

“乳”此自信 从乳腺危机到美丽重塑

乳腺癌如今已成为威胁女性健康的头号疾病，给众多女性带来沉重的身心压力。武进人民医院南院特开设乳腺美容门诊，不仅助力患者实现外观蜕变，更让她们在心灵深处重筑自信，迎来幸福新生。

典型病例

新辅治疗显效 重建手术塑美

陈女士因“发现右乳肿块 1 月，红肿 1 周”前往武进人民医院就诊。当时，她右乳肿胀，乳房内侧皮肤大范围红肿，右乳外侧可触及约“拳头”大小的肿块，质地较硬，右腋下还能摸到约“鹌鹑蛋”大小的肿大淋巴结。

武进人民医院乳腺外科副主任蒋丽详细了解陈女士的病情后，建议其立即住院治疗。入院后，陈女士接受穿刺活检，病理结果明确为右乳浸润性癌且伴有淋巴结转移。鉴于陈女士肿瘤较大且有淋巴结转移，蒋丽依据其肿瘤分型，为她量身制定了个性化治疗方案——新辅助治疗，新辅助治疗是在手术前进行的抗肿瘤治疗，旨

在缩小肿瘤、降低分期。第一个疗程后，陈女士明显感觉到皮肤红肿消退，右乳肿块及右侧腋窝淋巴结明显缩小，完成整疗程后，她的右乳外观已与左乳基本无异，肿瘤及淋巴结均触及不清。

陈女士对新辅助治疗效果满意，很快便到了决定手术方案的阶段。乳房作为女性气质和美丽的象征，极大地影响着女性的自我认同和社会评价。术前，陈女士明确表达了对术后美观的强烈期盼。然而，治疗前她乳房红肿范围较广，肿瘤较大，肿大淋巴结较多，实施保乳手术存在一定风险，蒋丽与她充分沟通后，决定进行右乳癌改良根治术 + 乳房假体置入一期重建术。手术尽可能切除既往红肿范围，清扫腋窝淋巴结，并置入合适大小的假体，以维持患者的形体外观。手术进展顺利，患者一周后出院，脸上洋溢着轻松的笑容，生活重新步入正轨。

专家提醒

近年来，乳腺癌的发病率持续升高，且年轻化趋势越来越明显。

乳腺癌有哪些症状

一、常见症状：1.无痛性乳房肿块：质地硬、边缘不规则、活动度差。2.乳房皮肤改变：橘

专家名片



皮样变、局部凹陷或皱缩、红肿溃疡等。3.乳头异常：乳头内陷、乳头溢液（血性、咖啡色液体）、乳头糜烂等。4.腋窝淋巴结肿大。

二、特殊类型乳腺癌的症状：1.炎性乳腺癌：乳房红肿、发热、触痛，类似乳腺炎，但抗生素治疗无效。皮肤增厚呈“橘皮样”，进展迅速，易误诊。2.隐匿性乳腺癌：乳房无明显肿块，以腋窝淋巴结肿大为首发表现。

乳腺癌如何治疗

乳腺癌的治疗需根据肿瘤分期、分子分型、患者年龄及

整体健康状况制定个体化方案，强调多学科协作（MDT）的综合治疗模式。包括以下几方面：

手术治疗：包含保乳手术、乳房切除术、乳房重建术。

放射治疗：巩固手术效果。系统药物治疗：包含化学治疗、靶向治疗、内分泌治疗、免疫治疗等。

乳腺癌如何预防

一级预防：健康生活方式；

二级预防：早筛早诊；

三级预防：规范治疗。

专病门诊介绍

沈伟娟 武进人民医院乳腺外科主任、主任医师、硕士研究生。江苏省中西医结合学会乳腺分会委员，常州市抗癌协会乳腺癌专业委员会委员，长期从事乳腺科临床一线工作，曾至上海肿瘤医院乳腺中心、上海海军医科大学附属长征医院进修学习。拥有江苏省医疗美容主诊医师证，在乳腺美容整形和乳腺癌术后重建乳房的手术方面积累了丰富的经验。近年来开展多项新技术、新项目，在全国核心期刊上发表多篇乳腺相关文章。

