

# 乳腺体检报告怎么看

随着生活水平的提高和相关知识的普及,乳腺检查早已成为女性朋友体检中的常规项目。拿到体检报告后应如何去解读呢?报告中提到的乳腺增生、乳腺结节需要去治疗吗?有没有预防的方法呢?今天这篇文章将对这些困扰大家的问题做出解答。

乳腺的体检项目主要包括乳腺彩超和乳腺钼靶。彩超能分辨乳腺腺体中不同结构,有无痛、无辐射的优点,并且费用相对便宜,是最常用的项目。钼靶可能带来疼痛,有一定的辐射,更适合软组织致密性低的40岁以上女性。大家需要注意的是,钼靶和彩超都具有很高的准确率,二者各有所长,没有谁比较优秀这一说法,很多时候还需要二者联合应用。

拿到报告之后要如何解读呢?第一步:看有无病灶,第二步:看病灶边界,第三步:看形态特点,第四步:看血流信号,第五步:看病灶大小,第六步:看病灶位置。如果觉得报告里的内容过于复杂,不能理解也没关系,

还有一个最简单的办法——看BI-RADS分类。BI-RADS分类是影像学医生根据专业知识及经验对病变进行分类得出的结论,分为0~6个等级。BI-RADS 0类:性质不明,需要其他影像学检查(如乳腺增强磁共振等)进一步评估。BI-RADS 1类:阴性结果,未发现异常病变,正常乳房。BI-RADS 2类:良性病变,可基本排除恶性,定期复查。BI-RADS 3类:可能是良性病变,建议随访。BI-RADS 4类:可疑恶性病变,需要医生进行干预。其中4a类恶性可能性为2%~10%;4b类恶性可能性为10%~50%;4c类恶性可能性为50%~94%。BI-RADS 5类:高度恶性可能,应积极处理。BI-RADS 6类:已经活检证实为恶性。需要注意的是,BI-RADS分类是影像学医生相对主观的结论,受到设备以及经验等因素影响,有时临床医生对一些存疑的报告,会建议患者短期内再次复查。

报告里提到的乳腺结节又是什么意思呢?会不会是坏东

西?要不要处理?首先我们要知道,什么是乳腺结节?乳腺结节其实是一个比较宽泛的概念,通过触诊或影像学检查发现的,与正常腺体有所区别的局限性乳房肿块,都可以称为“乳腺结节”。包括良性的纤维腺瘤、囊肿、积乳等,也包括恶性的乳腺癌。多数结节为良性病变,少数为恶性病变。体检发现结节后,还可能需要在已有检查的基础上进一步完善乳腺增强磁共振或穿刺活检等检查。如果结节是良性,并且相对较小,一般不建议手术,定期观察随访。如果发现结节迅速生长变大或有恶变的可能,需要及时手术治疗。如果诊断为恶性结节,则根据患者的个人情况制定相应的治疗方案。

乳腺增生同样是最常见的问题之一,半数以上的女性朋友有不同程度的乳腺增生。多见于30~50岁的女性。乳腺增生通常由患者体内性激素分泌功能紊乱引起的。年龄、月经史、孕育史、哺乳史、服避孕药史、饮食习惯,甚至工作压力、熬夜等

社会心理因素等都可能引起性激素分泌紊乱,导致乳腺增生的发生。绝大多数乳腺增生与乳腺癌没有必然的关系,但是要注意,乳腺囊性增生病有一定概率发生癌变;乳腺导管不典型增生被视为癌前疾病,继发乳腺癌的概率较普通人会增加。对于这部分患者建议临床密切随访,遵循专科医师的建议诊治。

目前尚没有从根本上解决乳腺结节和乳腺增生的药物或者其他治疗手段。对于乳房疼痛不明显的患者,暂时不需用药,以心理疏导和改变生活习惯为主。对于存在严重疼痛等症状的患者,可以用药对症治疗。

总的来说,希望各位女性朋友不要过于紧张,定期复查,有明显症状时可以在专科医师的指导下进行治疗。平常生活中保持良好的情绪、平和的心态,忌烟酒和辛辣刺激食物,少熬夜,避免过度劳累。

(作者:陈一帆 福州大学附属省立医院 乳腺外科 主治医师)

# 癌症会传染吗

作为一名肿瘤医生,临床上经常被问到类似的问题,比如:“医生我得了癌症,会不会传染给家人,还可以帮忙带孙子吗?”或者“医生我爸爸或者妈妈得了癌症,我们能一起吃饭吗?和他一起生活要注意什么?”

