



30岁以后应每年一次乳腺超声检查

乳腺癌是由什么原因引起的？乳腺增生会导致乳腺癌吗？3月4日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请了合肥市三院肿瘤科行政副主任沈磊，与读者交流。

曹凌 记者 马冰璐/文 张倩莹/图



名医简介

沈磊 合肥市三院肿瘤科行政副主任，副主任医师，合肥市肿瘤质控中心副主任。擅长乳腺癌、肺癌、消化道肿瘤的精准治疗及肺部、肝脏、腹腔腔肿瘤穿刺活检。

的生长速度较快，侵及周围组织可引起乳房外形的改变，出现一系列体征，如：肿瘤表面皮肤凹陷、邻近乳头的癌肿可将乳头牵向癌肿方向导致乳头内陷等。癌肿较大者，可使整个乳房组织收缩，肿块明显凸出。癌肿继续增长，形成所谓“桔皮样”改变。这些都是乳腺癌的重要体征。乳癌发展至晚期，表面皮肤受侵犯，可出现皮肤硬结，甚者皮肤破溃形成溃疡。癌肿向深层侵犯，可侵入胸筋膜、胸肌，致使肿块固定于胸壁而不易推动。

乳腺癌的预防

读者：乳腺癌如何预防？

沈磊：遗传因素我们难以改变，但饮食因素、外界理化因素，可以通过改变生活方式，纠正不良生活习惯，降低发病率。存在高危因素的人群都应该重视乳腺疾病的筛查，推荐20岁开始每月自查一次乳房，30岁以后每年一次乳腺超声检查，40~70岁女性每年1次进行乳腺X线和乳腺超声检查。如有乳腺癌家族病史者，需遵医嘱定期来院体检。预防乳腺癌最重要的是早发现，早治疗。

乳腺癌的治疗及预后

读者：乳腺癌治疗及预后怎么样？

沈磊：随着乳腺癌防治的宣传与普及，设备和技术的完善与成熟，新的药物的问世，乳腺癌预后较前大大改善。早期乳腺癌正规治疗后10年生存率可达90%以上。综合治疗是乳腺癌治疗的发展方向，外科手术仍是乳腺癌的主要治疗手段，但外科“单打”的状况已成为过去，乳腺癌术后规范的辅助治疗是成败的关键。我国乳腺癌的治疗水平落后于欧美国家，原因之一就是不规范。治疗方案选择不一致，药物选择和剂量不遵循指南，各地区治疗效果差异较大。当前外科、放疗科、肿瘤科、病理科、影像科等学科医生已通过组建多学科团队的模式让各种治疗有机配合，使患者的治疗计划更加合理规范。



读者：孩子长出“锯齿牙”正常吗？

专家：初萌切牙的切缘上可见3个小结，像锯齿一样，人们常戏称为“锯齿牙”，这是很正常的现象。要知道，孩子初萌的切牙，解剖外形完整，那3个结节为牙齿生长发育的痕迹。过一段时间，经过食物的摩擦，切牙的切缘就会磨平，“锯齿”就会消失。因此“锯齿牙”不足为奇，是完全正常的。

记者 马冰璐

健康新闻

双耳听力损失超过90分贝者可以植入人工耳蜗

星报讯(张婷婷 记者 马冰璐) 3月1日下午，安徽省中医院完成两例人工耳蜗植入术，为两位严重听障者回归有声世界迈出最坚实的一步……

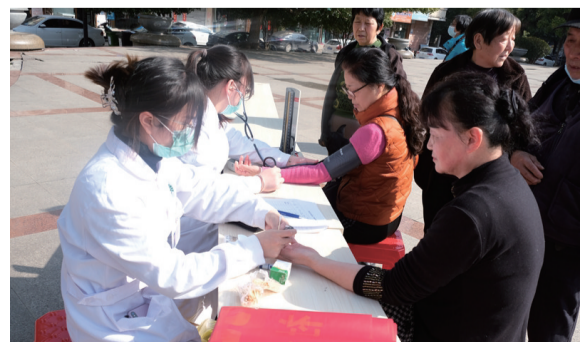
今年49岁的黄女士在40年前因车祸肌注链霉素后出现听力下降，同时伴有耳鸣，并渐进性加重，后逐渐双耳全聋，期间求治于全国多所医院耳鼻喉科，未见明显改善，从此生活在无声的世界里，平时交流只能靠手语。27岁的王先生，左耳先天性耳聋，右耳渐进性听力下降伴耳鸣15年，目前双耳全聋，曾试佩戴助听器，但效果不佳，目前无法正常交流。

以上两位患者以“极重度感音神经性耳聋(双耳)”求治于安徽省中医院耳鼻喉科，该科组织相关专家对两例患者的病情进行了讨论并认真分析，最终根据患者的相关检查结果，决定为两位患者实行人工耳蜗植入术。

