**浅谈乳腺增生**

**早该帮 编制**

一、什么是乳腺增生？

       乳腺增生是发生于乳腺的一种良性疾病，是妇科常见病之一。表现为乳房内有条索状，大小不等的圆形结节，一般质地较软或中度，伴有压痛，边界清楚，与周围组织不粘连，活动度好，常随月经周期或情绪而发生变化，肿物的大小短期内无增大的趋势，一般发生于30-50岁妇女多见。

二、乳腺增生有何症状

       患者感到乳房的胀痛、刺痛或隐痛，尤以月经前期更为明显，表现在月经周期前一周左右乳房胀痛，并随乳房的活动或上肢运动而加剧。可以单侧乳房发病，也可以双侧乳房发病，一般月经来潮后症状缓解或消失。同时伴有情绪忧郁、烦躁易怒。

       体查时，增生部位的皮肤温度可略高于正常皮肤，乳房触痛明显，伴有乳房肿胀，乳内可触及片状、颗粒状结节，质地较硬，经前症状加重。

三、发病原因

       1.发病的原因与卵巢机能失调有关，由于激素分泌比例失调发生了乳腺增生，所以多见于青春期和绝经期的妇女，故常伴有月经不调的症状，也是经前症状加重的原因。

       2.乳腺增生属于祖国医学中说的“乳疠”、“乳核”的范围，病势缓慢，缠绵日久，多因肝气郁滞、气滞血瘀、经脉滞塞不通；肝郁气滞，横犯脾胃，影响了胃气主降功能，影响了脾的运化，脾虚湿盛，凝集成痰核。所以说情绪的变化、急躁易怒、生气着急、生活不规律、过劳都是造成发病的原因。

四、乳腺增生的治疗与预防

       乳腺增生症是妇女的常见病，多发病，属于良性病变。虽然有人认为乳腺良性疾患可增加癌变的危险性，但一般乳腺增生癌变的几率很低。据国外相关资料报道，乳腺单纯增生癌变的几率为1%以下，囊性增生癌变的几率为2-4%，因此得了乳腺增生后积极治疗和调养，是不可怕的。

1.治疗：

①调理月经。月经先后不定期，血量多或少，白带多色黄或色白，痛经应根据不同的表现给与辨证施治。

②疏肝理气，活血化瘀。多因情绪忧郁、烦躁易怒，工作压力大、紧张等，造成了肝郁气滞、血瘀不通，久之形成结节，所以中医常用疏肝活血的药物，像柴胡、郁金、丹参等。

③健脾化湿，软坚散结。脾不健运，水湿停滞，水积成饮，饮积成痰，痰积成核，形成乳腺疖结，中医用中药在健脾同时用生牡蛎、浙贝、昆布等药，起到消散结节的作用。

2.预防：

①调节情绪，乐观向上。平和心态很重要，“心不病则神不病，神不病则人不病”。

②月经不调，妇科疾病要积极治疗。

③每年的体检、女同志一定进行乳腺的检查。如有问题应做进一步检查。特别有家族史的更要定期做乳腺检查。

④患上乳腺增生的人，应半年做一次复查，每次洗澡后可对着镜子自查。

关键词：浅谈、乳腺、增生

参考文献：[1]早该帮https://bang.zaogai.com/item/BPS-ITEM-15329.html