

# 乳房检查

乳房体格检查主要是通过视诊及触诊来检查乳房的形态、乳房皮肤表面的情况；乳头、乳晕的情况；乳房肿块、乳头溢液等情况，以及区域淋巴结检查（主要为腋下和锁骨上下淋巴结）。

## 【目的】

1. 协助诊断乳腺良性疾病。
2. 初步筛查乳腺癌。

## 【适应证】

1. 乳腺疼痛。
2. 乳腺肿块。
3. 乳头溢液。
4. 其他乳腺疾病。
5. 乳腺癌的筛查（女性健康体检）。

## 【禁忌证】

1. 无绝对的禁忌证。
2. 患者不愿检查者，特别是男医生检查女患者时应由女医生或护士陪同，男医生应避免单独检查女性患者乳房。

## 【物品及器材】

1. 一般不需要特殊的物品及器材。
2. 无菌纱布（检查溢液时需要）。
3. 照明器械（如自然采光不足时需要）。

## 【操作关键步骤】

1. 洗手和告知  
洗手、告知应在检查前，检查者首先将自己双手对搓使之暖和。
2. 患者体位和隐私保护
  - (1) 检查应在光线明亮处。
  - (2) 男医生检查女患者时应有第三方在场。
  - (3) 保护隐私，应在检查室检查或有屏风隔绝。
  - (4) 患者取坐位或仰卧位，坐位时双臂自然下垂，然后双臂高举超过头部或双手叉腰再进行检查。卧位时双臂放松平放于身体两侧，可以用一小枕头垫高肩部有助于检查。
3. 视诊
  - (1) 乳房形态：检查乳房外观、大小及位置是否对称、是否有局部隆起等，有无副乳等。
  - (2) 乳房皮肤的情况：检查乳房皮肤的色泽及有无水肿、内陷、皮疹、溃破、浅静脉怒张、皮肤皱褶、橘皮样改变以及瘰管和瘢痕等。

- (3) 乳头乳晕情况：检查乳头有无畸形、抬高、回缩、凹陷、糜烂及脱屑；乳晕颜色是否异常，有无湿疹样改变等。
  - (4) 淋巴引流区域，观察腋窝和锁骨上窝有无相应病变等。
4. 乳腺触诊
- (1) 触诊手法：将一手的手掌和手指平置在乳房上，用指腹轻施压力，以旋转或来回滑动进行触诊。不宜用手指抓捏乳腺。
  - (2) 触诊顺序：先由健侧乳房开始，后检查患侧；检查左侧乳房时，由外上象限开始，然后顺时针方向进行由浅入深触诊，直至四个象限检查完毕为止，最后触诊乳头；以同样方式检查右侧乳房，但沿逆时针方向进行（外上→外下→内下→内上各个象限，最后中央区及乳头的顺序）。
  - (3) 乳头溢液情况：检查乳头有否溢液，并详查其是自行溢出还是挤压后而出，是单侧还是双侧及溢液的性状如何等，同时应检查溢液可能来源的象限。
5. 淋巴结触诊
- (1) 检查腋窝淋巴结时，应以手扶被检查者前臂稍外展，医师以右手检查左侧，以左手检查右侧，触诊时由浅入深，直达腋窝顶部。用轻柔的动作自腋部从上而下触诊中央组淋巴结，然后腋窝前方的胸肌组淋巴结，最后为肩胛下组淋巴结。
  - (2) 检查锁骨上、下窝淋巴结时，让被检查者取坐位或卧位，头部稍向前屈，用双手进行触诊，左手触诊右侧，右手触诊左侧，由浅部逐渐触摸至锁骨上下后深部。
6. 检查后处理
- 告知和物品归位，最后洗手。

### 【注意事项】

1. 要有爱伤和隐私保护意识，检查前后应洗手和告知。
2. 充分暴露双侧乳房，以利于对比。
3. 视诊应充分观察乳腺是否对称，皮肤以及其他腋窝部位情况。
4. 触诊手法轻柔，应按外上→外下→内下→内上各个象限，最后中央区及乳头的顺序，避免遗漏。
5. 发现乳房肿块时，应检查乳房肿块的位置、形态、大小、数目、质地、表面光滑度、活动度及有无触痛等。
6. 切忌用手指抓捏乳腺，将正常乳腺组织当成乳腺肿块。

### 【并发症及解决方法】

一般无并发症。

### 【补充或扩展内容】

乳腺包块可以是良性的，也可以是恶性的，应注意鉴别：

1. 恶性包块：乳腺癌为一种常见的恶性肿瘤，好发于乳腺的外上象限。常为单个无痛性包块，无炎症表现，可与皮肤粘连。局部皮肤可有水肿、桔皮样改变、“酒窝征”。乳头可回缩，或有血性分泌物。晚期可有淋巴结转移。当转移的淋巴结融合成包块或压迫腋静脉时，可引起该上肢水肿和静脉怒张。
2. 良性包块：有纤维腺瘤、乳腺导管内乳头状瘤、乳腺囊性增生病、脂肪坏死、结核、炎性包块等。