## 癌症是什么

“癌症”可以理解成体内一些细胞不听话,打破规矩,搞了一场“内部暴动”。正常细胞是有组织有纪律的,但某些细胞突然“野心勃勃”,开始疯狂增殖,完全不受控制,结果形成肿瘤。更糟的是,有些癌细胞还会到处乱窜,扩散到其他器官,导致“转移”。

不过,癌症的这种“暴动”是发生在患者体内的,跟外界无关。癌细胞就算离开了患者,也不会神奇地跑到你身体里开始搞破坏。它们没有自带传染功能,所以你不用担心跟癌症患者握手、共用餐具或呼吸同一片空气会“中招”。

## 为什么有些人觉得癌症会传染

### 1. 传染病的思维惯性

癌症,这个词常常让人感到恐惧和不安,谈癌色变的人比比皆是。人们经常习惯性地就把严重疾病和传染病混为一谈,以为“得病=会传染”。于是,一听说谁得了癌症,有些人下意识地害怕接触,生怕不小心“中招”。实际上,癌症本身并不是一种传染病。癌细胞不会通过空气、食物、接触等方式直接传染给其他人。

### 2. 家族性癌症的误解

癌症有家族集聚性,比如某个家族里母亲和女儿都得了乳腺癌,或者兄弟姐妹都有结肠癌。这让不少人误以为,癌症在家庭成员之间“传染”。但实际上,这并不是癌症在传染,而是基因在“作怪”。一些癌症确实有遗传因素,家族中存在某些突变基因增加了家族成员患癌率。但别误会,癌症不是靠“传染”得来的,而是通过基因遗传的。

### 3. 病毒与癌症的迷思

某些癌症的发生确实和病

毒或细菌感染有关,很多人因此产生误解,以为癌症能“传染”。

举几个例子:

人乳头瘤病毒(HPV):这是宫颈癌的“幕后黑手”。HPV通过性接触传播,但重要的是:虽然HPV可以传染,宫颈癌本身不会传染。

乙型肝炎病毒(HBV)和丙型肝炎病毒(HCV):长期感染这些病毒会增加肝癌风险。HBV和HCV可以通过血液、性接触传播,但肝癌并不会因此传染。

幽门螺杆菌(HP):这是一种跟胃癌关系密切的细菌,能通过唾液或受污染的食物传播,但即便感染了幽门螺杆菌,也只是增加了胃癌的风险,胃癌不会通过接触传染。

总结一下就是:病毒可以传染,但癌症不会传染。感染了某些病毒后,可能增加患癌的概率,但癌症并不具有传染性。所以下次再遇到癌症患者,不需要心里打鼓,更不要避之不及。他们需要的不是冷漠的距离,而是温暖的陪伴。癌症治疗过程充

满艰辛,患者在心理上承受的压力常常比身体上的疼痛还要沉重。如果我们再因为错误的观念对他们“敬而远之”,那对他们而言无疑是雪上加霜。

## 防患未然,减少患癌风险

虽然癌症不会传染,但有些癌症的确和病毒或细菌有关。因此,预防这些病原体的感染就显得格外重要。以下是一些简单但有效的预防措施:

接种疫苗:HPV疫苗和乙肝疫苗可以有效预防与病毒相关的癌症。

健康生活习惯:使用安全套、避免共用注射器、不与他人共用食物或饮料,可以减少HPV、HIV、幽门螺杆菌等病原体的传播。

定期体检:对于高风险人群,比如感染了HBV、HCV的人,定期进行癌症筛查能够早发现、早治疗,防止问题变得严重。结论:科学为本,揭秘真相,破除恐惧。

(作者:杨琼玲 漳州市医院 肿瘤内科 主治医师)