



让人吓一跳的乳腺纤维腺瘤，切还是不切？

□本报记者 刘伟芳

乳腺纤维腺瘤，听到这个名词，就已经让一些女性吓得魂飞魄散，这种瘤是癌症吗？查出乳腺纤维腺瘤，应该怎么办？

35岁的刘小姐非常开心地有了二胎。

月子期间，月嫂给刘小姐按摩催乳时，发现刘小姐的左

乳有个肿块——半个鹌鹑蛋大小，摸着还会来回滚动。

刚开始刘小姐还以为是乳汁淤积，想着停了母乳后应该就好了。

没想到停止母乳喂养后三个月，肿块还没消除，刘小姐只得去医院乳腺外科就诊，做了乳腺彩超和钼靶后确诊，是乳腺纤维腺瘤，所幸

是钼靶1类，属于良性肿瘤，定期随访即可。

刘小姐在松了一口气的同时，也时常害怕。

该怎么办？

本报特邀本报健康大使、福建医科大学附属第一医院连江分院副院长、甲状腺乳腺外科专家张惠灏副主任医师，为我们讲解。

乳此治疗

乳腺纤维腺瘤是什么？



健康大使



健康大使邀您一起关注“福建卫生报”

本期嘉宾

张惠灏

副主任医师

福建医科大学附属第一医院
甲状腺乳腺外科

01

高发于青春期的疾病

根据中华医学会乳腺外科学分会发布的《乳腺纤维腺瘤临床实践指南2021》显示，乳腺纤维腺瘤是女性最常见的乳腺良性肿瘤，发生率为7%~13%，见于青春期末至绝经前女性，发病高峰年龄为15~35岁，绝经后女性很少新发纤维腺瘤。

乳腺纤维腺瘤目前病因还不明确，可能与雌激素有关。在雌激素的刺激下，乳腺局部的腺上皮组织和纤维组织过度增生，结构紊乱，形成肿瘤。青春期的女性雌激素水平高，所以特别好发。

一般，纤维腺瘤不会出现不适表现。往往是在无意中或洗

澡中触摸乳房时，发现圆球形、边界清楚的无痛性肿块，质地像硬橡皮球，表面光滑，很会滑动。也有少数肿块形状不规则，有分叶，摸上去像哑铃或长条状。多出现在乳房外上部分，大部分都是单发的。肿块一般不会随月经周期变大、变小。

02

癌变率低，随访是最主要的筛查手段

不用听“瘤”色变，可以放心的是，乳腺纤维腺瘤本身是良性肿瘤，绝大多数不是什么太坏的东西。

原则上，肿瘤一般不会自然消失，但有些纤维腺瘤在短期增高的激素刺激下而生长，在激素水平回落

后，体积会缩小，甚至有极少数纤维腺瘤完全萎缩消失。

因此，彩分级3类、年轻女性彩超提示典型纤维腺瘤的患者，可以选择随访，每6个月触诊及彩超，40岁开始每年钼靶。

03

手术是消除纤维腺瘤的唯一手段

当然，为了防止癌变，大于3厘米的、生长速度快的、分级升高的，以及空心针活检提示非典型增生或者疑似叶状肿瘤的，建议手术治疗。主要有常规切

口肿瘤切除术以及真空辅助微创旋切术。

一旦发现乳腺肿块，一定要及早就医，规范治疗，切莫盲目按摩或者服药。

益牙益牙

不必刻意选上午

“医生建议上午拔牙”的话题，曾一度上了热搜。

为什么拔个牙一定要上午去？网上原因有三：

第一，下午患者的精力和体力都没有早上好。

第二，上午拔牙有足够的时间观察，遇到术后出血等状况，可以及时处理。如果是下午拔牙，万一术后出血，医生下班，可能无法及时处理情况。

第三，拔完牙后伤口有个初步凝血过程，如果下午或者晚上拔完牙回家，局部血压升高造成创口出血，大部分只能挂急诊治疗，可能带来风险和不便。

拔牙选时间真的那么重要吗？记者请教了福建医科大学附属口腔医院预防科谢健医师。

谢健说，这些不是口腔医学

课本上提到的禁忌症，只是作为口腔医生的一个建议。

对身体健康的人来说，拔牙大出血是很少见的意外，大多数人都不会遇到；即使少数人拔牙中出血较多或是有出血倾向，医生也会及时止血、治疗，当场处理完毕。不必因为担心大出血而刻意选择在上午拔牙。

特殊人群特殊时期，拔牙禁忌要讲究

大姨妈来了不能拔牙

谢健说，经期是拔牙的禁忌症，因为在此期间，女性会出现血小板数目减少，血液凝固性比平时降低。

若在此时拔牙，会造成拔牙时出血过多，拔牙后创口不易凝血，出血时间延长；同时免疫力也会降低。

拔牙是一个有污染的手术（口腔是有菌环境），此时拔牙会

使感染的风险大幅度增加；痛觉也会比平时敏感，因而在拔牙时和拔牙后更加疼痛。

特别是一些女性为了能尽快地将病痛的牙齿拔除，对医生隐瞒或不听医生劝告执意要在经期拔牙，结果给自己增添了不必要的麻烦和痛苦。

她提醒，一定要避开经期拔牙，尤其对于阻生的智齿等较大牙齿的拔牙术，应延期进行。

空腹不能拔牙

拔牙前要明确告诉医生目前自己的全身情况及精神状态，切忌空腹，容易出现麻醉及手术并发症。要做到精神放松，增强自信心，保持情绪稳定。

患高血压、糖尿病

如患有上述疾病，可能因此产生严重并发症，甚至危及生命。建议在有效控制系统疾病下拔牙。

有严重的心血管疾病、高血压>180/100mmHg及空腹血糖>

8.88mol/l的患者禁忌拔牙。

造血系统疾病(血液病)

如贫血、血友病、原发性血小板减少性紫癜的患者，体内凝血机能障碍，拔牙术中术后出血难止，甚至危及生命。而急性白血病患者，禁忌拔牙；慢性患者如需拔牙，在专科医师配合下，并预防感染和出血。

妊娠期的女子

怀孕期间遇到牙齿问题需要拔牙的临床实践表明，在妊娠第4、5、6个月拔牙较为安全。

提醒

肝肾疾病，如急性肝炎、肝硬化，由于肝功能不好，使参与凝血过程的凝血酶原和纤维蛋白原的含量减少，有出血倾向，拔牙后的创口易出血不止。

恶性肿瘤患者，应避免拔牙。

剧烈运动、劳累后，饮酒之后均不宜拔牙。

上午拔牙 还是下午拔牙

□本报记者 张帅