

妊娠哺乳期乳腺保卫战：乳腺癌的隐秘威胁

复旦大学附属肿瘤医院超声科 复旦大学上海医学院肿瘤学系 张悦 陈雅玲 常才

在一个平凡的下午，我如常在医院乳腺中心的超声科工作。一位陈女士走了进来，她31岁，身怀六甲，脸上带着一丝忧虑。她告诉我，最近无意间摸到乳房上有一个大约“鹌鹑蛋”大小的硬块，由于孕晚期乳房增大，她不确定硬块是什么时候出现的。我一边轻声安慰她，一边着手为她进行超声检查。当屏幕上的图像展现到陈女士所描述的区域时，我瞬间紧张了起来。一个形状不规则、边缘模糊带有成角的异常团块出现在视野中，还伴有血流信号。这些特征让我警觉，这可能是乳腺恶性肿瘤的征象。经过仔细扫查，以及专业的沟通后，陈女士很快意识到，自己可能遭遇了最不愿面对的情况。通过进一步的详细检查和诊断，陈女士被确诊为妊娠相关性乳腺癌。

面对这一疾病的突然造访，并且是在这样一个迎接新生喜悦的特殊时期，陈女士十分震惊，但在医护人员的鼓励和引导下，她迅速恢复了冷静，并积极配合治疗。最终，经过艰苦的治疗过程，陈女士成功应对了癌症的挑战，病情得到了有效控制，并在之后顺利地迎来了自己的宝宝。

在孕期和哺乳期这样的特殊时期，乳腺恶性疾患一方面不易被年轻孕妈们首先考虑到，另一方面由于乳房增大增生及泌乳的生理变化导致其不易被察觉。这一案例给我们敲响了警钟，提醒我们妊娠哺乳期的女性都应该经常关注自己的乳腺健康。接下来，我们将深入探讨妊娠相关性乳腺癌的科普知识，从以下几个方面深入了解这一疾病，帮助妈妈们更好地守护自己和宝宝的健康。

一、关爱乳腺，守护健康，让我们从了解开始！

乳腺，作为女性独有的生命之源，承载着哺育新生命的神圣使命。然而，这片生命之土也面临着诸多挑战，其中乳腺癌就是最为严重和常见的威胁。妊娠，是女性生命中一段特殊旅程，充满了喜悦与期待。然而，有时这段旅程中也会遭遇一些不期而遇的挑战，其中之一便是妊娠相关性乳腺癌。

妊娠相关性乳腺癌是指在妊娠期间或分娩后一年内发生的乳腺癌。妊娠相关性乳腺癌虽然发病率相对较低，大约在

1/3000 ~ 1/10000，但因其对母婴健康的双重潜在影响，我们必须高度警惕这个“隐秘的威胁”，不容小觑。

二、妊娠相关性乳腺癌的风险因素

1. 激素水平。在妊娠期，女性体内的激素水平会经历一场“大变革”，特别是雌激素和孕激素。升高的激素水平可能会成为乳腺癌的“潜在推手”，但同时，妊娠本身也对乳腺有一定保护作用。多种因素相互交织，多种机制相互拮抗，使得妊娠对乳腺来说，成了一把“双刃剑”。

2. 晚婚晚育。流行病学研究显示，晚婚晚育的趋势与妊娠相关性乳腺癌发病率的上升有一定关联。高龄孕妇在妊娠期间患乳腺癌的风险相对较高。特别是 30 岁以后才首次生育的女性，相比 30 岁前就生育的女性，乳腺癌的风险会有所上升。

3. 遗传因素。家族中有乳腺癌病史，特别是直系亲属的女性，在妊娠期间患乳腺癌的风险也会相应增加。

4. 生活方式。长期的精神压力、不良的饮食习惯以及缺乏运动等不健康的生活方式，也可能增加妊娠相关性乳腺癌的发生风险。

三、妊娠相关性乳腺癌的常见症状

出现哪些症状时孕产妇需警惕？常见症状包括乳房出现无痛性肿块、乳头溢血、皮肤凹陷或红肿、外形改变及乳头位置异常等。这些症状可能会因乳房的增大增生和乳汁的储存与分泌而被忽视，但一旦发现任何异常，都不应拖延，应立即咨询医生并进行

