

进行**乳房切除术**后，可能出现感染、伤口愈合不佳、对手术（**麻醉**）中使用的药物产生反应以及皮下积液或出血。



全乳房切除术

乳房改良根治术

切除淋巴结

不论您是进行**乳房肿瘤切除术**还是进行**乳房切除术**，您的外科医生通常都会进行一次**前哨淋巴结活检**，以在不切除所有淋巴结的情况下了解癌症是否已扩散至**淋巴结**。癌症倾向于首先扩散至前哨淋巴结。如果前哨淋巴结未显示出癌细胞的存在，那么很可能其他**腋窝淋巴结**也没有癌细胞。如果前哨淋巴结显示出癌细胞存在，则外科医生可能会切除更多位于腋下的淋巴结（**腋窝淋巴结清扫术**）检查有多少淋巴结被感染。

淋巴结切除可能产生的副作用

切除**淋巴结**后，可能发生上臂或腋下麻木，或胳膊肿胀（称为**淋巴水肿**）。淋巴水肿是受影响的身体部位因积液造成的肿胀。淋巴水肿是可以治疗的。

如果出现下列任何问题，请首先咨询医生：

- 包括手指在内的胳膊肿胀；
- 一只手臂感到发胀或者发沉；
- 皮肤感到紧绷；
- 难以活动手臂关节；

- 皮肤增厚，不论是否出现水疱或疣等皮肤变化；
- 在穿衣、穿鞋，戴手镯、手表或戒指时感到变紧；或，
- 睡眠问题。

日常活动以及工作或享受爱好的能力可能因淋巴水肿而受到影响。这些症状可能发展得非常缓慢，也可能在出现感染或手臂受伤时快速出现。

系统治疗

系统治疗针对全身癌症细胞。此类治疗会影响您身体内所有的细胞，而非仅限于您胸部的癌细胞。系统治疗可在接受手术或放射疗法之前（**新辅助疗法**）或者之后（**辅助疗法**）实施。化学疗法、激素疗法以及**靶向疗法**均属于系统治疗。

化学疗法

化学疗法指的是针对癌细胞的药物治疗。通常药物会通过**静脉**（IV）注射进入血脉。有些时候则采用口服药的形式。

化学疗法可以通过在短暂的门诊手术中将一个输液港插入您的胸中进行。输液港是一个置于皮肤下的由塑料或金属制成的小圆片，大小约为25美分硬币。被称为导管的一条柔软细长的管子将输液港与大静脉连接起来。您的化学疗法药物通过一个可以正好插入输液港的特殊针头进入体内。

化学疗法是循环进行的。您在接受一次治疗后会有段时间（通常为2到3周）休息，然后接受下一次治疗。大部分患者在医院的门诊诊所、医生诊所或者家中接受化学疗法。在个别情况中，患者需要在治疗期间住院。

每位患者对化学疗法的反应都是不同的。部分常见副作用包括：

- 感到十分疲倦（称为**疲劳**）；
- 食欲不振；
- 恶心（反胃）及/或呕吐；
- 腹泻或便秘；

- 体重增减；
- 嘴唇溃疡；
- 短时间内脱发；或，
- 血细胞计数降低，从而增加感染或出血风险。

其他与化学疗法相关的潜在副作用包括月经周期变化、骨质减少、手脚刺痛感或麻木、肤色变化以及注意力和记忆变化（通常称为“化疗脑”）。

下列建议可改善恶心或呕吐：

- 根据您医疗团队的指导服用减少恶心呕吐的药物；
- 少食多餐；不要在治疗前3到4个小时内进食；
- 吃棒冰、吉利丁甜品、麦片粥、燕麦粥、烤土豆；或兑水果汁；
- 仔细咀嚼食物，用餐时保持放松；或，
- 学习锻炼以减压。

您的身体在接受化学疗法时抵御感染的能力会下降。下列步骤可帮助您在接受化学疗法时保持健康：

- 避免接触大型人群和患有感冒及其他感染性疾病的群体；
- 每天沐浴，常用肥皂或手部消毒液洗手、每顿饭后轻轻刷牙；
- 在做园艺工作或其他需要将手部暴露于尘土或者尖锐工具时戴手套以防止割伤手；
- 如果不慎割伤，请清理干净并包好伤口；
- 保持健康饮食和充分休息；以及，
- 服用您的医疗服务提供者开具的所有药物以帮助您的身体抵御感染。

