“冷酷杀手”三阴性乳腺癌

在众多的乳腺疾病中,三阴性乳腺癌犹如一个“冷酷杀手”,因其独特的生物学特性和较高的侵袭性,给患者带来了巨大的身心挑战。34岁的全职妈妈小周在哺乳期间右乳出现红肿与肿物,她当作乳腺炎,消炎及局部对症治疗,症状不仅没有缓解,反而疼痛加剧,促使她来到医院乳腺外科寻求专业帮助。

医生提醒

三阴性乳腺癌的诊断并非一蹴而就,而是一个系统且严谨的过程。通常,当患者发现乳房出现异常,如肿块、乳头溢液、乳房皮肤改变(像小周那样的红肿)等症状时,就需要及时就医。医生会进行详细的体格检查,并借助一系列专业的检查手段进行评估及确诊。

如何检查

乳腺超声和乳腺X线摄影(钼靶)相结合有助于发现乳房

异常病灶,而穿刺活检是确诊关键步骤,不仅确定肿瘤的性质,还能检测肿瘤细胞的雌激素受体(ER)、孕激素受体(PR)和人表皮生长因子受体2(HER-2)的表达情况,如果这三种受体均为阴性,就可以确诊为三阴性乳腺癌。同时,为了全面评估病情,还需要如胸腹部CT、头颅MRI、骨扫描等,以确定肿瘤是否已经发生转移以及转移的部位和范围。

如何治疗

三阴性乳腺癌侵袭性高、好发年轻女性,治疗手段有限,但随着医学研究进展,治疗手段不断拓展,疗效也不断提高。目前晚期阶段主要治疗手段如下:

化疗:治疗的基石,通过细胞毒性药物来杀死癌细胞。常用的化疗药物包括蒽环类(如多柔比星、表柔比星)和紫杉类(如紫杉醇、多西他赛),以及其他药物。

免疫治疗:通过激活或增强

患者自身的免疫系统来识别和攻击癌细胞,如免疫检查点抑制剂PD-1/PD-L1抑制剂。

ADC药物治疗(抗体药物偶联):ADC是一种新型的靶向治疗方法,它将化疗药物与特定抗原的抗体结合,以提高药物对肿瘤细胞的特异性并减少对正常细胞的毒性。例如,Trop-2 ADC、Her2 ADC在三阴性乳腺癌中的研究获得了喜人的疗效。

靶向治疗:针对BRCA1/2基因突变的PARP抑制剂等,通过干扰癌细胞的DNA修复过程,导致癌细胞死亡。

手术治疗:对于局部晚期患者,手术可能用于缓解症状或在某些情况下用于综合治疗的一部分。

放疗:放疗可以用于控制局部疾病,减轻症状。

确诊为三阴性乳腺癌骨转移后,制定个性化的治疗方案是关键。通过化疗与免疫治疗相

结合的策略,在几个周期的治疗后,乳腺肿块显著缩小,骨头病灶逐步恢复正常,随后继续维持治疗,待全身病情稳定一段时间后做了右乳姑息切除术,术后病理报告提示病理完全缓解。从确诊到现在4年之久,小周依然保持无瘤状态,让她重拾生活的希望,回归家庭。

三阴性乳腺癌虽然是一种较为棘手的疾病,但现代医学的发展已经为我们提供了多种治疗手段。与医生充分沟通,了解不同治疗方案的利弊,结合自身的经济状况、身体状况等因素,选择最适合自己的个性化治疗方案。在治疗过程中,保持积极乐观的心态,相信医生,相信自己,同时争取家人和社会的支持。

(作者:林彩玲 福州大学附属省立医院 乳腺外科 副主任医师)

林志武 福州大学附属省立医院 乳腺外科 主任医师)

揭秘“鼠标手”

在数字化时代,长时间使用电脑已成为许多人的日常生活的一部分。然而,这种习惯可能导致一种常见的职业病——鼠标手。

发病原因

鼠标手,也被称为鼠标手综合征或手部过度使用综合征,是一种常见的手部健康问题,通常与长时间、频繁地使用计算机鼠标或其他手持设备有关,导致手腕和手臂肌肉、神经受到压迫和损伤的现象。

主要症状

出现鼠标手主要是因为手腕神经受压引起麻木、刺痛感和疼痛。鼠标手的常见症状包括:

手腕疼痛:最常见的症状之一,通常出现在手腕的背部或掌侧。这种疼痛可能是隐隐作痛或剧烈疼痛,取决于病情的严重程度。

麻木刺痛感:患者可能会感到手部麻木,特别是在拇指和食指周围的区域。甚至一些人可

能会感到手指或手掌刺痛或有刺痛感,这种感觉可能会在用鼠标或键盘工作时加重。

手指运动困难:在疾病恶化的情况下,手指的灵活性和精细运动能力可能会受到影响。

就诊时医生通常会根据患者的病史、体格检查以及必要时的影像学检查(如X射线或MRI)来进行诊断。

治疗方法

休息:休息是治疗鼠标手的首要步骤,减少或暂停使用受影响手腕的活动,避免损伤进一步加重。

热敷或冷敷:疼痛急性发作时选择冷敷则有助于减少炎症和肿胀。长期活动受限时可使用热敷减少肌肉紧张,疼痛无法缓解时可就诊康复科理疗、推拿、传统康复治疗来改善疼痛。

运动疗法:适当局部活动,如手腕旋转、手指伸展和握力训练可以增加关节的灵活性和肌肉的强度,还可以在工作放松之

余做手指操以改善手指灵活性及缓解麻木感。疼痛缓解后可逐渐增加手部活动的强度和频率,可以配合使用弹力带、沙袋等进行上肢力量训练,但需要避免过度用力导致的再次受伤。

支具:使用手腕护具以减轻手腕的压力,提供额外的稳定性,减少运动时的不适,在使用手部进行工作活动佩戴,作为手部肌肉的保护工具,但要避免长期佩戴,长期佩戴治具也有可能造成局部周围肌肉萎缩。这些支具通常可以在药店或医疗用品商店购买,并根据医生或治疗师的建议正确佩戴。

药物治疗:疼痛严重时可以通过口服或者外用非处方消炎止痛药,如布洛芬、对乙酰氨基酚等药物来减轻疼痛和炎症,还可以配合使用一些营养神经的药物如维生素、甲钴胺等。

手术治疗:手术通常是在鼠标手症状非常严重或持续时间很长的情况下考虑的最后手段。手术可能包括神经减压手术,以减轻神经受压的情况,或

其他手术干预,以恢复手部的正常功能。手术治疗通常由专科医生执行,并在其他治疗无效时才考虑。

注意体重和整体健康:保持健康的体重可以减少对手部的额外负担。此外,良好的整体健康包括饮食和锻炼,有助于减轻与慢性疼痛相关的症状。

鼠标手是一种可以预防和治疗的病症。重要的是意识到这种风险,采取适当的预防措施,并在出现症状时及时就医,避免神经卡压或者肌肉韧带损伤。预防鼠标手的关键在于采取一系列正确的工作习惯和姿势,选择适合人体工程学的设备,定期休息和运动,以及注意整体健康。通过这些措施,可以降低手部不适和疼痛的风险,提高工作和生活的质量。如果怀疑患有鼠标手或手部过度使用综合征,建议尽早咨询医生或专业医师以获取正确的诊断和治疗建议。

(作者:李玲 福州大学附属省立医院 康复科 主治医师)