女性健康第一『杀手』 防治早发现是关键 乳腺癌发病呈年轻化趋势

在常见的恶性肿瘤中,乳腺癌较为普遍,由于乳腺癌患者中98%以上都为女性,乳腺癌也“多年蝉联”女性健康的“头号杀手”。山东第一医科大学附属济南妇幼保健院乳腺病诊疗中心,在全省最早开展乳腺病防治工作,年门诊量近5万人次,手术1000多例,在该中心主任梅玉看来,乳腺癌病因复杂,近年来发病率越来越高且年轻化。但他同时表示,即便如此,年轻女性也不必过度紧张,只要定期筛查、早诊早治,乳腺癌可以预防,经规范化治疗,相当多的患者可以获得长期生存。

◎山东商报·速豹新闻网记者 于娜 通讯员 董自青

>>>

居高不下的发病率

体检发现有乳腺结节,会不会发展成癌症?有不少歌手、演员都因为乳腺癌去世,这个癌症很容易得吗?万一确诊,必须切乳吗?种种疑问让很多女性对乳腺疾病感到恐惧。有行动快者,已经跑到医院做了相关检查;还有部分术后患者,担心这种疾病会随时复发……

在中国,乳腺癌已成为威胁女性健康的第一大恶性肿瘤,发病率呈逐年递增的趋势。尤其是在城市地区,乳腺癌也是女性中最常见的恶性肿瘤,自上世纪90年代,其发病率每年便以全球同期发病率的两倍水平在上升。中国疾病预防控制中心日前发布了一组数据,根据2003年-2017年我国女性乳腺癌数据分析,预计到2030年,全国将有超过40万例新诊断病例和超过10万例死亡病例。研究显示,我国20岁以上女性乳腺癌的年龄标准化发病率从2003年的46.34/10万人,增加到2017年的68.78/10万人。

近日,国家癌症中心、中国医学科学院肿瘤医院也公布了我国最新的恶性肿瘤流行数据,并首次公布了各省份主要癌谱流行情况。数据显示,在发病例数上,乳腺癌位居我国恶性肿瘤发病第五位,在女性恶性肿瘤中乳腺癌稳居首位。在各省高发癌症中,山东省乳腺癌排在第六位。

梅玉告诉山东商报·速豹新闻网记者,乳腺癌的病因和发病机制十分复杂,是遗传因素、生活方式和环境暴露等多种因素及其相互作用的结果。有乳腺癌或卵巢癌家族史;月经初潮过早(<12周岁)或绝经较晚(>55周岁);未育、晚育及未哺乳;长期服用外源性雌激素;活检证实有乳腺不典型增生病变;绝经后肥胖;长期过量饮酒等都是乳腺癌发病的高风险因素。除了遗传基因和生活方式、饮食习惯改变等因素,还有一个重要的原因是来自压力和情绪。据了解,现代女性生活压力较大,容易造成内分泌紊乱,免疫系统异常,这种状态下很容易生病。从目前接诊情况看,由于不少女性忙于工作,忽视了自己的身体健康,等到发现的时候往往已经到了晚期,“不过这些疾病通过早期的检查是可以发现的,因此,定期进行乳腺检查是很有必要的。”

年轻人肿瘤长得更快

乳腺癌指的是乳腺来源的恶性肿瘤,我国女性乳腺癌发病年龄的高峰在45岁—55岁,比西方国家早10到15年,发病更年轻也意味着对自身、对家庭包括对社会造成的负担更重。

“乳腺癌发病人群呈明显年轻化趋势,以前患者多是四五十岁,但现在三十多岁的患者很常见。”梅玉说,在他接诊的乳腺癌患者中,最小的一个仅有21岁。“当时发现得早,预后效果非常理想。”梅玉表示,虽然女性乳腺疾病多以良性居多,比如乳腺纤维瘤、乳腺炎等,但每年的乳腺癌手术也不少。

相较于中年人,年轻人肿瘤的生长速度更快,恶性程度更高,转移与复发的几率也更大。“如果是年轻的乳腺癌患者,病人本身新陈代谢就是比较快的,所以她的肿瘤生长会比较快,尤其是妊娠期发现的乳腺癌,乳房的肿块会生长得非常迅速,短时间内就可以形成较大的肿块。而对于一些老年患者来说,病人的新陈代谢本身就比较缓慢,肿瘤也长得比较慢,有一些老年的女性患者发现乳房的小肿块一般都不引起重视,直到一两年以后肿块局部明显增大,甚至出现局部的破溃才去就诊也是非常常见的。”同时,年轻乳腺癌患者由于发病时年龄尚轻,在抗肿瘤治疗的同时,有着生育力保护、保留乳房外形等个性化需求,正是因此,才需要医生在临床治疗中考虑得更多。“有些人觉得年轻人和癌症无关,实际上年轻不是乳腺癌的‘保护伞’,女性朋友一定要尽早关注自己的乳腺健康。”