激素疗法

部分乳腺癌对**雌激素**和**黄体酮**敏感。这两种**激素**是由女性身体产生的（见**肿瘤标志物**定义）。**激素疗法**可阻止癌细胞获取其成长所需的激素。这种治疗使用可以阻止激素与癌变区域接触的药物，或者可以降低体内激素水平的药物。有些情况下会建议您通过手术切除产生雌激素和黄体酮的卵巢。

激素疗法是手术或化学疗法后采取的最常用的疗法，但它也可以在手术前就开始实施。药物它莫西芬就是激素疗法的一个例子。

部分激素疗法类型包括：

- 黄体生成素释放激素(LHRH)拮抗剂。这种药物用于尚未经绝经且雌激素受体阳性的乳腺癌女性患者。该药物通过减少体内雌激素量发挥作用；或者，
- 芳香酶抑制剂。这类药物用于在绝经后确诊且雌激素受体阳性的乳腺癌女性患者。该药物可以通过阻隔一种能够将雄激素转变为雌激素的酶来降低雌激素在体内的数量。

每位患者对激素疗法的反应都是不同的。部分常见副作用包括：

- 疲劳（感到十分疲倦）；
- 恶心（反胃）；
- 热潮红；
- 体重增加；或，
- 阴道分泌物或不适；
- 月经（周期）变化。

其他副作用可能包括骨头及关节疼痛、腹泻、肌肉大小及强度的缩减以及骨质变薄。

靶向疗法

靶向癌症疗法利用药物或其他物质专门针对引发癌症的细胞变化进行治疗。比如，如果人类表皮生长因子受体2(HER2)这一**肿瘤标志物**检测呈阳性，则此类乳腺癌可能需要接受**靶向疗法**。HER2促进癌细胞生长。比起**化学疗法**，**靶向疗法**对正常健康细胞产生危害的可能性普遍更小。

每位患者对靶向疗法的反应都是不同的。部分**常见副作用**包括：

- 靶向疗法注入处发生皮疹或肿胀；
- 类似流感的症状；
- 疲劳（感到十分疲倦）；
- 腹泻或呕吐；
- 流鼻血；或，
- 高血压。

放射疗法

放射疗法（也称为放疗）利用高能量射线杀死癌细胞。**放射疗法**可在术前或术后进行。大部分患者接受的是外部放射疗法，这种疗法通过机器将射线传递到被癌细胞感染的身体部位。放射疗法还可以采取将放射性材料直接植入乳房的方法。部分人群可能两种放射疗法都接受过。请与您的医疗团队讨论您将接受多少次放射疗法及其频率。该决策将取决于您**肿瘤**的大小、所做外科手术的**类型**以及将接受放射疗法的**类型**。

每位患者对放射疗法的反应都是不同的。副作用通常在治疗完成后的几周内逐渐改善。部分**常见副作用**包括：

- 乳房肿胀、有沉重感；
- 治疗部位色素沉着*；或
- 疲劳。

放射疗法较不常见的副作用可能包括腋下的疼痛和压痛、胸痛、心跳加速、干咳以及呼吸短促。如果放射针对的是腋下部位，还可能导致腋毛脱落以及汗液分泌减少。

*您的皮肤可能会过敏并最终看起来并感觉像是被晒伤，并伴有发痒、脱皮或起泡。疼痛和压痛是常见反应。随着治疗的持续，这种刺激可能会加剧。

临床试验

临床试验是癌症研究过程的一个环节。临床试验的目的是了解新的癌症治疗方法是否安全，相对目前的治疗方法是否更有效。对一些患者来说，参加临床试验可能是最佳的治疗选择。对其他患者来说，这是一个帮助改善未来癌症治疗方法的机会。要了解更多关于临床试验的信息，请咨询您的医疗团队或访问：www.cancer.gov/clinicaltrials

更多治疗信息：

乳腺癌治疗概述

American Cancer Society（美国癌症协会）

www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/treatment-types.html

National Cancer Institute，乳腺癌治疗 – 患者版本

www.cancer.gov/types/breast/patient/breast-treatment-pdq

乳腺癌支持与存活

American Cancer Society

www.cancer.org/cancer/breast-cancer.html

New York State Department of Health，社区支持与法律服务

www.health.ny.gov/diseases/cancer/services/community_resources/

化学疗法和抗癌药物

American Cancer Society

www.cancer.org/cancer/breast-cancer/treatment/chemotherapy-for-breast-cancer.html

