

乳腺癌

您的最佳癌症治疗指南



关于本指南

被告知患有或可能患有乳腺癌可能会让您难以承受。很多事情突如其来，因此您可能会有很多疑问。此资源有助于指导您本人和您的亲友度过这个过程。

信息与支持服务

Cancer Council: 如需获得信息及支持服务，请致电 **13 11 20** 与癌症协会联系，咨询有经验的医护专业人员，或浏览网站：www.cancer.org.au

有关乳腺癌的更多信息，请在当地癌症协会的网站上查看由癌症协会制作的《了解乳腺癌》小册子。

Breast Cancer Network Australia: 如需获得有关乳腺癌和病患支持服务的更多信息，请浏览网站：www.bcna.org.au

McGrath: 如需查找乳房护理专科护士，请浏览网站：www.mcgrathfoundation.com.au

Translating and Interpreting Service (TIS - 口笔译服务处): 如需翻译服务，请致电 **13 14 50** 或浏览网站：www.tisnational.gov.au

乳腺癌的症状可能包括乳房形状或大小的变化、新的肿块或结块形成、发红、皮肤增厚或凹陷、持续不断的乳房异常疼痛或乳头的变化，如出现分泌物，发红和内陷。

您的家庭医生 (GP) 会检查您的腋窝是否有肿块。

您可能需要做的初步检测

身体检查。 您的家庭医生会检查您的乳房外观、触感和形状。

乳房 X 光检查。 乳房 X 光检查的一种。把双乳分别压在两块 X 光板之间进行拍照。乳房 X 光检查可以显示出小到感觉不到的变化。

超声波检查。 利用声波来拍摄乳房和/或腋窝的照片。

活体组织检查。 用针头抽取少量乳房组织样本，然后用显微镜化验。

转诊

如果您的家庭医生担心您的状况，将会把您转介到公立医院或私人诊所的乳癌专科，为您做进一步的检测。乳癌专科医生是在乳癌专科方面受过高水平培训的医生。

如需查找乳房外科医生，可浏览网站：

www.breastsurganz.org



您可以带家人或朋友一起前去就诊。



时间表

您应在转诊后的**两周内**获得专科医生约诊。

如果您无法在此时间内获得预约，请联系您的全科医生。



您可能想问的问题

- 我可以选择去公立医院还是私人诊所吗？
- 我可以选择我要看的专科医生吗？
- 约诊费用是多少？

初步检查和转诊

症状

有时乳腺癌患者没有任何症状。

部分乳腺癌病例是在对年龄介于 50 至 74 岁的女性进行定期乳腺癌筛查 (乳房 X 光检查) 时发现的。

诊断与分期

如果您有乳腺癌（已确诊）或怀疑患癌，专科医生可能会做以下检查。如果您已经做过其中一项或多项检查，专科医生可能会再为您做一次。

您可能需要接受一项或多项检测：

乳房 X 光检查。

超声波检查。

活体组织检查。

磁共振成像（MRI）。一种使用强力磁体和无线电波的扫描方法，可获得乳房的详细图像，对一些患有乳腺癌的女性很有用。

分期指的是专科医生做更多的检查，以确定癌症在您体内的确切位置，是否在生长或已扩散，以及处于什么阶段。不推荐对大多数早期乳腺癌患者进行常规分期。



时间表

检查结果应该在**两周内**出来。



您可能想问的问题

- 什么是乳腺癌？
- 我需要做什么检查？
- 检查/约诊的费用是多少？
- 我应该在哪里接受治疗？我可以选择吗？
- 我的癌症属于哪一期？
- 我可以获得什么支持服务？
- 如何获得乳房护理专科护士（Breast Care Nurse）的服务？

