

不在哺乳期，为何也会得乳腺炎

专家解读:30~39岁女性高发,极易与乳腺癌混淆



中医考病

提起乳腺炎,很多人第一反应是:“那不是哺乳期宝妈才会得的病吗?”然而,有一类乳腺炎却偏偏“盯”上非哺乳期女性,好发于30至39岁。它病程迁延反复,极易被误诊为乳腺癌。虽然并非恶性肿瘤,却会反复形成脓肿、窦道和溃疡,严重损伤乳房外形,让无数女性陷入“假癌”的恐慌与焦虑之中。

本期《中医考病》,我们特邀江苏省名中医、江苏省中医院乳腺外科主任中医师卞卫和,她提到,非哺乳期乳腺炎表面看是局部发炎,其实是全身疾病的局部表现。治疗上讲究“标本兼顾、内外合治”,不只看“病”,更看“人”。 扬子晚报/紫牛新闻记者 万惠娟

育龄女性高发,多重因素诱发

前不久,宝妈小何(化姓)被刚满三岁的儿子狠狠撞到右胸。起初感到疼痛,但她并没有重视。随后两天,她开始发烧,右胸出现明显硬块,并伴有持续剧痛,这才慌了神。入院B超检查显示,硬块在短短一周内便从1厘米猛增至4厘米。医生判断,这极有可能是产后女性高发的“非哺乳期乳腺炎”。经过手术排出大量脓性分泌物后,小何的疼痛感显著缓解,几天后乳房红肿也明显消退。术后病理结果提示为“肉芽肿性乳腺炎”。

究竟什么是非哺乳期乳腺炎?卞卫和介绍,它是指发生在女性非哺乳期、病因尚不明确的一种良性、非特异性炎症性疾病,主要包括浆细胞性乳腺炎和肉芽肿性小叶性乳腺炎两种类型。两者临床表现相似,早期较难区分,均以乳房疼痛、肿块为主要症状,后期则常形成脓肿、窦道,且经久不愈。该病好发于30至39岁的育龄期女性,且常在断奶后一两年内发病。

目前,现代医学尚未完全明确非哺乳期乳腺炎的具体病因,普遍认为它是多重因素共同作用的结果。内在因素包括先天乳头凹陷、乳管畸形、乳管

堵塞、自身免疫功能紊乱及高泌乳素血症等;外在诱因也有很多,如乳房外伤、不当的局部按摩挤压、长期熬夜劳累、饮食不节、情绪失调等,均可诱发或加重病情。

中医则认为,本病属“本虚标实”,与肝、脾、肾三脏关系密切。简单来说,有的人天生乳头内陷,加上平时易生气、心情压抑,导致身体里的“气”和“血”堵住了,不通畅;有的人是因为脾胃虚弱,体内产生过多“湿气”和“痰”,这些东西堵在乳房经络里,时间长了就结成硬块;还有人饮食不节制,伤了脾胃,脾胃没法正常运化水分和营养,水湿变成痰,痰和瘀血搅在一起,也形成肿块;或因为内分泌失调、月经不规律,导致乳房经络运行失常,慢慢也长出结块。

擅长“伪装”,极易与乳腺癌混淆

“非哺乳期乳腺炎虽然表现类似癌症,但并非恶性肿瘤。”卞卫和提到,非哺乳期乳腺炎在肿块期,其肿块质地较硬,疼痛不明显,边界模糊,单纯依靠触诊难以与乳腺癌鉴别。

临床上有哪些线索可供参考?卞卫和解释,非哺乳期乳腺炎常伴有乳头凹陷或溢液,起

病急骤,肿块数日内可迅速增大,挤压乳头时偶有粉刺或油脂样分泌物,肿块虽大,但与胸壁无明显粘连。而乳腺癌肿块虽生长也较快,但相对稍缓,质地坚硬,晚期易与胸壁固定。当然,最可靠的鉴别方法仍是穿刺活检,通过取组织进行病理检查,以明确诊断。“如果按照非哺乳期乳腺炎治疗一段时间后效果不佳,则应考虑手术切除,多点取材送病理检查,以彻底排除乳腺癌的可能。”她提醒道。