淋巴水肿

American Cancer Society

www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/physical-side-effects/lymphedema.html

National Cancer Institute

www.cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/lymphedema/lymphedema-pdq#section/all

New York State Department of Health, “您是否接受过癌症治疗？”

www.health.ny.gov/publications/0399/

放射疗法

American Cancer Society

www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/treatment-types/radiation.html

外科手术和系统治疗

American Cancer Society

www.cancer.org/treatment/treatments-and-side-effects/treatment-types/surgery.html

6 乳房再造

乳房再造是重建乳房的手术。对于那些因癌症而失去乳房的人来说，乳房再造是一个不错的选择。重建后的乳房不会有自然的感觉或功能，但乳房再造可能会让您在乳房切除术后对自己的容貌感觉更舒服。如果您想要进行乳房再造，手术前请咨询您的外科医生并请求其向您推荐经验丰富的**整形外科医生**。许多女性在手术的同时开始乳房再造，有些人则要等上几个月甚至几年。

New York State 法律要求医疗保险政策能够涵盖乳房再造以及对另一侧乳房手术以确保两侧乳房对称的医疗和手术费用。自我保险的健康计划以及由 New York State 以外的雇主支付的计划无需支付乳房再造的费用。如果您对乳房再造相关的法律或其他保险法有任何疑问，请拨打 **New York State Department of Financial Services (纽约州金融服务署)** 的电话 1-800-342-3736。

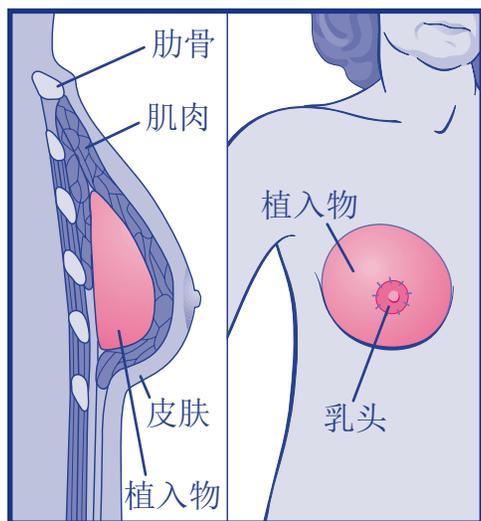
有些女性选择不进行乳房再造手术。取而代之的是，她们选择穿着与文胸匹配的乳房形状（**假体**），这是一种经过特殊设计的、带有内嵌式乳房形状的文胸，或是在乳房切除伤疤上纹身。还有一些女性选择什么都不做。这是个人的决定。与您的整形外科医生讨论您的选择，以帮助决定符合您舒适度和外观需求的最佳之选。

如果您正在考虑是否要进行乳房再造术，请见如下章节，了解关于手术类型的信息。

以假体植入为基础的乳房再造

植入物是由**硅胶**（一种液态塑料）或**生理盐水**（盐水）填充的塑料囊。将该囊体置于皮下的胸大肌后方。植入物效果不可能持久，因此您今后可能需要更多的手术来进行定期更换。生理盐水植入物有时会使外膜“有褶皱”，或时间一长就会移动，但许多女性并不认为发生这些变化后需要对假体进行更换。

多年来，The Food and Drug Administration (FDA)（美国食品和药物管理局）一直在研究硅胶乳房植入物的安全性及其对免疫系统的影响。最近的研究表明，这些植入物不会引起免疫系统的问题。2006年，FDA核准了用于乳房再造术的两种硅胶植入物。如果您正在考虑是否要进行硅胶植入，您可能会想和您的外科医生谈谈关于FDA的研究，以及硅胶植入物对您而言是否是一个好选择。