治疗

治疗乳腺癌有几种方法。您的专科医生会与您讨论治疗方案。

您将接受专家组的**治疗**，您可能需要不止一种治疗方法来获得最佳效果。治疗团队将与您本人和您的家人或照顾者一起制定治疗方案。

您可能会接受一种或多种**治疗**：

手术指的是把癌灶切除。对于早期乳腺癌患者，通常采取手术治疗方法。

保乳手术指的是只切除肿瘤及其周围的一小块区域。这种手术方法也被称为扩大局部切除术或部分乳房切除术。

如果触摸不到肿块，在手术当天或之前，放射科将通过超声波或乳房 X 光把导丝或其他标记物插入乳房，以协助外科医生找到非常小的乳腺癌灶。首先在乳房注射局部麻醉剂，这样您就不会有痛感。手术前通过乳房 X 光检查确定它在正确的位置。

乳房切除术指的是将乳房切除的手术。您如果接受乳房切除术，通常可选择直接进行乳房重建手术，也可选择以后再**做**，或者干脆不做。重建手术指的是外科医生重建乳房的手术。

淋巴结手术。腋下的一些淋巴结也可以被切除。这被称为前哨淋巴结活检或腋窝清扫。这可以查看癌症是否已经扩散到腋窝的淋巴结，并有助于做出治疗决定。

化学疗法指的是使用药物杀死癌细胞并阻止癌症发展。化疗可以在手术前后进行。

靶向疗法指的是使用药物来攻击癌细胞的特定特征，以阻止癌症生长。

内分泌疗法是激素治疗的一种。此疗法阻止您的身体产生某些激素，或者阻止激素在体内发挥作用。此法有助于缩小肿瘤的体积，减缓癌症扩散。您可能需要接受5年甚至更长时间的激素治疗。

放射疗法使用 X 射线杀死手术后可能残留在乳房和/或腋窝的癌细胞。对于早期乳腺癌患者，在保乳手术后通常建议进行放射治疗。医生有时会建议您在乳房切除术后进行放射治疗。

如需了解更多信息，请浏览网站：

www.cancer.org.au/cancer-information/treatment

也可以使用支持性照护（助您度过癌症病程的治疗或服务）。



时间表

如首先采用**化疗**，则应在治疗计划获得同意后**四周内**开始。

如首先采用**外科手术**，则应在治疗计划获得同意后**五周内**进行。



您可以要求家庭医生转介您去看另一位专科医生以获得第二诊疗意见。

淋巴水肿的风险

某些涉及乳房或腋下淋巴结的癌症治疗（通常为手术）可能会增加您患淋巴水肿（身体区域肿胀）的风险。专科医生应该会与您讨论这种风险，并安排适当的处理。

临床试验

您可能会被邀请参加临床试验。临床试验用于测试新的治疗方法是否安全，是否比目前的治疗方法更好。由于临床试验，许多癌症患者现在活得更长，生活质量更好。

如需了解更多信息，请浏览网站：

www.australiancancertrials.gov.au

辅助疗法

如果您正在使用或想要使用任何辅助疗法（包括服用维生素等的膳食补充剂），请告知您的医疗团队。像维生素这样常见的东西可能不适用于您的治疗。



您可能想问的问题

- 您建议什么治疗方法？
- 我要去哪里接受治疗？
- 治疗费用如何，以及我需要自付多少？
- 治疗期间和之后做什么活动/锻炼对我会有帮助？
- 我还可以工作吗？
- 治疗会如何影响我的日常生活？
- 我的治疗团队有什么成员以及谁是主要的联系人？
- 治疗会带来什么副作用？
- 我如果感到不适或有任何疑问，应与之谁联系？
- 治疗会影响我的生育能力吗？