武进人民医院乳腺美容门诊是专注于乳腺相关美容与治疗的医疗门诊，多位医师拥有江苏省美容主诊医师资格证，多次于上海市第九人民医院、上海市长征医院进修美容外科，有实力强大的外科医师团队、麻醉师团队和细致专业的术后护理团队。融合乳腺外科与美容整形技术，能开展假体隆胸手术、乳房下垂上提术、大乳房缩小术、乳头凹陷整形修复术、乳腺癌术后乳房重建再造术、男性乳房发育矫正手术、脂肪抽吸填充丰胸术等项目。

(武医宣)

专家培训助力 家庭药师服务升级

3 月 25 日下午，礼嘉镇卫生院邀请武进人民医院药剂科副主任药师李俊、主管药师范伟伟，为礼嘉镇卫生院药剂科药师们开展了一场专业的培训指导。

培训以专家授课和互动交流的形式展开，深入探讨了基层家庭药师在日常服务中遇到的问题及其解决方案。范伟伟特别针对基层用药需求，带来了关于常见慢性病

用药管理的精彩课程。他结合最新的医疗指南，深入浅出地讲解了慢性病用药的注意事项以及新型药物的相关知识。

在培训过程中，武进人民医院专家们与该院药剂科药师们共同探讨了如何在 2025 年进一步提升家庭药师服务的质量和效率，为即将到来的“家庭药师进万家活动”奠定了坚实的基础。

(徐丹)

两院联动 肺癌早筛筑牢健康防线

3 月 27 日下午，在紧密型医共体建设推动下，为有效防控肺癌这一健康“杀手”，武进人民医院与武进第五人民医院紧密协作，启动了肺结节高危人群肺癌早筛项目。

武进人民医院作为区域医共体的牵头单位，胸外科拥有雄厚的医疗技术实力和丰富的临床经验。武进第五人民医院作为基层医疗单位，

将全力配合，确保项目顺利实施，为降低本地区肺癌发病率和死亡率作出积极贡献。

为确保筛查工作的科学性和精准性，两院在筹备阶段做了充分准备。对医护人员进行专业培训，掌握最新的肺癌筛查技术和诊断标准，组建了一支专业的早筛团队。同时，还计划通过社区宣传、健康讲座等形式，提高居民对肺癌早筛的认知度。

(王函)

“春捂”要捂到什么时候？医生建议来了

春季气温回暖，但早晚仍比较冷，昼夜温差明显，多地还可能遭遇“倒春寒”，容易让血管吃不消，增加心血管事件风险。俗话说“春捂秋冻，不生杂病”，“春捂”要怎么“捂”呢？

为什么建议你“春捂”？

首都医科大学附属北京积水潭医院心血管内科主任医师王佐岩表示，春季气温起伏属于正常现象，但这可能会激活人体交感神经系统，导致血管痉挛、血压剧烈波动，增加心绞痛、急性心梗及脑卒中的风险。再加上春季呼吸道感染疾病高发，心血管疾病患者一旦患病，可发生炎症反应，加重心脏负担，诱发心力衰竭。

临床观察显示，高血压或糖尿病患者、老年人、有冠心病或脑卒中病史者，受血管弹性下降、基础疾病影响，对温度变化的耐受能力差，更需重视“春捂”。

心血管不好，“捂”到清明前后

王佐岩建议，“春捂”应



持续至气温稳定在 15℃ 以上，且昼夜温差小于 8℃ 时。也就是说，大家最好视气温“捂”到清明前后，心血管疾病患者尤其要注意。

如果日平均气温在 15℃ 以下，或昼夜温差大于 8℃，最好不要脱棉衣；中午气温在 10℃ 以上时，可以适当减衣。

如果“捂”时不觉得咽喉燥热、身体冒汗，即便气温稍高于 15℃，也不必急着脱衣服。如果觉得“捂”了身体出汗，则要早点换装，不然“捂”出了汗，被风一吹反而容易着凉。

“春捂”并不是简单的多穿

“春捂”并非盲目多穿衣服，而是通过合理调节体温，减少寒冷刺激对心血管系统的

冲击，重点要保护颈部、头部、腹部及下肢。早春最实用的穿衣法是“洋葱式”层叠穿搭：

内层：选择柔软、透气吸汗的棉质或保暖内衣或者秋衣。

中层：穿毛衣、卫衣等。

外层：选择一件轻薄的夹克或者风衣或马甲。

这样搭配，既能抵挡早春凉风，又方便根据温度随时增减。另外，还可以遵循“三层穿衣法则”，即内层排汗、中层保暖、外层防风。穿着可根据气温、湿度、风力以及个人体质和活动量等因素来调整。

(央视新闻)