以假体植入为基础的乳房再造

假体植入乳房再造可能产生的副作用

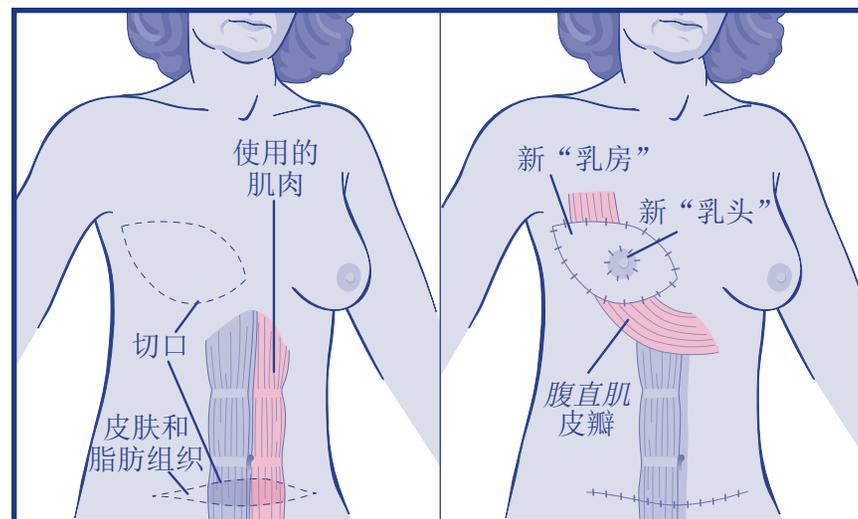
植入乳房再造假体的人有时会有疼痛、感染或假体破损的风险。一些人可能会对乳房的外观不满意，或者随时间推移假体周围

会结疤，这都会让再造后的乳房看起来不太具有吸引力。

以自体组织转移为基础的乳房再造

组织皮瓣手术使用从身体其他部位移植过来的脂肪、皮肤、血管甚或肌肉来重建乳房。这种组织可以取自：

- 下腹部区域（例如，**TRAM 皮瓣**或 **DIEP 皮瓣**或**SIEA 皮瓣**）；
- 背部（例如，**背阔肌皮瓣**）；
- 臀部（例如，**SGAP 皮瓣**）；或
- 大腿（例如，**TUG 皮瓣**、**PAP 皮瓣**）。



以自体组织转移为基础的乳房再造

这些手术有时也会使用植入物来让新的乳房与对侧乳房相匹配。这种类型的乳房再造通常需要进行不止一次的手术。额外的步骤可能包括：增加一个乳头、对对侧乳房进行手术以实现两侧对称，以及对再造乳房外观的完善。

自组织乳房再造可能产生的副作用

这些手术会在两个地方留疤 - 一个是取组织瓣膜的区域，一个是新乳房所在的位置。这些疤痕会随时间慢慢淡化，但却无法完全消失。同时，还会出现组织瓣膜被取走的地方肌无力，两侧乳房大小和外观有差异，或新乳房供血不足的副作用。要减少这些副作用，请选择在该手术领域训练有素且已在多位女性身上成功完成过该手术的**整形外科医生**。

查找您所在区域内有资质的整形和再造外科医生，请访问 [American Society of Plastic Surgeons](http://www.plasticsurgery.org)（美国整形外科协会）网站 www.plasticsurgery.org 或拨打 **1-888-4PLASTI (1-888-475-2784)**。

7 保险是否涵盖手术费用？

根据 New York State 法律，所有涵盖住院费用的医疗保险计划都必须对您及您的医疗团队认为您康复期内针对乳腺癌手术后医疗护理的费用进行赔付。New York State 提供医疗和外科手术保险的医疗保险计划还必须支付乳房再造（由您医疗计划网络中的提供者或医院进行）的费用。此外，自我保险的医疗计划以及由 New York State 以外的雇主支付的计划无需支付乳房再造的费用。联系您的保险公司，了解您计划的详细信息。如果您对该法律或其他保险法有疑问，请拨打 [New York State Department of Financial Services](http://www.dfs.ny.gov) 的消费者热线电话 **1-800-342-3736**。

如果您有通过 New York State of Health 获得的保险，请致电您的医疗计划，了解治疗涵盖率和实付费用方面的信息。要查找当地保险部门消费者服务办公室，请访问：[Department of Financial Services Offices](http://www.dfs.ny.gov)（金融服务署办公室）及位置 (www.dfs.ny.gov)。

