



乳腺癌确诊后



乳腺癌是一种始发于乳房内的癌症。乳房是位于上肋骨和胸肌顶部的器官。女性的乳房会产奶哺育新生儿和婴儿。如果您被告知患有乳腺癌，您可能已经进行了乳房X光检查、其他扫描和活检（取一些组织检查癌症的检查手段）。还可能已经对癌细胞进行了其他测试，以检查某些蛋白质和称为生物标志物的基因变化。您可能还需要进行其他手术，以确定癌症是否已经扩散。这些检查有助于医生了解您患的是哪种类型的乳腺癌、癌症处于哪个阶段以及哪种治疗方法可能对您有帮助。

乳腺癌的治疗

治疗方法取决于乳腺癌的类型及其所处的阶段。您的治疗方案还取决于癌细胞检测结果、您的健康状况、您是否已停经以及个人偏好。

手术是大多数类型乳腺癌的治疗主要方法。这包括切除癌变部位和正常乳房的一部分。切除部分乳房的手术称为乳房肿瘤切除术。切除整个乳房的手术称为乳房切除术。

其他治疗方法包括放射以及化疗、激素治疗、靶向药物治疗或免疫疗法等药物。很多情况下，患者需要不止一种类型的治疗。医生会帮助您决定哪种治疗方法最适合您。

一些治疗可能会导致月经周期发生变化。即使您还没有绝经，月经也可能停止。这些治疗可能影响您的怀孕能力，但可能有一些方法可以保护您的生育能力。在治疗开始之前，尽早与您的医生交谈很重要。医生可以帮助您了解会发生什么情况。

请务必询问：

- 治疗的目标是什么？
- 我患有哪种类型的乳腺癌？
- 我的乳腺癌处于哪个阶段，这意味着什么？生物标志物的检测结果如何？
- 您从我的检查结果中还了解到什么？
- 我还需要做更多检查吗？
- 我需要手术吗？癌症能完全切除吗？
- 我需要检测基因吗？

治疗前和治疗期间的注意事项

癌症护理团队会向您解释治疗计划。该团队可能包括不同的医生、护士和其他医护人员，具体取决于您需要的治疗类型。例如，如果您需要接受手术，您将与外科医生合作。他们会告诉您手术前、手术中和手术后的注意事项。如果您需要其他类型的治疗，癌症护理团队会向您解释如何进行治疗，帮助您做好准备，随时了解您的治疗情况，并帮助您应对任何副作用。您可能在特定时间接受验血、X光检查或扫描，以了解治疗效果。

并非每个接受乳腺癌治疗的患者都有相同的副作用。例如，手术的副作用与化疗、激素治疗、靶向药物治疗、免疫疗法或放疗的副作用不同。接受相同治疗的人可能会有不同的副作用。

请务必询问：

- 我有哪些治疗方案可以选择？您认为哪种最适合我，为什么？
- 是否有针对我这种癌症的临床试验？
- 我可能会有哪些副作用，我该怎么办？
- 我们如何知道治疗是否有效？
- 我多长时间接受一次治疗？治疗将持续多久？
- 我去哪里接受治疗？我能自己开车吗？
- 我还能继续从事平时的活动吗，比如工作和锻炼？
- 治疗后我还能生育吗？
- 治疗会影响我的性生活吗？如果影响，怎样影响，会持续多久？我能做些什么来帮助解决这个问题？

治疗后的注意事项

治疗后，请向癌症医生索取治疗总结和后续复诊计划。这就是所谓的生存期护理计划。您的癌症医生会与您的家庭医生或主治医生合作，帮助控制治疗副作用并检查您的总体健康状况。您将定期接受检查，以查看癌症是否复发，或者身体的其他部位是否出现了新的癌症。

对于某些患者，癌症可能不会完全消失。这些患者可能会继续接受治疗，并且仍然需要进行测试以查看治疗效果。

治疗后，您的身体可能会发生变化。您可能在手术后失去全部或部分乳房，或者皮肤因辐射而出现变化。如果您的淋巴结在手术中被切除或因放射而受损，可能会有手或手臂肿胀的风险。治疗还可能导致性功能方面的变化。请向医生咨询，如果有任何问题，请告知医生。

务必注意，对于患有乳腺癌的女性来说，服用激素替代疗法来缓解更年期症状通常是不安全的。如果您受到更年期症状的困扰，请向医生了解缓解方法。

患过乳腺癌的人有可能再次患上乳腺癌或某些其他类型的癌症。即使您在结束治疗后感觉良好，也要向您的癌症护理团队询问定期复查的时间安排，以检查您的乳腺癌是否复发。

请务必询问：

- 我在哪里可以获得治疗总结和后续复诊计划的副本？
- 我需要多久见一次癌症护理团队？
- 我应该何时以及如何联系他们？
- 我是否需要做检查来查看我的癌症是否复发，或者检查我的治疗是否出现问题？
- 我是否需要任何筛查测试，如结肠镜检查，以及早发现其他癌症？

- 我是否应该注意治疗的晚期或长期副作用？
- 我治疗后在哪里能找到我的病历？

保持健康

如果任何治疗副作用没有消失或出现任何新症状，一定要告诉医生或癌症护理团队。

在治疗期间和治疗后，您可以采取一些措施来保持身体健康。不吸烟有助于降低患乳腺癌的几率。达到并保持健康的体重、吃健康的饮食、足量饮水、保持积极向上的心态、不要饮酒，这些都可以帮助保持健康。它们还可以降低您新患乳腺癌或其他癌症的风险。

控制情绪

患上乳腺癌可能会让您感到恐惧、悲伤或紧张。有这些感觉是正常的，有一些方法可以帮助您应对这些情绪。

- 不要试图独自处理您的感受。不管是什么感受，都要说出来。
- 偶尔感到悲伤或沮丧没问题，但如果您的这种情绪超过几天，请告知您的癌症护理团队。
- 如果您的医生说没问题，请继续做您喜欢的事情，例如在户外活动、看电影或参加体育赛事或外出就餐。
- 在烹饪和清洁等工作上寻求帮助。

您可能需要向朋友、家人、宗教领袖或团体寻求帮助。心理咨询也会有所帮助。有些人认为与有同样经历的人交谈会有所帮助。支持小组可以提供这样的支持。请告诉您的癌症护理团队您的感受。他们可以帮助您找到合适的支持。



如需更多信息和支持，请访问美国癌症协会网站 cancer.org/chinese 或致电 1-800-227-2345 联系我们。我们随时为您提供帮助。