“非哺乳期乳腺炎虽然叫‘炎’,但与我们常说的‘感染发炎’完全不是一回事。”卞主任进一步解释,急性乳腺炎多由金黄色葡萄球菌感染引起,常见于哺乳期,表现为乳房红肿热痛,伴发热、白细胞升高等全身症状,易于消散、化脓破溃,也易于愈合。而非哺乳期乳腺炎在早期皮肤不红不热,甚至无明显疼痛,即便破溃,也仅为偶发的潮红灼热,与急性炎症典型的“红、肿、热、痛”完全不一样。它的特点是肿块难消退,化脓难破口,破了也难长好。

根据个体体质外治内调,兼顾保乳

“现代医学多采用激素、抗生素或手术治疗,但不少患者

专家名片

卞卫和,江苏省中医院乳腺外科创始人,首任科主任。主任中医师、二级岗专家。江苏省名中医,江苏省有突出贡献的中青年专家。擅长乳腺癌的中西医结合诊治,乳腺增生病、浆细胞性乳腺炎的中医诊治。尤其对乳腺癌的诊治,精通中西医两方面的理论,熟悉国内外乳腺癌的前沿进展,在正确、规范执行乳腺癌诊疗指南的同时,将中医药治疗贯穿于乳腺癌综合治疗的全过程。在非哺乳期乳腺炎方面提出了寒温并用、标本兼顾、内外合治的治则,尤其在外治方面,发挥中医非药物治疗的传统优势。

对这些疗法接受程度有限。”卞卫和称,中医强调辨证施治,依据病因、分期及个体体质,制定个体化方案。总的原则是,未破溃者以内治为主,已破溃者内外结合。内服中药治法繁多,如疏肝理气、调补冲任、活血软坚、温阳化痰、扶正解毒等,均可根据具体证型选方用药。临床上,许多患者在肿块消散的同时,伴随的月经紊乱、痛经、乳腺增生等问题也一并得到改善,这正是中医整体调理优势的体现。

在外治方面,中医同样独具特色。非哺乳期乳腺炎肿块坚硬难消,溃后创面形态各异:有的肉芽水肿,有的深部空腔,有的流脓不止,有的形成复杂窦道,常规换药往往难以奏效。中医会根据疮面的不同情况,灵活运用膏药贴敷、药捻引流、刮匙搔刮、洞式清创等传统方法,综合促进创面修复。“这些方法痛苦小、创伤小、疗程短,且能最大程度保留乳房的外形。”卞卫和总结。

最后,日常生活中应如何预防?专家建议不熬夜、不生气、不乱吃。饮食宜清淡,注意高蛋白、低脂肪,少食辛辣刺激之物。同时也要注意,过度忌口可能导致营养不良,从而影响创面愈合。休息好、情绪好、营养合理,才能让身体更快康复。

“半小时呕吐15次”刘璇中招耳石症

近日,奥运冠军刘璇发布视频自曝患耳石症,称“录完节目回家,突然剧烈眩晕,不到半小时就吐了15次,误以为是肠胃炎,就医后大夫只用了30秒就确诊耳石症。”这则消息引发不少网友关注。耳石症是怎么回事?发作后又该怎么办?记者为此采访了东南大学附属中大医院耳鼻喉头颈外科主治医师蔡文君。

蔡文君介绍,耳石是人体重要的平衡感知器官。内耳的耳石主要成分为碳酸钙结晶,和日常所见石头成分相近,附着在前庭系统的椭圆囊、球囊内,外观如同细沙,由囊斑上的糖蛋白包裹固定。它负责感知头部重力与直线加速变化,维系人体站立平衡。

“健康状态下,内耳耳石的合成、分解维持动态平衡,内淋巴液中不会游离多余结晶,一旦平衡被打破,耳石脱落就会诱发耳石症。”蔡文君说,脱落的耳石会滑入相邻半规管,头部变换姿势时,耳石受重力在管内滚动,刺激前庭产生强烈眩晕。如果保持头部不动,耳石沉降至半规管最低处停止滑动,眩晕感也会快速消退,这种病症医学上称为“良性阵发性位置性眩晕”。

如何初步判断眩晕是否由耳石症引发?蔡文君总结了三点:症状主要为天旋地转的眩晕,发作时间短暂,一般不超过1分钟;眩晕发作与头位变动有关,比如躺下、起床、抬头或蹲下低头时发作;大部分患者眩晕发作与床有关,在床上起床、躺下、左右翻身时发作。专家提醒,出现这些典型症状,优先挂眩晕专病门诊,若医院未单独开设眩晕专病门诊,直接前往耳鼻咽喉头颈外科就诊。