欲了解医疗保险消费者权益方面的更多信息，请访问：您作为医疗保险消费者的权益 (www.dfs.ny.gov/consumer/hrights.htm)。

8 如果没有医疗保险该怎样做

如果您居住在 New York State，没有医疗保险，且需要接受乳腺癌治疗，则您可能有资格申请 **Medicaid Cancer Treatment Program (MCTP)**（**Medicaid 癌症治疗计划**）或 **Medicaid**。MCTP 为乳腺癌治疗、乳腺癌手术后的乳房再造，以及符合特定资格规定的患者的其他医疗费用提供全面的 Medicaid。MCTP 计划参与者必须使用参与 New York State Medicaid 服务的医生，该计划才会支付医疗费用。保险范围涵盖您接受治疗的整个过程并包含药物治疗。

了解有关 MCTP 的更多信息或查询您是否符合资格，请访问：**Medicaid Cancer Treatment Program**、**乳腺癌**、**宫颈癌**、**大肠癌及前列腺癌** (www.health.ny.gov/diseases/cancer/treatment/mctp)，或拨打 **1-866-442-CANCER (1-866-442-2262)**，接通您所在地区的 **New York State Cancer Services Program**（纽约州癌症服务计划），他们可以回答您的问题并帮您申请 MCTP。

治疗结束后，考虑通过 New York State of Health 参与医疗计划。了解有关 **New York State of Health: 官方医疗计划市场** 的更多信息，请访问：**NY State of Health** (www.nystateofhealth.ny.gov) 或拨打帮助热线 **1-855-355-5777** 或 **TTY: 1-800-662-1220**。

了解有关 **Medicaid** 的更多信息，请访问：**New York State** 的 **Medicaid** (www.health.ny.gov/health_care/medicaid) 或拨打 **New York State Medicaid 帮助热线 1-800-541-2831**。

女退伍军人可以通过 **Women Veterans Health Care**（**女退伍军人健康医疗**）(www.womenshealth.va.gov/WOMENSHEALTH/womenshealthservices/healthcare_eligibility_enrollment.asp) 查询关于医疗保险资格的更多信息，并可通过其申请医疗保险。

9 接受乳腺癌治疗后的生活

从癌症诊断开始，经历癌症治疗，到治疗结束后，您都会被视作 **癌症幸存者**。癌症治疗结束后，幸存者可以采取一些措施来保持健康。此外，您必须谨记癌症随时有可能回来，因此与医疗团队进行定期跟踪是非常重要的。

跟踪护理

治疗结束后，必须由医疗团队进行定期检查。起初，您可能每 3 到 6 个月就要约诊一次。通常，癌症远离您的时间越长，您需要约诊的次数就越少。记住：

- 定期去看医生（主要医疗提供者），定期进行体检；
- 接受治疗的部位或对侧乳房如有任何健康问题或变化，请立即告知您的医疗提供者；
- 遵照医生的建议，继续拍 **乳房x线照片** 和临床乳房检查；
- 鼓励您的近亲（女儿、姐妹和母亲）去做推荐的乳腺癌筛查。乳腺癌 **癌症幸存者** 可能成为战胜癌症的胜利者和其他癌症患者学习的榜样。

病历

保留您的病历副本，可以更轻松地跟踪您自身的医疗情况，并会在迁移或更改保险计划时为您提供可与其他医生共享的恰当信息。您可以在医生办公室或医院里填写一份病历的授权协议书，以此索要您的病历。记着将您所有的病历都放在容易找到的地方。

您可能还想请您的癌症医生做一个简短的（1-2页）的总结，以帮助您的主要医疗提供者可以在您的余生给予您最好的照顾。

总结应包括：

- 您的癌症诊断和**阶段**；
- 您所有的测试结果；
- 对您所有手术的描述，包括手术发现；
- 您所有的治疗：**化学疗法**- 药物名称，包括剂量、时间和任何副作用；**放射**- 放射针对的位置以及所接受的总放射量；
- 任何其他疗法，如营养或咨询；
- 包含建议的后续测试以及测试频率的列表；以及，
- 参与您癌症治疗的所有专家的完整联系信息。

