

建议广大女性,家中姐妹或直系亲属有乳腺癌和卵巢癌者勿掉以轻心,提早进行基因筛查,定期体检防患于未然。首选乳腺超声,必要时再做钼靶检查。

——CSCO 副理事长、
江苏省人民医院副院长 殷咏梅教授

肺癌高居我国女性肿瘤患者发病和死亡率首位。厨房油烟污染是诱发女性肺癌的重要因素之一,长期接触油烟的女性,从今天开始做好防护、降低炒菜温度。

——CSCO 副理事长、
吉林省癌症中心主任 程颖教授

路瑾教授



金晶教授

殷咏梅教授

程颖教授

放疗是有效的肿瘤治疗手段之一,得了肿瘤一定不能惧怕放疗,因为如今的放疗已越来越精准,并且放疗除了直接消灭肿瘤,还能释放肿瘤抗原,让其他治疗手段更容易识别肿瘤,起到1+1>2的效果。

——中国医学科学院肿瘤医院放疗科主任
金晶教授

3月是一年一度的“国际骨髓瘤关爱月”,我国多发性骨髓瘤患者发病率呈逐年增高趋势。多发性骨髓瘤高发于老年群体,常造成骨髓、骨骼、肾脏等相关器官的损害。

——北京大学人民医院血液科 路瑾教授

女性肿瘤骨转移 防患于未然

▲首都医科大学附属北京积水潭医院骨与软组织肿瘤诊疗研究中心 牛晓辉



牛晓辉教授

在全球范围内,乳腺癌已成为女性最常见的恶性肿瘤之一,而妇科肿瘤(包括子宫、卵巢等部位的肿瘤)也对女性的健康构成了严重威胁。这些肿瘤不仅在初期给患者的身体和心理带来负担,其转移,尤其是骨转移,更是加剧了治疗的复杂性和挑战性。值此“三·八国际妇女节”到来之际,《医师报》特邀北京积水潭医院骨与软组织肿瘤诊疗研究中心主任牛晓辉教授,带来乳腺癌与妇科肿瘤骨转移的防治知识,帮助和肿瘤作斗争的女性朋友增强防护意识,提早采取预防措施。

女性恶性肿瘤早发现最重要

乳腺癌与妇科肿瘤,作为女性健康的两大威胁,其早期诊断与治疗至关重要。乳腺癌初期往往不易被发现,因为它起始于乳腺腺体组织内部,早期症状不明显,可能只是一个小肿块,没有疼痛或其他直观感觉。随着肿瘤的增长,可能会出现乳头内陷、乳腺皮肤颜色、质地变化或者出现橘皮样外观。

对于妇科肿瘤,如子宫内膜癌和卵巢癌,它们在初期可能仅表现

为轻微的不规则出血或腹部轻微不适,这些症状容易被忽略或误诊为其他妇科常见疾病。特别是卵巢癌,因为早期几乎无症状,被称为“沉默的杀手”。

因此,提高认识,加强早期筛查与自我检查的意识,对于预防和早期发现乳腺癌与妇科肿瘤至关重要。女性应定期进行乳腺和妇科体检,特别是那些有家族遗传史的人群,更应该警惕并采取早期筛查措施。

痛是肿瘤骨转移最常见表现

骨转移是一种常见的恶性肿瘤晚期表现,特别是对于乳腺癌和妇科肿瘤患者,其发生率较高。这一过程发生时,原发肿瘤的癌细胞脱离原位,通过血液或淋巴系统迁移到骨骼,最终在骨骼中形成新的肿瘤灶。

骨转移主要影响身体的承重部位,如脊柱、骨盆、肋骨和长骨等,因此早期的症状往往表现为持续性的、渐进性的骨痛,随着病情的进展,疼痛可能会变得更加剧烈,甚至影响到患者的行动能力。

除了疼痛外,骨转移

还可能导致骨质疏松、骨折和高钙血症等并发症,这些问题都会严重影响患者的生活质量。骨转移的疼痛可能因体位改变而加剧,尤其是在夜间或休息时更为明显。

在某些情况下,患者可能在没有明显外伤的情况下出现骨折,这是因为转移癌细胞破坏了正常骨组织,降低了骨的承重能力。

对于乳腺癌和妇科肿瘤患者而言,了解骨转移的基本知识,关注身体变化,定期进行体检,对于早期发现和治疗骨转移,预防疾病不良影响至关重要。

三建议延缓骨转移

预防和早期发现骨转移对于乳腺癌和妇科肿瘤患者尤为重要。骨转移是这些肿瘤的晚期并发症之一,可以通过影像学检查如X光片、CT扫描、MRI或骨扫描来诊断和早期识别骨转移的迹象。及时的治疗,包括放疗、药物治疗或手术干预,可以有效缓解症状,控制病情进展,从而提高患者的生活质量。

建议 1

首先,维持健康的生活方式是预防骨转移的关键。适度的体育活动有助于增强骨骼的密度和强度,从而降低发生骨转移的风险。此外,均衡的饮食也很重要,摄入足够的钙和维生素D可以增强骨骼健康,提高生活质量。

建议 2

定期进行全面的身体检查也是预防和早期发现骨转移的关键。对于乳腺癌和妇科肿瘤患者,定期进行骨密度检查和骨扫描有助于及早发现骨转移的迹象。症状是非常重要的,任何持续性的骨痛或不适应引起警觉,及时就医进行进一步的检查和评估。

建议 3

此外,对于已经确诊患有乳腺癌或妇科肿瘤的患者,及时治疗原发肿瘤也是预防骨转移的重要措施。通过有效的治疗控制原发肿瘤的生长和扩散,可以减少骨转移的风险。

总结

乳腺癌和妇科肿瘤一直是威胁女性健康的主要疾病。通过增强公众的健康意识,提倡健康的生活方式,定期进行专业检查,可以大大降低这些疾病的发病率和死亡率。

对于已经发生骨转移的患者,综合治疗和多学科团队合作是提高治疗效果、改善生活质量的关键。希望通过本文的科普,能够帮助更多的女性朋友了解乳腺癌和妇科肿瘤骨转移的防治知识,共同为女性健康护航。

乳腺是女性美的标志,乳腺疾病是发病率第一的女性恶性肿瘤。3月8日,海军军医大学第一附属医院(上海长海医院)甲乳科主任李恒宇教授为《医师报》直播间的观众带来一场名为《结节&癌?乳腺上的事儿别慌!》的轻科普。

医师报 OETV

WOMEN'S DAY
3.8 女神节

《医师报》三八妇女节特别策划
呵护健康 美丽绽放

李恒宇教授
海军军医大学第一附属医院
(上海长海医院)甲乳科



王丽娜
《医师报》主编助理



扫一扫
观看直播精彩内容



扫一扫
关联阅读全文