



乳腺癌手术后的康复计划和关怀支援

经历了乳腺癌诊断和乳腺癌手术后往往会让您感到震惊、愤怒、悲伤，也可能会引发您的情绪失控或失去自信。这都是正常的情绪反应。您应给自己一些时间来适应身体的变化，调整心情，让身体和心理逐渐恢复。我们鼓励您：

- 与您的亲人或乳房专科护理护士交谈，抒发内心的感受。
- 保持均衡的饮食。除非您的医生另有建议，否则不必限制自己的饮食。
- 调整您的生活作息，多点时间休息。
- 继续伤口和手臂护理，持续做手臂运动，以及在需要时使用异乳（您的乳房专科护理护士会给予适当的建议）。
- 参加乳腺癌互助小组。

乳房护理中心
 国大医院医疗中心8楼
 预约热线：(65) 6772 2002
 电邮：breast_surgery@nuhs.edu.sg



- | | | |
|--------|-------------|---------------------|
| 仅限乘客下车 | 德士站/乘客下车处 | 通过地铁站1楼 (A出口) 的连接通道 |
| 巴士站 | 位于1楼的肯特岗地铁站 | 位于1楼的连接通道 |
| 停车场 | | 位于4楼的连接通道 |

最靠近的地铁站：肯特岗（环线） 国大医院

5 Lower Kent Ridge Road, Singapore 119074
 电话：(65) 6779 5555 传真：(65) 6779 5678
 网址：www.nuh.com.sg
 公司注册编号：198500843R

所刊登的信息在印刷时（2017年1月）皆属准确无误。
 如有更改，恕不另行通知。

此刊物所提供的信息纯属教育用途，不能代替医疗诊断或治疗。
 您在开始任何治疗前，或对健康、身体状况或医疗症状有任何疑问时，应向您的医生或合格的保健人员寻求建议。

无微不至的 乳腺癌治疗和护理

专业的一站式服务中心





关于我们

最近您可能因感觉到乳房出现肿块，又或者是发现自己或亲人被诊断患上乳腺癌，需要进行乳腺癌检测或手术，而感到焦虑。

每一名患者都能在国大医院 (NUH) 以及新加坡国立大学癌症中心 (National University Cancer Institute, Singapore - NCIS) 得到完善的医疗服务。我们理解患者在进行乳腺癌检测时的焦虑不安，因此能对患者在整个治疗过程中的需要提供帮助。

我们的团队

我们的医疗团队包括：

- 外科医生（乳房外科和整形专科）
- 内科肿瘤医生
- 放射肿瘤科医生
- 病理学家

- 放射科医生
- 精神科医生
- 心理学家
- 社工
- 综合医疗保健人员
- 临床专科护士
- 乳房护理护士

我们将与您保持密切合作，一起致力为您和您的亲人提供优质、全面和致完善的医疗照顾。

我们一站式的设施和服务

乳房护理中心成立于2014年，是专为乳腺癌患者设立的一站式服务中心。在这里，患者可以得到专业的乳房疾病诊断与治疗包括乳腺癌检测，各种良性和恶性乳房肿瘤的切除手术和护理，以及保乳和乳房再造手术。

您可先向我们的外科医生问诊，然后到隔壁的乳房影像中心进行乳腺癌检测，最后在听取了医生的建议后，拟订出确切的治疗方案。

乳腺癌检测和诊断服务

- **乳房临床检查**
- **乳房X光检查** - 低剂量的乳房X光
- **超声波扫描** - 利用声波重现出乳房影像
- **磁共振成像** - 利用磁场重现出多种乳房影像
- **细针抽吸涂片** - 利用细针抽取活体组织以作进一步检查
- **空心针切片** - 取出活体组织以作进一步检查
- **麦默通乳腺切片** - 取出较大型的组织以作进一步检查

良性乳房病症的手术

- **手术切片** - 切除肿块或异常部位进一步检查
- **乳房脓肿引流术** - 把脓或受感染的流体从乳房清除
- **切除乳腺导管**
- **乳房缩小整形术** - 切除乳房过大的妇女身上的过多乳腺组织
- **男性乳房肥大症** - 切除男性患者身上过多的乳腺组织

乳癌外科手术

进行外科手术是治疗乳癌的主要方法之一。外科医生会根据肿瘤的大小和位置，以及您的意愿，做出以下一个或多个建议：

- **乳房局部切除手术（保乳手术）** - 切除乳腺肿瘤和周围健康的组织
- **保乳综合治疗术（保乳手术）** - 切除乳腺肿瘤，同时达到整形和保留乳房的作用，也可让妇女选择为不受影响的乳房进行手术，以达到两则乳房的平衡
- **乳房切除术** - 切除整个乳房
- **乳房再造术** - 以植入物或用自身的组织再造新的乳房
- **前哨淋巴结切片活检** - 切除腋下1到3块淋巴结进行切片活检
- **腋窝淋巴结清除术** - 切除腋下10块或更多的淋巴结

进行了乳癌外科手术后，您可能需要接受放射治疗、荷尔蒙治疗、化疗或生物疗法以减低癌症复发的风险。