关于癌症存活率和癌症治疗后生活方面的更多信息，请访问：

www.cancer.gov/cancertopics/life-after-treatment。

10 应向医疗团队提出的问题

本节列举了第一次诊断时建议提出的问题。带着这些问题去看医生。

应向医疗团队提出的问题

癌症诊断

- 您能否将我所患乳腺癌的具体类型写下来？
- 我的**淋巴结**是否有显示出任何患癌迹象？
- 我所患乳腺癌处于哪个**阶段**？
- 我的癌症扩散至乳腺之外的几率有多大？
- 在专门的癌症中心接受治疗的优势有哪些？
- 测试我患乳腺癌的其它**肿瘤标志物**有哪些（例如，**雌激素**和**孕激素受体**）？

基因检测

- 我是否应该咨询一位**遗传咨询师**？
- 我是否有可能从我的家人那里继承了这种癌症基因？
- 我的其他家庭成员罹患乳腺癌的风险增加了吗？
- 我患其他癌症的风险增加了吗？

有关癌症风险和基因检测的更多信息，请访问：**BRCA1 和 BRCA2: Cancer Risk and Genetic Testing**（癌症风险和基因检测）

www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/genetics/brca-fact-sheet

应向医疗团队提出的问题

癌症治疗

- 我的治疗什么时候开始？什么时候结束？
- 我的治疗选择有哪些？
- 我将接受怎样的治疗频率？
- 每次治疗会持续多久？
- 我要去哪里治疗？
- 治疗后我能够开车回家吗？
- 可能会有哪些副作用？
- 是否有药物或其他方法来帮助我缓解副作用？
- 治疗之前、期间和之后，我可以做些什么来照顾自己？
- 是否会有任何我所期待的长期效果？
- 谁将负责对我的治疗？
- 我应向谁提出问题或疑虑？

您可能会向您的外科医生提出的关于乳腺癌手术的问题

- 我可以选择**保乳疗法**吗？您建议我做什么手术？为什么？
- 疤痕会有多大？位置在哪儿？
- 多少乳房组织会被切除？
- 需要做**前哨淋巴结活检**来查看是否需要通过腋窝淋巴结清扫术来切除更多**淋巴结**吗？为什么需要或为什么不需要？
- 我的淋巴结需要切除吗？为什么需要或为什么不需要？
- 我需要住院吗？如果需要，要住多久？
- 有我可以交流的，做过与我要进行的相同类型的手术的人吗？

应向医疗团队提出的问题

- 我应避免从事哪些活动？我什么时候可以恢复正常生活？
- 需要对我手术的部位进行特殊护理吗？
- 我是否需要带着手术用的需要特别护理和移除的尿管、缝合线和回形针回家？
- 如果产生副作用，我该怎么办？我应联系谁？

您可能会向您的医疗团队提出的关于化学疗法的问题

- 我需要接受**化学疗法**吗？
- 化学疗法对我所患癌症类型的治愈率有多大？
- 接受化学疗法期间我可以工作吗？
- 我可以如何预防或控制恶心？
- 我会掉头发吗？
- 我会停经吗？
- 会影响我的生育能力吗？
- 我还会有其他不良反应吗？

您可能会向您的医疗团队提出的关于激素疗法的问题

- **激素疗法**对我会有帮助吗？
- 激素疗法对我所患癌症类型的治愈率有多大？
- 有什么东西可以帮我解决副作用的问题？
- 我需要接受多长时间的激素疗法？

您可能会向您的医疗团队提出的关于靶向疗法的问题

- 靶向疗法对我会有帮助吗？
- 靶向疗法对我所患癌症类型的治愈率有多大？
- 有什么东西可以帮我解决副作用的问题？

应向医疗团队提出的问题

您可能会向您的医疗团队提出的关于放射疗法的问题

- 我需要接受放射疗法吗？
- 放射疗法对我所患癌症的治愈率有多大？
- 如何给予放射？
- 该疗法对我的皮肤会有损伤吗？
- 在接受放射疗法的过程中如何处理皮肤不适？

您可能会向您的整形外科医生提出的关于乳房再造的问题

- 哪种类型的手术会给予我最好的结果？我还有其他选择吗？
- 我需要接受几次手术？
- 您做过多少次乳房再造手术？
- 我可以看一下您曾经为其做过乳房再造手术的女性的照片吗？我可以联系她们中的任何人吗？
- 我需要多长时间可以恢复？
- 我需要避免做哪些活动？我何时可以恢复正常的生活？