有关费用的决定

您可能需要支付部分约诊、检查、药物、住宿、交通或停车的费用。

如需了解医保涵盖的项目以及自付的费用，请向您的家庭医生、专科医生或私人医疗保险公司（如果您有投保的话）查询。

您如果担心费用问题，请与治疗团队或社会工作者讨论：

- 使用医保转账付费（bulk-billed）或在公立医疗系统接受治疗
- 在治疗期间帮助安排住宿
- 治疗可能导致的对财务的影响。

您可以致电 **13 11 20** 与 Cancer Council 联系，向咨询医护专业人员有关财务援助的事宜。

如需了解有关费用的更多信息，请浏览网站：

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance

以及

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment

康复

癌症治疗可能会引起身体和情绪的变化。

后续照护计划

医疗团队将与您一起为您本人和您的家庭医生制定计划。该计划将解释：

- 治疗后的主要联系人是谁
- 应该多久体检一次，包括做哪些检查项目
- 了解和处理治疗的副作用
- 如果您怀疑癌症复发或病情恶化，应如何迅速获得帮助。
- 如何降低未来罹患乳腺癌的风险。

许多人都担心癌症会复发。专科医生和医疗团队将与您讨论您的需求，并可将您转介给其他医护专业人员和社区支持服务机构。

您可能得到的其他信息有：

- 需要注意的癌症复发的迹象和症状
- 治疗的后期效果和您需要看的专科医生
- 如何选择健康的生活方式，让您尽可能恢复和保持健康。

如需了解更多信息，请浏览网站：

www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment



您可能想问的问题

- 如果感到不适，应与谁联系？
- 我该怎么来做来尽可能保持健康？
- 在哪里可以得到更多的帮助？

癌症晚期的生活

如果癌症复发

即使经过治疗，癌症有时候也可能复发。它可能在相同的部位复发，也可能在身体的不同部位复发。

如果癌症复发，您可能会被转介至首次为您治疗的专科医生或医院，或转介至另一位专科医生。

治疗方法将取决于癌症扩散的程度、生长的速度以及您目前正在经历的症状。



您可能想问的问题

- 癌症在哪个部位，扩散了吗？
- 我的治疗方案有哪些？
- 这次治疗有效的几率有多大？
- 有临床试验可供我参加吗？
- 我还能从哪里获得支持服务？

预先护理计划

您的家庭医生或医疗团队会与您本人、您的家人及照顾者讨论未来的医疗方案和需求。

预先医疗指示

预先医疗指示有时也被称为生前遗嘱，是一份具有法律约束力的文件，让家人和医疗团队知道您想要或不想要的治疗和照护项目，以防您因身体不适而无法自己做出决定。如需了解更多信息，请浏览网站：www.advancecareplanning.org.au

姑息治疗

专科医生可能会将您转介至姑息治疗服务机构，但这未必意味着临终关怀。如今，如果人们患有癌症或癌症复发，可以更早地求助于这些服务机构。包括控制疼痛和症状在内的姑息治疗有助于提高您的生活质量。这种治疗可以在家中、医院或您选择的其他地点进行。

请咨询您的家庭医生或专科医生，也可以浏览网站：

www.palliativecare.org.au

做出治疗决定

您可能决定完全不接受治疗，或者只接受部分治疗以减少疼痛和不适。您可以与您的医护团队、家庭医生、家人或照顾者讨论您的决定。如需了解更多信息，请浏览网站：

www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment



您可能想问的问题

- 您能做些什么来减轻我的症状？
- 如果我的亲友在家照顾我，我还能够获得哪些额外的支持服务？
- 您能帮我向家人解释我的病情吗？
- 我的家人或照顾者可以得到什么支持？
- 可以转介我到社区支援服务机构吗？

免责声明：有关影响您健康的问题，一定要咨询医生。本指南旨在提供一般的介绍，并不能替代专业的医疗、法律或财务建议。医学及研究界正不断更新和修订有关癌症的信息。虽然采取了所有谨慎措施以确保发布信息准确性，但澳大利亚 Cancer Council Australia 及其成员不承担因使用或依赖上述信息而招致的任何伤害、损失或损害的任何责任。

2021 年 11 月出版。

该资源基于来自乳腺癌患者最佳治疗途径的信息（第 2 版），可在网站：www.cancer.org.au/OCP 查看。