

### 3. 我认为最能帮助我的方式为

- A. 更多的文字资料
- B. 推荐阅读
- C. 网络资源
- D. 患者网络和病友群交流
- E. 社区服务和社会工作者的帮助
- F. 肿瘤专家的门诊服务
- G. 其他，请注明：

### 4. 哪些朋友可以更好的帮助我

- A. 西医肿瘤专家
- B. 中医专家
- C. 心理咨询师
- D. 康复师
- E. 营养师
- F. 护士
- G. 社会工作者
- H. 病友
- I. 家人

#### 过敏反应

使用化疗药物时，身体的免疫机制启动，可能导致过敏反应。虽然这种过敏反应很少见，但严重时可能导致休克，因此，如果出现以下症状，要立刻告知医护人员。

- 寒战或发热
- 呼吸困难、胸闷、胸痛、干咳
- 皮疹、风疹、皮肤瘙痒
- 面色变红、眼睛和嘴唇周围浮肿
- 眩晕、意识模糊

#### 生殖功能的变化

化疗药物造成卵巢功能下降，可能导致月经周期不规律或一时性中断，也可能导致不孕症。虽然抗癌治疗期间性功能会产生变化，但仍可以进行性生活，并且不会对配偶的健康产生不好的影响。需要注意，化疗药物可能诱发先天性畸形，因此，在化学治疗期间，必须采取避孕措施。

### 7. 中医如何抗癌治疗？

众所周知，癌症是一全身性疾病。中医治疗以辨证施治、整体观念为特色。所谓辨证施治就是根据患者表现的不同症状及证型而对症下药，所谓整体观念就是在治疗过程中，充分考虑患病个体的全身状况，以及各脏腑之间相互依赖，相互制约的关系，以恢复阴阳平衡为最终治疗目的。

中医认为，人之所以患上恶性肿瘤，是因为他们的体内环境适合于肿瘤的生存。因此，运用中医辨证施治的理论，首先对患病机体的阴阳、气血、脏腑功能进行全面评价，然后有针对性地应用中药进行调整，

通过调理气血、调节脏腑功能而最终获得阴阳平衡。一旦阴阳重新获得平衡，体内环境自然不适合肿瘤的继续生存和发展而达到缓解症状、减轻痛苦、抑制肿瘤生长的目的。

中医治疗肿瘤，是根据患者的情况及证型，采用中医综合治疗的方法。常用的方法包括辨证施治的中药汤剂、中药注射剂、口服中成药、中药外敷、中药泡洗、中药足浴、针灸疗法、热敷等。

#### 癌症患者何时使用中药？

根据癌症患者治疗的需要以及治疗的不同阶段，中医药可以发挥不同的作用。如手术患者，在术后，可以服用中药加快伤口愈合，尽快度过围手术期；放疗、化疗患者，配合服用中药可以减轻放、化疗的毒副作用，帮助其完成治疗计划；目前一些接受新型靶向药物治疗的患者，也可出现诸如皮疹、腹泻等副作用，根据中医理论进行辨证治疗，对减轻副作用有帮助；对于晚期癌症患者，不能耐受手术、放疗、化疗等治疗，可以单纯使用中药进行扶正、抗癌治疗；对于定期复查、随访的癌症患者，可以选择中药进行巩固治疗。

#### 化疗期间能用中药吗？

化疗期间可以服用中药，以减轻化疗副作用。对于化疗所导致的如恶心、呕吐、便秘等消化道反应，辩证使用降逆止呕，润肠通便等中药，可以减少止吐药的使用，改善患者的症状；对于化疗期间骨髓抑制，血象受到影响的患者，辩证使用益气养血、扶正生血等中药，可以保护患者骨髓，降低骨髓抑制的程度，减少粒细胞集落刺激因子、粒巨嗜细胞集落刺激因子等的使用时间和剂量；对于化疗期间如口腔黏膜炎、周围神经损伤以及化疗所致静脉炎等，根据中医辩证

的思路进行组方的口服、外用中药具有一定的疗效，减轻上述症状。

在化疗期间，配合使用中药需要注意的是，避免使用影响化疗疗效的中药。如乳腺癌激素受体阳性的患者，在化疗或内分泌治疗期间会出现潮热、出汗等症状，使用疏肝凉血的中药可以改善上述症状，但需要注意避免使用含有植物雌激素的中药，以免干扰患者的化疗或内分泌治疗的疗效。患者在采取中药治疗前，请务必向专业中医师咨询。

### 8. 如何克服乳腺癌化疗恐惧？

- 不要还没有开始治疗就被已经听说过的“恐怖故事”吓到，变成一个“化疗恐惧者”，每个人都难免会听到一些有关化疗的副作用，比如脱发、呕吐等，那些问题不一定都发生在你身上，就算发生了，医生也会尽可能为你减少那些副作用。而且目前已经有很多可供使用的减轻化疗副作用的药物，可以帮助患者安度难关。
- 告诉自己化疗的任何反应只是暂时的，坚持和克服将为您迎来美好的明天。
- 对自己说：“我终于可以用这种方法反击我体内的癌细胞了，感谢这种治疗”。
- 倒数法计算化疗时间，假设化疗一共6次，你已经做了2次，就告诉自己只剩下4次啦，加油！
- 为自己的化疗做些准备，比如提前给自己买一个自己非常喜欢的假发头套，或多睡些觉补充精力等等。
- 和自己的临床医生探讨一下治疗方案，医生很可能会让你感觉到他是你的坚强后盾，因此，减少你内心的不确定感和恐惧。
- 和自己最亲爱的人表达你的恐惧，既是释放恐惧的