11 乳腺癌热线、互助小组以及其他资源

这些州级或国家级的组织可以向您提供关于**互助小组**、热线（拥有训练有素的志愿者，可以回答关于治疗和支持方面的问题）的信息以及其他信息、材料和与乳腺癌相关的服务。其中的许多组织可以将您与您所在区域的资源联系起来。您还可以通过与医疗团队或其他您信任的经历过乳腺癌治疗的人进行交谈，找到您所在地区的其他互助小组。

American Cancer Society (ACS) 全国服务热线

1-800-ACS-2345 (1-800-227-2345)

当地分会名录既可通过您的电话簿白页，也可通过 ACS 的网站查询。在治疗前后及治疗期间，随时提供免费信息和来自训练有素志愿者的情感支持。**网站：**www.cancer.org

National Cancer Survivorship Resource Center（国家癌症存活资源中心）

包含为癌症幸存者、医疗专业人员和政策及倡导团体所开发的资源。

网站：www.cancer.org/health-care-professionals/national-cancer-survivorship-resource-center.html

National Cancer Institute Cancer Information Hotline（国家癌症研究所癌症信息热线）

1-800-4-CANCER, (1-800-422-6237)

在您所在区域以英语或西班牙语免费提供关于治疗、临床试验、饮食提示、晚期癌症和服务的最新信息。

网站：www.nci.nih.gov

New York State Breast Cancer Programs (New York State 乳腺癌计划)

1-866-442-CANCER (1-866-442-2262)

该网站包括与 New York State Department of Health Cancer Services Program (CSP) (New York State Department of Health 癌症服务计划) 有关的链接, 以及关于筛查地点和保险范围的信息。

网站: www.ny.gov/programs/new-york-state-breast-cancer-programs

New York State Breast Cancer Support and Education Network (New York State 乳腺癌支持和教育网络)

在纽约分享计划、信息和资源的一个以社区为基础, 由幸存者推动的乳腺癌组织的州范围的网络。

网站: <http://nysbcscen.org/>

New York State Department of Health (NYSDOH) Cancer Services Program (CSP)

1-866-442-CANCER (1-866-442-2262)

该计划为符合条件的、未参保的以及保额不足的纽约人提供乳腺癌、宫颈癌和结肠直肠癌筛查和诊断检测, 并通过为符合条件的诊断患有乳腺癌、宫颈癌、结肠直肠癌和前列腺癌的患者提供保险的方式, 对参加 NYS Medicaid Cancer Treatment Program 提供协助。拨打电话热线的人和网站访客也可以访问由 NYSDOH 资助的社区计划, 该计划为乳腺癌幸存者提供支持、教育和咨询, 并为法律、金融和医疗问题提供长期和短期的支持性服务, 还为遗传咨询师提供联系信息。

网站: www.health.ny.gov/diseases/cancer/services/community_resources

Susan G. Komen Breast Cancer Foundation (Susan G. Komen 乳腺癌基金会), 乳房护理帮助热线

1-877-GO KOMEN (1-877-465-6636)

