

大胸好还是小胸好？中心医院专家说.....

2022-07-22原文



**乳房是女性重要的第二性征
它显示女性性感的魅力
是女性特有的曲线美的主要标志**



图片已获摄图网授权

**这代表女性美的“二两肉”
因为它的独特的生理构造
也给女性朋友带来不小的困扰**

懂不懂
什么叫平易近人？



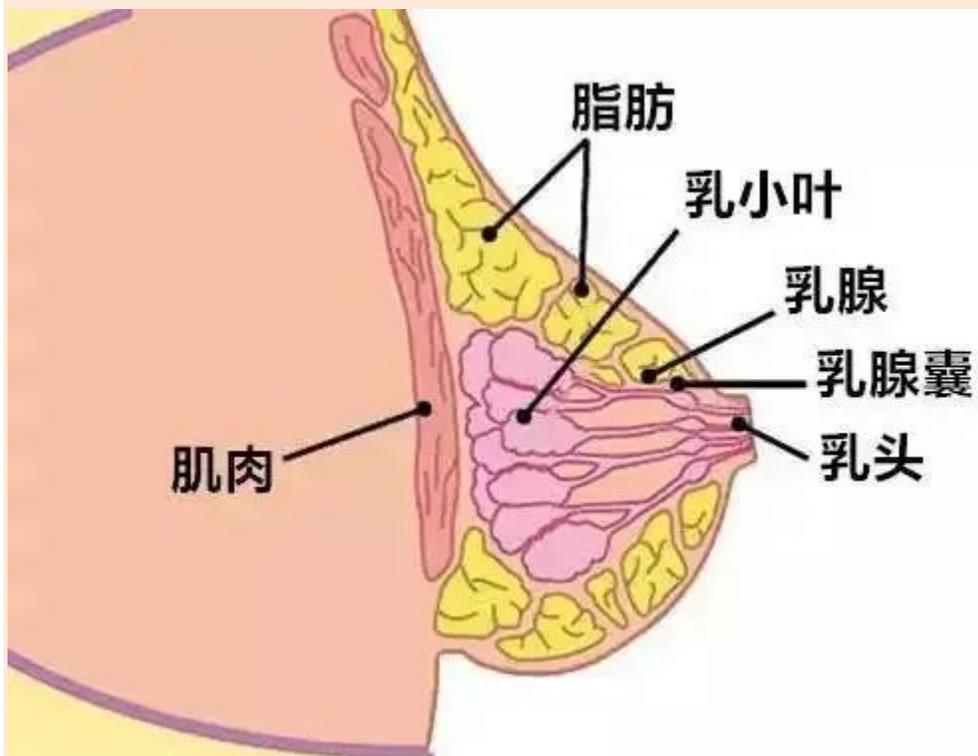
到哪
掀起

**其实
我感觉
胸大也不好**





乳房主要是由皮肤、纤维组织，脂肪组织，乳腺腺体构成含有丰富的血管，神经,淋巴管，同时还有肌肉，筋膜和淋巴管与乳房紧密连接。



乳房组成中的脂肪组织、乳腺组织和结缔组织都有激素受体，因此乳房的大小、状态、形状和功能都会受到激素的影响，在不同的时期会有不同的变化。

不管是大还是小



**只要不出这些问题
都好！**

疼痛是女性乳房最常见也最容易被察觉的问题。疼痛的原因最常见的就是乳腺增生。雌激素促进乳腺导管延长延展，孕激素刺激乳腺腺泡的增多增大的过程，就是生理性乳腺增生你会感觉到乳房似乎变大了，胀胀的，而且摸起来没那么软乎了。

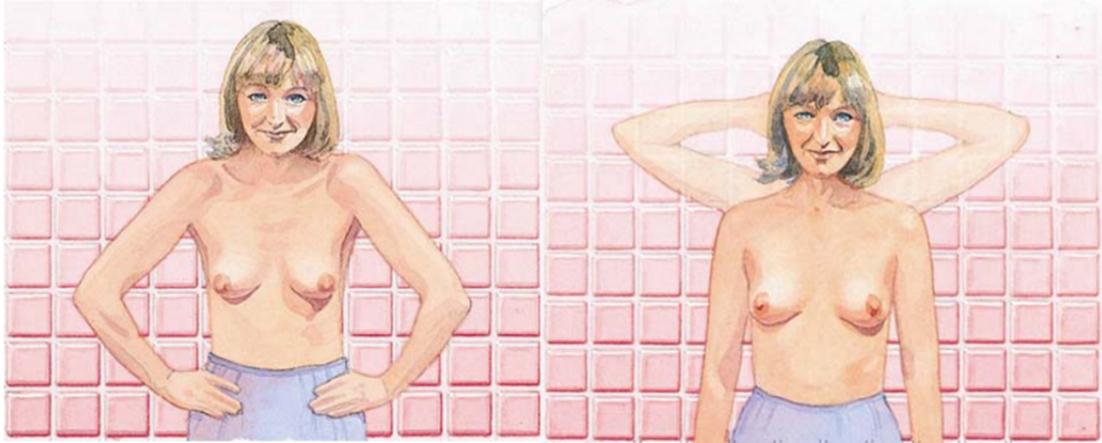
有些人在排卵期前后，到月经来潮这7-10天，会感觉内衣的罩杯不合适了，晚上脱掉内衣的一瞬间乳房突然的下坠会产生疼痛，或者是持续的胀痛。这都是正常现象。