过程，也会得到他的理解和安慰。

- 也可以与康复的乳腺癌患者进行交流，目前有很多乳腺癌康复组织，找到她们，得到她们的支持也是很好的。

如果以上方法都无法减轻你对化疗的恐惧感，千万不要忘记去看看心理医生，他们会用更专业的方法来帮助你一起度过难关。

**❖ 如果治疗不及时，或者治疗中断，可能导致化疗药物的疗效下降。因此，如果开始治疗，就应该坚持完成。最重要的是，请对化学治疗的副作用采取积极的应对措施进行护理，努力克服治疗中的困难。**

**制作：**北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部  
三星医疗中心  
高盛回馈慈善基金

本书由三星医疗中心编写，并由北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部改编为中文版，作为乳腺癌防治意识教育与培训项目的一部分，针对中国乳腺癌患者和广大公众开发，在中国境内发放。本项目由高盛回馈慈善基金出资完成。

**版权声明** 用户在使用本材料时，必须遵循中华人民共和国有关的版权法，仅为个人学习、研究、教学或欣赏之用，不得直接用于以盈利为目的的活动中。本资料版权归北京大学肿瘤医院和和睦家国际医疗部所有，未经作者允许不得任意翻印、转载本书内容。

发行年度：2015年6月

# 了解乳腺癌和化疗



## 1. 什么是化学治疗?

化疗是使用化学药物清除癌细胞或抑制癌细胞生长的治疗方法。

## 2. 为什么要接受化疗?

乳腺癌的化疗根据实施的目的分为三类。

第一，手术后以减少癌症复发为目标的化疗。肿瘤被根治性切除后，仍可能残存有临床不可见的癌细胞导致肿瘤复发，或者肿瘤在手术前就已经顺着淋巴和血液途径转移到其它脏器，并逐渐进展，有效的辅助化疗可以有效的降低上述风险。

第二，如果乳腺癌诊断时，病灶的体积过大，手术困难，此时可以考虑先进行化疗使得肿瘤缩小，部分患者甚至可以通过化疗减小病灶体积，从而获得保乳手术的机会，大大提高生活质量。

第三，当乳腺癌复发或转移时，为了不使症状恶化，或者希望最大限度抑制疾病的发展，也可以考虑实施化疗。

## 3. 所有乳腺癌患者都要接受化疗吗?

不是。患者是否接受化疗，需要考虑多方面的因素才能决定。从癌症病理学方面来看，通过肿瘤的特性分析癌症复发的风险后，若属于高危人群会推荐使用化疗。除此之外，还会综合考虑癌症治疗的效果和副作用、患者的状态、社会经济状况及患者个人意愿等。

## 4. 主要使用哪些化疗药物?

针对乳腺癌的化疗，目前最常使用的一线化疗方案有以蒽环类（阿霉素、表阿霉素、吡柔吡星等）为基础的方案以及紫杉醇类（紫杉醇、多西他赛）为基础的方案，或者是二者的联合应用。根据方案的不同，2至3周间隔，每次接受1-2天化疗，约接受4至8周期，大部分实施4~6个月。具体药物选择、给药方案及化疗周期需要根据病人的病情统筹考虑，制定个体化的治疗方案。复发转移性乳腺癌化疗药物常见为紫杉醇、多西他赛、卡培他滨、长春瑞滨、吉西他滨等。

## 5. 化疗药物为什么会产生副作用?

化疗药物对生长速度快的细胞（例如癌细胞）作用明显，从而达到治疗作用，但是，化疗药物的这种作用，也可能对人体某些增殖迅速的正常细胞（如毛囊细胞、骨髓造血细胞及消化道上皮细胞）产生影响，进而引起各种副作用。

## 6. 化疗药物的副作用有哪些?

了解了化疗药物产生副作用的机理，就不难理解乳腺癌患者化疗后常见的副作用主要包括脱发、骨髓抑制及消化道反应。具体常见症状包括脱发、恶心、呕吐、白细胞减少引发感染造成的高烧等症状。副作用的程度会因药物的种类、用量、治疗时间、患者的个人体质而不同。即便产生了副作用，通过适当的临床处理，一般都可以控制在可接受的程度。因此，为了实施安全高效的抗癌治疗，患者和监护人应详细了解治疗方案和相关副作用的应对方法。下面我们就来深入地了解一下。