“有同样经历”的志愿者可以提供支持、回答问题, 并就癌症相关的问题提供教育。

网站: www.komen.org

12 定义

癌症幸存者 患过癌症但活下来的任何人

靶向疗法 使用药物或其他物质来专门针对引起癌症的细胞变化的有针对性的癌症疗法。

保乳疗法 一种针对早期乳腺癌的治疗方法, 首先进行手术 (通常是**乳房肿瘤切除术**), 接着进行**放射疗法**。

背阔肌皮瓣 背阔肌位于背部, 在肩膀下方和腋窝后面。取自这一区域的皮肤、脂肪、肌肉和血管的卵状皮瓣被用来重建乳房。

雌激素 调节月经周期的重要激素, 有助于女性性特征的发育, 如乳房。

DIEP (横行下腹壁穿支) 皮瓣 取自腹部下方的脂肪、皮肤和血管通过外科手术转移到胸部以重建乳房, 创造一个新的乳房。

导管 将母乳从**小叶**输送到乳头的管道或通道。

放射 由波或粒子流所携带的能量。各种形式的放射可在低剂量的情况下诊断癌症, 并在高剂量的情况下治疗乳腺癌。

放射科医师 看**乳房X线照片**并进行其他检测, 如X射线或超声检查的医生。

放射疗法 使用**放射**杀灭癌细胞的治疗方法。

放射肿瘤医师 使用**放射疗法**治疗癌症的医生。

辅助疗法 术后为摧毁任何剩余的癌细胞并防止乳腺癌复发, 或为治疗扩散至身体其他部位的癌症而进行的疗法。

姑息治疗专家 提供护理和治疗的健康专家, 可提高患者在任何疾病阶段的生活质量。

硅胶 一种液体凝胶，可作为植入物的外部涂层来使用，并做一些乳房植入物的内部填充物。

互助小组 聚在一起彼此分享感受、问题和信息的群体，他们有着相似的疑虑或经历。

化学疗法 用药物来杀死癌细胞或减缓癌细胞繁殖速度的治疗。

患者导航者 通过帮助患者获取适当的医疗服务，减少护理障碍，帮助与医疗人员进行沟通，并协助提供有关治疗方案和可获得保险范围的信息，来指导患者熟悉整个医疗系统的个人或组织。

患者支持者 帮助患者处理或解决涉及患者健康的与个人或组织相关的问题，如医生、保险公司、雇主、个案管理人员和律师。

黄体酮 由卵巢、胎盘和肾上腺分泌的一种雌性激素。

基因检测 通过血液或唾液样本检测某些基因（突变或异常）的变化，如 BRCA1 和 BRCA2。有这些突变的女性患乳腺癌的风险要远远高于平均水平。

基因组检测 对癌症肿瘤样本进行的检测，以帮助预测乳腺癌是否会复发。基因组检测的例子包括 MammaPrint 检测和 Oncotype DX 检测。

激素 由人体内各种腺体产生的，影响身体器官和组织功能的物质。

激素疗法 抑制女性激素（**雌激素**和**黄体酮**）分泌的乳腺癌治疗方法。这些激素促进了某些类型的乳腺癌**肿瘤的生长**。

激素受体通知身体 “开启”乳腺细胞的生长模式，包括正常和不正常的增长。

假体 可以指**乳房切除术**后在文胸中穿戴的乳房形状，也可以指在乳房再造中植入皮下的乳房形状的技术名称。

阶段分期/阶段 根据肿瘤的大小和扩散情况对乳腺癌进行的分类。

静脉(IV) 药物或液体直接进入静脉。

理疗师 手术后通过教授练习方式来帮助恢复手臂和肩膀活动的健康专家。

临床护理专家 受过特殊培训的护士，可以帮助回答问题，并提供有关资源和支持服务的信息。

临床试验 对癌症患者进行的研究，以验证有前景的方法对癌症预防、诊断和治疗是否安全有效。

临床肿瘤学医师 经过特殊培训，可以通过化学疗法或其他药物来诊断和治疗癌症的医生。

淋巴结 免疫系统的一部分，它可以过滤液体，并去除体内的细菌和其他物质。腋窝淋巴结通常会被切除，以查明乳腺癌是否已扩散。

淋巴水肿 淋巴结在手术中被切除或受到放射损伤时，由液体增多而引起的手臂肿胀。

麻醉 手术前及手术期间所给的药物，这样您就不会对手术有感觉。您可能醒着，也可能昏迷。

PAP（股深动脉穿支）皮瓣 取自大腿背面的一块皮肤、脂肪和血管，用来重建乳房。

前哨淋巴结活检 在乳房外科手术中添加染料，以帮助定位**肿瘤**排出的第一个**淋巴结**；然后切除该淋巴结以防止癌症扩散，并检测是否存在癌细胞。

乳房X线照片 乳房的X光片。

乳房切除术 切除乳房的手术。

乳房肿瘤切除术 乳腺癌治疗中，切除肿瘤周围少量正常组织和**淋巴结**的外科切除手术。

乳腺外科医生 专门从事乳房手术的外科医生。

SGAP（臀上动脉穿支）皮瓣 取臀部上方（所谓的“腰间赘肉”）的皮肤、脂肪和血管的一部分来重建乳房。

SIEA（下腹壁浅动脉）皮瓣 取腹部下方壁上的脂肪、皮肤和血管，并移植到胸部以重建乳房。

社会工作者 能与您谈论情绪或身体需求的专业人士。

生理盐水 用于填充一些乳房植入物的盐水。

TRAM（横向腹直肌）皮瓣 取下腹部的肌肉，连同皮肤和脂肪，通过外科手术移植到**乳房切除术**部位，并塑造出乳房的形状。