但如果在月经结束后，依然疼痛，就需要密切关注并及时就诊了。

结节、包块

乳腺结节是一种症状，常见于乳腺增生（可形成乳腺囊肿）及乳腺肿瘤性疾病，包括乳腺良性肿瘤（如乳腺纤维瘤、分叶状肿瘤等）以及乳腺恶性肿瘤（乳腺癌）。月经正常的女性，月经来潮后第9~11天是乳腺检查的最佳时间。此时雌激素对乳腺的影响最小，较软且没有肿胀感，容易发现病变。

自我检查步骤一：看一看



对镜子，双手叉腰，观察双乳房外形、轮廓有无异常

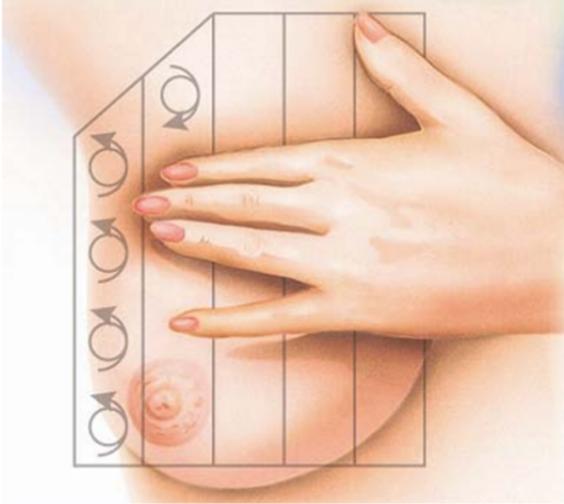
举起双臂，观察双乳房外形、皮肤、乳头、轮廓有无异常

自我检查步骤二：摸一摸



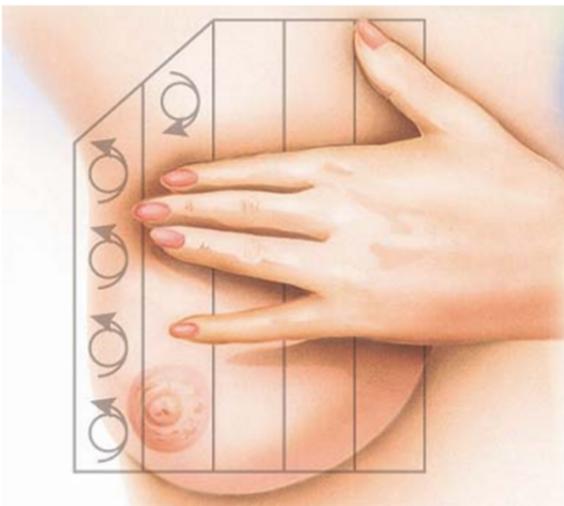
仰卧平躺，肩部稍垫高，举起手臂，用手触摸对侧乳房、腋下有无肿块

按压手法1



用食指、中指及无名指三只手指的指腹在乳房上划小圈圈，尽量覆盖乳房所有的区域，检查是否有硬块。用润肤霜涂抹乳房后在触摸效果更好

按压手法2



手指触摸乳腺的每一部分是要用不同程度的力度，先用轻微的压力，再用中等的压力，然后加强压力，以免遗漏深部的硬块。

自我检查步骤三：挤一挤



用拇指和食指挤压乳头检查流出的液体：
正常：透明或白色的液体
不正常：血性、铁锈色或脓性液体

如果在自检过程中
发现乳腺有新发的结节
乳房的皮肤
有凹陷，乳头溃烂，溢血溢液等
一定要尽快就医!!!

需要重点关注的还有：

女性的情绪、压力等会影响激素的变化，举个例子：很多女性会发现，月经会因为自己的压力和情绪产生变化，比如：量变少了，时间延迟或提前等等。

月经因为每个月都会到访，让我们可以较为直观的感受变化，乳腺问题就没有那么容易被发现。

我们要着重提醒广大女性朋友，一定要保持良好的情绪，做好自我调节，做好乳房自检，成年女性特别是35岁以上女性，除了每月进行自我检查外，还应该每年到正规医院进行一次乳腺超声检查或乳房X线检查。



文章作者



★ ★
罗

普外科副主任、

主治医

四川省康复医学会甲状

四川省医师协会乳腺

擅长：胃肠外科

作，对急腹症、消化

腺癌、甲状腺微创外科

性肿瘤等疾病的诊治

心医院普外科

部分图片来源于网络，如有侵权请联系后台删除

[点击关注我们官方微信](#)



扫描二维码，关注我的视频号

扫码关注我们

攀枝花市中心医院

官方视频号

精选留言

暂无...