

<<爱我乳房>>

图书基本信息

书名：<<爱我乳房>>

13位ISBN编号：9787810607391

10位ISBN编号：7810607391

出版时间：2008-1

出版时间：上海第二军医大学

作者：余建军,曹伟,周咸亮

页数：194

字数：168000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<爱我乳房>>

内容概要

本书由资深乳房疾病和保健领域的专家以问答形式从专业的角度解读相关知识。
将资深专科医生作为读者的私人健康顾问是编写本书的初衷。

本书所涉及的内容包括乳房的健康护理、就医指导，帮助读者深入了解相关疾病的诊断方法、治疗选择、风险和预后，以及病后恢复和防止再发（复发）等相关问题。

本书适于有一定认知能力的知识女性阅读。

<<爱我乳房>>

书籍目录

- 第一章 美丽一生、风险一生 第一节 一般知识 第二节 认识乳房 第三节 关心乳房发育 第二章 乳房的自检与养护手册 第一节 乳房的自检 第二节 乳房的养护 第三章 常见的乳房疾病 第一节 哪些乳房异常现象需向医生求助？
第二节 乳房常见的良性疾病 第三节 乳房的辅助检查手段 第四章 乳癌 第一节 乳癌的一般情况
第二节 乳癌的手术方法 第三节 如何选择乳癌手术方案？
第四节 如何选择乳癌的手术时机？
第五节 乳癌手术的常见并发症有哪些？
第六节 乳癌术后的辅助治疗 第七节 乳癌的复发与转移问题 第八节 乳癌手术后如何进行康复锻炼？
第九节 乳癌患者的心理治疗 第十节 乳癌患者如何合理安排饮食和生活？
- 第五章 女性乳房的整形与美容 第一节 乳房的整形与美容指的是什么？
第二节 乳房太大能变小吗？
第三节 乳房下垂能矫正吗？
第四节 乳房太小能变大吗？
第五节 隆胸手术 第六节 乳头整形

<<爱我乳房>>

章节摘录

第一章 美丽一生、风险一生 一、乳房的外观构成有哪些？

乳房的中心部位是乳头。

正常乳头呈筒状或圆锥状，两侧对称，表面呈粉红色或棕色。

乳头直径为0.8~1.5厘米，其上有许多小孔，为输乳管开口。

乳头周围皮肤色素沉着较深的环形区是乳晕，乳晕直径为3~5厘米，各年龄段其色泽也各异，青春期呈玫瑰红色，妊娠期、哺乳期色素沉着加深，呈深褐色且永不褪色。

乳房部的皮肤在腺体周围较厚，在乳头、乳晕处较薄，有时甚至可透过皮肤看到皮下浅静脉，乳晕上又有些小突起——乳晕腺（分泌油脂、保护娇嫩的乳头和乳晕）。

正常时乳头应突出于乳房并位于乳房的最高峰，也有先天性乳头内陷，它可进一步细分为可复出性和不可复出性。

可复出性者一般不影响哺乳，而不可复出者则影响哺乳且易反复发生感染。

日常生活中要注意乳头的清洁卫生，尽早纠正乳头内陷。

乳晕的皮肤较薄，易受伤，日常应注意保护。

乳晕皮脂腺阻塞可引起局部感染，表现为乳晕处出现肿大的颗粒样结节，伴有触痛、红肿甚至有脓头产生。

二、乳房的内部构成有哪些？

乳房内部结构是生理功能的主要组成部分，由腺体、导管、脂肪组织和纤维组织以及丰富的神经末梢、血管、淋巴网及结缔组织组成。

其内部结构有如一棵倒着生长的小树。

乳房腺体由15~20个腺叶组成，是乳房生理功能的主要部分。

每一腺叶分成若干个腺小叶，每一腺小叶又由10~100个腺泡组成。

这些腺泡紧密地排列在小乳管周围，腺泡的开口位于小乳管，多个小乳管汇集成小叶间乳管，多个小叶间乳管再进一步汇集成一根包含整个腺叶的乳腺导管，又名输乳管。

输乳管共有15~20根，以乳头为中心呈放射状排列，汇集于乳晕，开口于乳头，称为输乳孔。

输乳管在乳头处较为狭窄，继之膨大为壶腹，称为输乳管窦，有储存乳汁的作用。

乳腺导管开口处为复层鳞状上皮细胞，狭窄处为移行上皮，壶腹以下各级导管为双层柱状上皮或单层柱状上皮，终末导管膨大为腺泡，无数的腺泡构成了腺小叶，也就是通常我们触到的青春期乳腺腺体结节，腺泡内衬立方上皮。

认识乳房的内部结构最形象的方法就是将它比作一棵倒置的树木，树的“叶子”即乳腺小叶，沿着小导管系统的“树枝”引流合成乳汁，依次引流到15~20个大导管中，然后排空到乳头表面，乳头相当于“树干”，乳腺中，“树叶”和“树枝”之间的间隙，均充满结缔组织。

这些组织起着支持作用，它们包绕树叶，嵌入树叶之间，深面连接于胸筋膜上，浅面连接于乳头及皮肤，形为乳房悬韧带，起到了固定乳房作用。

哺乳时间过长或哺乳期末注意保护乳房，可以使乳房悬韧带松弛而表现为双乳下垂。

围绕在这些结缔组织周围的是乳腺泌乳部和皮肤之间的一层脂肪组织，乳腺深层是胸部肌肉，起一着支撑乳腺的作用。

乳房内的脂肪组织呈囊状包于乳腺周围，形成一个半球形的整体，这层囊状的脂肪组织称为脂肪囊。

脂肪囊的厚薄可因年龄、生育等原因而不同，个体差异很大。

脂肪组织的多少是决定乳房大小的重要因素之一。

不同年龄阶段其脂肪比例不同，青春期乳房主要以腺体组织为主，脂肪组织少许，仅起陪衬作用。

随着年龄的增大，腺体组织逐渐萎缩，脂肪组织比例逐渐升高，在绝经后的乳房其主要成分是脂肪组织。

所以说，脂肪组织也是维持乳房外形的重要部分。

<<爱我乳房>>

编辑推荐

本书是关于乳房保健的综合指南，传达着来自长期从事乳腺疾病临床工作的专家的经验 and 实用信息。

她面向现代女性，本着普及女性健康科普知识、提高现代女性自我保健能力为目的。

从乳房的基本知识，生理结构和变化，乳房自我检查和护理，常见乳腺疾病及各种检查方法，乳腺癌的发生、诊断、治疗和康复，乳房整形和美容等方面做了深入浅出、简明扼要的阐述。

本书具有内容详实，步及面广，针对性强，语言流畅、贴切和实用的特点，是一本易于理解，有助于增长知识的参考书，也是现代女性的良师益友。

她不仅有助于女性朋友们更多地了解保护乳房健康的知识，而且有助于帮助她们能够更好地了解自身的健康状况，值得向每一位女性朋友推荐。

<<爱我乳房>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>