别忽视了孕期和哺乳期

大龄未孕,结婚多年后成功怀孕,济南的刘女士欢欣鼓舞,盼望孩子的降生。然而,在孕16周时,她发现右乳有肿块,经检查被诊断为乳腺癌。多家医院就诊后,医生均建议流产后行乳腺手术治疗。刘女士顿时慌了,心情像过山车一样急转直下。她害怕失去孩子,也期望自己能陪伴孩子长大。恐惧、担忧、矛盾笼罩着整个家庭。

梅玉在进行乳腺微创手术

多方打听后刘女士来到济南市妇幼保健院找到梅玉,在综合评价患者身体状况及疾病情况后,梅玉立刻组织麻醉科、产科多学科会诊,在妊娠状态下对刘女士进行了乳腺手术,术后患者恢复良好,胎儿发育指标也显示一切正常。孕24周后,刘女士接受了化疗。最终刘女士在医院产科足月剖宫产分娩,母子平安。“如今已经过去5年多时间,刘女士前些天还回来复查,身体没有问题。”

梅玉接诊的患者中,孕期和哺乳期的女性占了一定比例。梅玉表示,随着晚婚晚育的女性增多,女性的初次妊娠怀孕年龄已经从24.9岁上升至26.3岁。而我国陆续放开二孩、三孩政策,一些近40岁的女性重新怀孕生子,怀孕后由于雌激素水平的增高,患乳腺癌的风险明显上升,再加上40岁的女性已经进入乳腺癌发生的高危年龄,因此导致近几年妊娠哺乳期乳腺癌的发病率逐渐升高。

由于妊娠期、哺乳期女性处于比较特殊的阶段,一些疾病更容易被忽视。据介绍,女性妊娠期、哺乳期体内性激素水平不同于平常,在这些激素的刺激下乳腺会发生增生和肿胀,此时很多乳腺肿块和泌乳都会被认为是妊娠期的正常生理反应,因此不易被察觉。同时,乳腺的增生和肿胀会影响视诊和触诊的准确性,检查和鉴别都会有一定困难。而妊娠期间增殖的乳腺组织本身在X线片中就会形成高密度的背景,与乳腺癌的X线表现相近,难以分辨。这些都妨碍了乳腺癌的及时诊断。因此,这一时期的女性一旦发现乳腺肿块,甚至出现溢血等情况,要及时就诊。

乳腺癌防治讲究“三早”

从业近20年,治疗了诸多乳腺疾病患者,梅玉最大的体会是诊断技术的进步,乳腺癌检出率也在升高,同时治疗方法也更多更全面,“微创技术的运用已经比较成熟和普遍,患者的接受度也不断提高,对治疗效果的评估、随访也更正规了。”据了解,济南市妇幼保健院乳腺病诊疗中心是我省最早开展乳腺病防治工作,将乳腺门诊、保健、病房及康复单元整合规范,为女性提供更完善、系统的乳房健康服务。目前,该中心的乳腺肿瘤微创技术及乳房重建技术已成为特色技术,在切除肿瘤的同时,可以最大限度减轻患者身心痛苦,恢复患者形态美,增强患者自信心,提高其生活质量,促进患者早日回归家庭和社会。

除此之外,中心还承担济南市区及周边地区“两癌筛查”项目中乳腺癌早期筛查的培训及确诊工作。梅玉表示,“不少女性乳腺癌早期筛查的认识比较欠缺,即便是免费的‘两癌’筛查也不愿意去做,甚至不少人认为筛查一次没有问题,以后就不用再次筛查了”。其实,对于乳腺癌来说,早期的发现与治疗尤为重要。“对它的防治重在‘三早’,即早发现、早诊断、早治疗。乳腺癌作为一种体表肿瘤,其实在癌症中是比较容易早期发现的,且早发现早治疗能够极大提高治疗效果。”

梅玉建议,35岁以下的女性可通过乳腺B超检查进行乳腺癌筛查,而对于40岁以上的女性,乳腺B超+乳腺钼靶检查能早期筛查出九成以上的乳腺癌病灶。对于网上流传的不少乳腺自检方法,专家表示,这些自检方法需要一定的专业基础,普通人群通过自检发现肿块,往往病灶已经很大了。想早发现乳腺癌病灶,还是建议到乳腺专科请医生进行查体并做相应的检查。