### 脱发

乳腺癌治疗中使用的化疗药物，虽然根据种类的不同存在差异，但大部分都会带来毛发损伤和脱发。使用化疗药物约2~3周后，头发会开始掉落，治疗开始2个月的时候最为严重，一般治疗结束1~2个月以后会重新长出头发来。除了头发，眉毛、睫毛等其它部位的毛发都会出现脱落的现象。头发完全掉落，为了保护头皮免受紫外线的侵害，请戴上帽子、围巾、假发等。睫毛脱落的患者，外出时为了保护眼睛不受日光刺激，需要佩戴太阳镜。



### 骨髓功能低下使感染 / 贫血 / 出血的风险增加

抗癌治疗会造成骨髓功能下降，白细胞、红细胞、血小板的数值下降。白细胞值减少增加感染风险，红细胞值减少可能造成贫血，血小板值减少增加了出血的风险。因此，化疗期间必须严格定期复查血常规，如果出现超过38度的高烧，或者出血不止、头晕头痛或气喘的情况，应及时与医护人员联系。如果感染未能得到及时有效的治疗，放任发展，可能发展为败血症，将危及生命。

预防感染的最佳方法是常洗手，要注意个人卫生。保持口腔清洁和皮肤清洁干燥。



### 恶心和呕吐

乳腺癌患者使用化疗药物，可能会出现恶心、呕吐的症状，提前服用止吐药很重要。如果恶心呕吐的症状未能得到改善，应该和医生及时沟通。为了预防恶心呕吐，化学治疗的当天应食用清淡易于消化的食物。气味强烈、油腻、过于粗糙坚硬的食物会导致恶心症状的加重，因此，应尽量避免食用。

### 便秘

化疗药物会造成肠蠕动减缓，可能产生便秘。恰当的膳食调节和运动，服用可以软化大便的药物，即可改善便秘的症状，如果连续3天以上排便困难，需要和医护人员沟通。为了预防便秘，每天需摄入足量的水，食用含纤维质较多的食物，维持适当的运动量。

### 腹泻

化学药物导致肠粘膜细胞损伤，可能造成腹泻。但是，对乳腺癌患者来说该症状非常少见，因此不用太担心。如果腹泻多次出现，或者有严重的腹痛，必须与医护人员及时沟通。

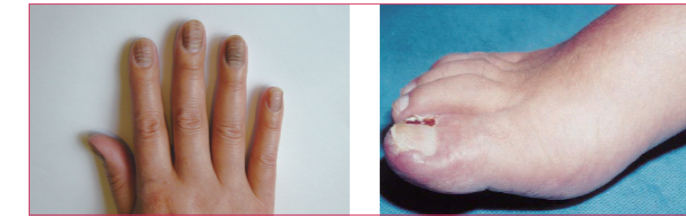
### 末梢神经损伤造成的手脚麻木

化学药物造成末梢神经系统损伤可能产生手脚麻木的症状。这些症状可能是暂时性的，也可能会在治疗后持续数月甚至数年。当手脚麻木或疼痛严重时，应与医护人员及时沟通。

### 皮肤副作用

化学治疗可能造成皮肤干燥、肤色变化、手脚指甲变化、皮肤变潮红。化疗药物引起的皮肤变化中最常见的是皮肤干燥。为了缓解皮肤干燥可以经常擦拭润肤霜，每天喝足量的水。此外，化学治疗时皮肤表

面的黑色素细胞会暂时性增多，肤色会变深，并且产生黑斑。此时，为了保护变得脆弱的肌肤，需要使用防晒产品阻断紫外线。外出时请使用防晒指数 (SPF) 15~30, PA+++ (3+ 以上) 的产品。化学治疗期间，手脚指甲可能会变黑或变黄，表面产生条纹，质地变硬。这些变化在抗癌治疗结束2个月后，会逐渐恢复。此外，进行化疗时女性患者的雌激素分泌量会减少，可能会出现颜面潮红。



### 口腔炎

化疗药物导致口腔内粘膜细胞损伤，可能诱发口腔炎。但是该不良反应并不常见，因此不必过分担心。可以通过经常刷牙保持口腔清洁来预防口腔炎，根据需要，也可以使用漱口水，来保持口腔健康。

### 心脏功能的变化

乳腺癌患者使用的化疗药物中有些药物可能对心脏功能产生影响，导致心律不齐、心脏功能减退，因此，使用药物前，要进行心脏功能的检查。根据服用药物的不同，必要时需要同时使用预防心脏毒性的保护性药物，在治疗期间观察心脏功能的变化。

## 反馈信息:

积极的参与和反馈可以帮助我们完善现有的系统和材料，您的反馈对我们至关重要，因此，无论您如何看待本书请从今天做起，为像您一样需要帮助的朋友提供力所能及的服务。

## 我们的反馈邮箱:

patienteducation@ufh.com.cn

## 请邮寄此反馈页至:

北京大学肿瘤医院·和睦家国际医疗部  
中国北京市朝阳区将台西路9-11号 100015

## 1. 我面临的问题是:

- 
- 
- 
- 

## 2. 我需要在本册的哪些部分了解更多

近来，网络等媒体上错误的医学知识和错误的癌症预防方法呈蔓延趋势。请有效筛选，不要去依赖这些不切实际的信息，建议您通过向专科医生咨询，保持健康的生活方式，并定期进行体检。祝您永葆健康与美丽!