专业检查。

值得注意的是，妊娠期乳腺癌往往具有淋巴结转移风险高、分期较晚和预后较差的特点，因此对腋窝的自检或产科医师的常规检查也十分重要。此外，还需警惕一种发病率极小的特殊类型乳腺癌——“隐匿性乳腺癌”，它以腋窝淋巴结转移癌为主要表现，但在临床体检及影像学检查中并未发现乳腺内的原发病灶。因此，当发现腋下有明显肿块时，应及时就医，进行相关检查，以鉴别是否为异常肿大淋巴结。

四、妊娠相关性乳腺癌的筛查与诊断方法

定期进行乳腺癌筛查是预防妊娠相关性乳腺癌的重要措施。筛查方法通常包括乳腺自检、乳腺 B 超等。孕妇应在医生的指导下，根据自身情况选择合适的筛查方法。

在诊断妊娠相关性乳腺癌时，常用的方法包括 B 超、钼靶、磁共振成像、细针穿刺、空心针活检及手术活检等。鉴于对胎儿安全的考虑，在使用有辐射的钼靶检查和可能通过胎盘影响胎儿的磁共振造影剂时，需要根据患者的具体情况和实际需要做出决策。通过准确的诊断，可以尽早发现乳腺癌并制定相应的治疗方案。早期发现、早期治疗，对于保障母婴健康至关重要。

五、妊娠相关性乳腺癌的治疗与应对策略

妊娠相关性乳腺癌的诊治关键，都需秉承同时兼顾子代安全和母代健康的宗旨。在制定治疗方案时，可以依据乳腺癌的标准治疗原则

作为基础，同时必须充分考虑到疾病的分级分期、当前的妊娠阶段，以及不同治疗方案对母婴双方可能产生的具体影响。

1. 治疗方案：常规治疗方法包括手术、化疗、放疗及内分泌治疗等。是否需要进行人工流产以及治疗方式的选择，都需要综合考虑母婴健康后个性化定制。一般情况下，医生会根据病情严重程度、孕妇的身体状况以及胎儿的发育情况等因素制定个体治疗方案。

2. 孕期管理：对于妊娠相关性乳腺癌患者，孕期管理尤为重要。孕妇应保持良好的心态，积极配合医生的治疗方案。同时，注意调整饮食结构，保持营养均衡；适当进行锻炼，增强身体免疫力。此外，孕妇还应定期进行产检，密切关注胎儿的发育情况。

3. 产后随访：产后随访是患者康复的重要环节。患者应遵循医生的建议，定期进行检查，以便及时监测并应对可能出现的并发症或复发。医生也会根据患者的康复进展，适时调整治疗方案。

六、妊娠相关性乳腺癌的预后与展望

妊娠相关性乳腺癌的预后往往因病情严

重程度而异。早期发现和及时治疗对于提高预后至关重要。由于妊娠期乳腺癌发生的隐秘性及就诊的延后性，导致肿瘤通常体积较大、淋巴结转移风险高，加之患者年龄偏轻，这些因素使得妊娠期乳腺癌患者的预后相对不佳。

中国在乳腺癌的诊治领域已取得长足进步，与国际先进水平接轨，乳腺癌不再是一个无法逾越的难题，随着诊疗技术的进步和基因靶向治疗的应用，通过综合治疗的正确实施，可以显著改善妊娠期乳腺癌患者的预后状况。

七、结语

妊娠相关性乳腺癌虽然发病率较低，但对母婴健康的潜在威胁不容忽视。通过了解妊娠相关性乳腺癌的基本知识、风险因素及常见症状，掌握筛查与诊断方法以及采取积极的应对策略，可以提高早期发现率，从而改善预后并保障母婴健康。无论是早期筛查、精确诊断还是先进治疗，医护人员都将全力以赴，让我们携手共筑健康防线，为每一个家庭的幸福保驾护航。