人工耳蜗植入是目前重度听力障碍患者重建听力和言语的唯一手段。它是通过手术的方式，将人工耳蜗电极植入到内耳耳蜗中，手术风险高、技术含量高、难度较大。

“人工耳蜗是一种电子装置，由体外言语处理器将声音转换为一定编码形式的电信号，通过植入体内的电极系统直接兴奋听神经来恢复、提高及重建聋人的听觉功能。”安徽省中医院耳鼻喉科经治医生朱玲副主任医师介绍说：“说简单点，人工耳蜗就是把声音信号转化为电信号直接刺激听神经使人产生听觉。“它可以使大部分患耳疾丧失听力的人重获听觉。”

朱玲特别提醒，一般人工耳蜗植入患者术后恢复顺利的话，一周拆除伤口缝线后即可出院，一个月后开机调试，正常者即可获得听力反应，再经过语言康复、调机等方式，就可以获得语言能力，人工耳蜗植入术后的言语康复训练至关重要。人工耳蜗可分为体内植入部分和体外言语处理器，主要通过体外言语处理器将声音信号转换为电信号刺激产生神经反应而发生作用。理论上，神经传导通路正常的耳聋患者通过耳蜗手术，均能获得较好的听力反应，再经过言语康复训练，可获得良好说话能力。



日前，合肥市望湖街道卫塘社区开展“学习雷锋好榜样，红焰传递正能量”主题活动，向居民提供义诊、义剪等志愿服务。

张静 罗薇 刘翰林 记者 马冰璐 文/图

乳腺癌的病因

读者：乳腺癌是由什么原因引起的？

沈磊：病因尚不能完全确定，遗传因素、饮食因素、外界理化因素以及某些乳房良性疾病与乳癌的发生有一定关系。已知的几种诱发乳腺癌的主要因素：年龄：发病率随着年龄的增长而上升，45~50岁发病较高，绝经后发病率继续上升，到70岁左右达最高峰。遗传因素：家族中有一级或二级亲属在50岁之前患乳腺癌或卵巢癌。月经初潮小于12岁或行经大于42年的女性危险性增加，未生育或初产年龄大于35岁的危险性升高。虽生育但极少哺乳或未哺乳的，患乳腺癌的危险性也会增加。绝经后补充雌激素：在更年期长期服用雌激素会增加乳腺癌的危险性。食物：尤其是高脂、高糖饮食，可以增加乳腺癌的危险性。肥胖也是绝经后妇女发生乳腺癌的危险因素。此外，还有胸部放射史、口服避孕药、饮酒吸烟等。

患上乳腺增生症并不一定会发生乳腺癌

读者：乳腺增生会导致乳腺癌吗？

沈磊：乳腺增生症是指由于各种原因引起的内分泌激素代谢失衡，雌激素水平增高，导致患者出现乳腺肿块、乳房周期性疼痛症状。有不少女性体检时发现乳腺增生，它虽然属于良性疾病，但仍有癌变的可能性，所以要多加警惕，不过无需过于担心，因为癌变的概率很小，患上乳腺增生症并不一定会发生乳腺癌，要及时改正不良生活习惯、戒烟戒酒、避免熬夜，合理饮食、防止肥胖，规律作息，定期进行乳房检查。

乳腺癌早期症状

读者：乳腺癌早期有什么症状？

沈磊：最早的表现是患乳出现单发的、无痛性并呈进行性生长的小肿块。肿块位于外上象限最多见，其次是乳头、乳晕区和内上象限。因多无自觉症状，肿块常是病人在无意中(如洗澡、更衣)发现的。少数病人可有不同程度的触痛或刺激和乳头溢液。肿块

健康提醒

单方精油需配合基础油、护肤品一起用

星报讯(记者 马冰璐) 精油不仅可以熏香和护肤，还有一定的药用价值。合肥市第一人民医院集团医院医学美容分院高级美容师胡美芳提醒，当使用精油护肤时，正常健康的皮肤是不可以直接用单方精油涂抹在脸上的，需要配合基础油、护肤品一起使用。

例如单方精油茶树精油，可以治疗肌肤轻微的烧伤，涂抹在伤口处，能加速愈合伤口且不易留疤；薰衣草精油有助于安神，泡牛奶浴时加上几滴精油，能改

善皮肤的湿疹症状。薄荷精油有提神的作用，在屋里扩香器内滴上三四滴，整个房间顿时清香四溢。

关于护肤的步骤，美容专家建议，加一道程序进行二次清洁，更有助于面部的深层清洁和护肤品的吸收。“用过洗面奶后，涂抹护肤品之前，用爽肤水浸湿化妆棉或棉柔巾将脸擦拭一遍，这就是二次清洁。”完成二次清洁之后，开始涂抹护肤品，按照人体肌肤吸收的顺序，应为水、油、啫喱、乳、霜。