

乳癌康复路上的新考验

三个月前,65岁的张女士发现右侧乳房有个硬块,被诊断为乳腺癌。术后第五天,张女士感觉右侧胳膊发胀,像压了块重物,提不起力气。三天后,右侧胳膊就比左侧粗了一圈,皮肤紧绷发亮,按压后会出现凹陷,还伴有沉重麻木感,简单地抬胳膊、握拳都十分困难,晚上常疼得睡不着觉。



乳房肿块 破溃 疼痛



肿胀消退

静脉手术恢复得很顺利,一周后,张女士胳膊的肿胀明显减轻,皮肤恢复正常,疼痛基本消失,能正常抬胳膊、握拳,精神状态也好了很多,脸上终于露出了久违的笑容。

但她心里的顾虑仍在,担心肿瘤复发。医生看出了她的心思,在她恢复得差不多时,安排了超声、CT等检查,全面排查复发转移。

检查结果出来了,显示张女士没有肿瘤复发转移的迹象。张女士胳膊肿胀就是淋巴水肿和静脉回流障碍引起的,现在静脉问题解决了,接下来就是继续治疗淋巴水肿、做好护理。

医生叮嘱:保护好右侧胳膊,避免受伤感染、不提重物;坚持佩戴压力袖套、做康复锻炼;清淡饮食、补充营养;定期观察双上肢围度,有异常及时复查。张女士认真记下,承诺一定严格遵医嘱。

随着时间推移,张女士的身体越来越好,右侧胳膊的肿胀渐渐消退,恢复到和左侧差不多的粗细,活动也灵活自如,再也没有出现疼痛、麻木的情况。她又像以前一样,陪老伴买菜散步、照看孙辈、打理家务,日子回到了往日的平淡与踏实。

一个周末的下午,阳光正好,张女士和老伴坐在小区长椅上,看着不远处玩耍的孙辈,脸上满是幸福。张女士靠在老伴肩上感慨道:“真没想到我能挺过来,多亏了医生的治疗、你的照顾和儿女的陪伴,让我重新找回健康和信心。以后我一定珍惜身体,好好陪你安享晚年。”老伴紧紧握着她的手笑道:“健健康康比什么都强。”经历过病痛的折磨,张女士更懂生命的可贵,也用自己的勇气和坚持,告诉所有抗癌路上的人:只要不放弃,就一定能重获健康与幸福。 本报记者 李由

术后水肿

张女士怀疑自己得了淋巴水肿,听病友说这病难治,一旦得上就难好了。

医生表示:“手臂肿胀是乳腺癌术后常见现象,原因有很多,得做详细检查才能确定,对症下药。清扫腋窝淋巴结是防止癌细胞转移的关键,淋巴管就像身体的排水管道,清扫时难免损伤部分淋巴管,导致淋巴液回流受阻、积聚在手臂组织间隙,这就是淋巴水肿。”医生一边按压她的胳膊一边说,“你按压后出现的凹陷,就是它的典型表现。”

医生补充道:“术后放疗、伤口感染,或是肥胖,都会加重淋巴管损伤,让水肿更严重。而且淋巴水肿有‘晨轻暮重’的特点,早上肿胀轻,晚上活动后加重,你是不是这样?”张女士连忙点头,眼里泛起泪光:“对对对,那这病能治吗?会不会一直肿下去?”

医生语气坚定:“你放心,淋巴水肿虽需耐心治疗,但并非不治之症。专业手法引流、佩戴压力袖套、适当功能锻炼,都能帮助淋巴液回流。但要注意,别在患肢盲目重力按摩或热敷,避免加重病情,还要保护胳膊,避免受伤感染、不提重物。”

听了这番话,张女士心里的石头落了一半,露出了久违的笑容,紧紧握着医生的手道谢,承诺一定好好配合治疗。

出院后,张女士在老伴的悉心照顾下,积极治疗淋巴水肿、坚持康复锻炼。每天早上,老伴陪她散步;下午,她按照医生教的方法做握拳、抬胳膊等锻炼,从不轻言放弃。后来,她加入了乳腺癌病友交流群,和病友们分享经历、互相鼓励,也用自己的经验帮助其他病友。

静脉障碍

一天,张女士醒来后发现,右侧胳膊肿胀比之前更严重,粗得快赶上小腿了,皮肤变成青紫色,摸起来发烫,稍微一动就钻心地疼。

张女士彻底慌了神,绝望感比得知患癌时更强烈,躺在床上泪流不止,反复念叨:“我明明配合治疗了,怎么反而更严重了……”

老伴搀扶着张女士匆匆赶到医院,医生见此情景,立刻安排她做血管超声检查。等待结果的半个小时,对一家人来说像一个世纪那么漫长,张女士紧攥着老伴的手,浑身发抖,心里只有一个念头:我是不是没救了?

检查结果出来后,医生语气沉重地说:“情况有点复杂,你除了淋巴水肿,还存在静脉回流障碍,这和乳腺癌手术密切相关。手术可能损伤腋静脉,术后放疗、深静脉置管导致腋静脉狭窄、形成血栓,血液无法正常回流,就会引发肿胀,而且静脉肿胀更快更明显,还会伴有青紫、疼痛、发热。”

张女士瞬间泪崩:“医生,我这命怎么这么苦?刚治完乳腺癌、淋巴水肿,又来静脉问题,还有治吗?”医生连忙安慰:“别灰心,静脉回流障碍能治,轻度可通过抬高患肢、服用抗凝药物缓解,严重的话,手术疏通血管即可,你积极配合,一定能好转。”

在医生的鼓励下,张女士情绪渐渐稳定,点头答应配合治疗。医生为她制定初步方案:回家抬高患肢,按时服用抗凝药物,三天后复查。张女士严格遵医嘱,每天把胳膊垫得高于心脏,按时吃药。

新的担忧

复查时,张女士肿胀和疼痛仍未缓解,医生评估后,决定为她做血管疏通手术。手术定在三天后,等待期间,张女士又添了新的担忧。

一天晚上,她看着肿胀的胳膊,突然想到一个可怕的问题:胳膊一直肿,会不会是乳腺癌复发转移了?她想起病友说过,乳腺癌容易复发转移,转移到腋窝或锁骨的肿瘤,会压迫淋巴管和静脉导致肿胀。一想到这,张女士浑身发冷,整夜难眠,脸色越来越差。

第二天一早,她拉着老伴再次找到医生,声音颤抖地问:“医生,我胳膊肿,会不会是癌症复发转移了?我真的很害怕……”医生轻声安抚:“肿瘤复发转移导致肿胀的概率很低,这种肿胀通常会持续加重,还会有皮肤破溃、肿块等症状,你目前的情况暂时不考虑,但也不能完全排除。”

“那我是不是应该先检查排查?要是复发了,手术还有意义吗?”医生耐心解释:“目前最重要的是先解决静脉问题,缓解肿胀疼痛,等你身体恢复些,再做详细检查排查复发,这样对身体更有利。”老伴也在旁劝说,让她别胡思乱想,好好配合治疗。

等待手术时,她整天提心吊胆,吃不下睡不着,愈发憔悴。手术当天,张女士怀着紧张的心情走进手术室,家人在外面默默祈祷。两个多小时后,手术顺利结束,医生告知家人“血管已疏通”。张女士醒来后,第一时间抬起胳膊,虽还有些疼,但肿胀明显减轻,皮肤青紫色也淡了。