蔡文君介绍,耳石症首选复位治疗,也是最有效治疗手段,有效率在90%以上。部分患者复位后仍残留轻微头昏沉感,属于耳石复位残余头晕,此时耳石已复位到位,无需过度焦虑,适度下地走动,可加速前庭功能恢复。

“日常做好防护,能减少耳石脱落概率。”专家建议,作息要规律,杜绝熬夜、过度劳累,缓解焦虑紧张情绪;规范管控高血压、糖尿病等基础病,避免内耳末梢循环供血不足;重点补充钙质,骨质疏松老年人群、更年期女性需格外重视。蔡文君强调,出现反复体位性眩晕时,切勿自行用药或居家尝试复位,建议第一时间就诊。

通讯员 蔡逸秋
扬子晚报/紫牛新闻记者 万惠娟

大夏天,腰椎病人穿着棉裤来求医

中医“治筋+铺灸”:一针解痛,一铺除寒

高温、湿热,没走几步,浑身湿漉漉的。但是南京“谭氏筋伤”,却来了几位穿着棉裤、围着围巾来看病的患者!“空调冷气直往骨头里钻,公交、地铁不敢坐,只能骑着电动车四处求医,穿着棉裤都冷,全是腰椎病害的!”

不敢吹空调,腰椎病人穿着棉裤来求医

有这样的病例:腰椎病10多年,隔三差五就是腰痛腿胀腿麻,每次针灸或吃药就能减轻。最近2年,突然感觉症状加重了,除了腰痛腿胀的厉害外,两条腿也开始发胀发麻,不能久站,走路无力;每年7、8月份,老人上半身大汗淋漓,下

半身两条腿却“冷”如冰,穿着厚厚的棉裤,一身“冰火两重天”。

上海中医药大学余安胜教授“手诊”检查发现,老人腰部存在大量的“筋索、筋结”,卡压严重,气血循环不畅,导致双腿“寒凉”,当务之急是“治筋”。果然一段时间治疗后老人的疼痛、跛行、怕冷等状况都改善。

无独有偶的是,一位患者长期颈椎病,偶有头晕,近几年开始长期胳膊酸疼、发麻、无力,一吹空调肩膀连抬都抬不起来,每天只能围着围巾、穿着厚外套上班。最近通过“治筋”辅以中医铺灸,不仅颈肩部疼痛缓解,畏寒症状也迎刃而解了。

中医治“深筋”,5分钟“烧掉”颈肩腰腿痛

余安胜表示,大部分颈肩腰腿痛其实是“筋”出了问题。很多颈肩腰腿痛想起治疗的时候已经是“深筋”出了问题。但是临床发现,“筋伤”不“治透”很容易造成久治不愈、反复发作等问题。

这里创新性地提出了“分层治筋”理论,开辟了颈肩腰腿痛新时代:对于“浅筋”采用定向透皮给药,达到“药透病所”;对于难以治透的“深筋”采用高频电火花治疗,就像钻地弹一样,直接穿透深层的筋经,突破粘连的软组织,营养神经根。

“以热逼寒”,一针解痛、一铺除寒

最近,“谭氏筋伤”接诊了不少怕冷、阴雨天加重、三伏天不敢吹空调等虚寒类颈肩腰腿痛患者。余教授提醒,高温时节毛孔舒张,血液循环快,利于药物吸收,采用高频电火花配合三伏贴等系统治疗,能温阳驱寒,活血化瘀,可以加速康复。

余教授强调,通过高频电火花“治筋”解决“筋伤”根源,配合以特色铺灸温阳驱寒,活血化瘀,解决寒症问题。对于“反复发作、久治不愈、术后复发”的颈肩腰腿痛患者,“一针解痛、一铺除寒”和筋伤导引成功实现了“治得好、防得住”。 赵雷

南京建邺易可中医门诊

诊疗范围:中医科
咨询电话:025-84506642
地址:集庆门大街11号(集庆门大桥西公交站旁)
苏(中)医广(2026)第01-04-3201-0002号(广告)