



责编/鲁继青 美编/李红芬 审读/孙勇

乳腺结节很常见，许多人长过一个或者数个，然而，近日青岛市妇女儿童医院乳腺门诊接诊了一个特殊病例，18岁女孩双乳内竟然密密麻麻长了15个结节。首席专家、乳腺甲状腺中心主任张坚教授带领团队精准施治，仅通过单侧一个2.5厘米的小切口，一次性切除单侧全部结节。这一少见病例的成功救治，实现了健康与颜值的双重保障，彰显了乳腺外科团队精湛的微创技术与人文关怀。

患者晓莉（化名）因自觉双侧乳房“疙疙瘩瘩”前来就诊，乳腺超声检查令人心头一紧：女孩双侧乳房都长了结

感觉乳房“疙疙瘩瘩” 原是长了15个结节

青岛市妇女儿童医院乳腺门诊专家巧用单一小切口将结节“一窝端”



乳腺外科团队精湛技术守护健康。院方供图

节，右侧乳腺更多，部分小结节融合成大结节，最大的直径达5厘米。

追溯病史，晓莉的结节从青春期便已发现，近期突然增多增大，让她和家人忧心不已。晓莉被诊断为青春期乳腺纤维腺瘤病，这是青春期女性常见的良性乳腺疾病，表现为单侧或双侧乳房出现多个无痛性结节，质地偏硬、表面光滑、活动度较好，部分可融合成块，发病与激素水平失衡、遗传等因素相关，发现后应定期复查，如肿块较大或增长较快，可能损伤正常乳腺腺体，影响乳房发育，需及时干预。

考虑到晓莉才18岁，未婚未育，对乳房美观要求较高，而传统大切口手术难免留下明显疤痕，经青岛市妇女儿童医院首席专家、乳腺甲状腺中心主任张坚教授带领团队研判，为晓莉量身定制了微创切除方案。手术由张坚教授主刀，分侧操作。首先是右乳结节的切除，他先沿着

乳晕边缘做2.5厘米弧形切口，找到解剖间隙，通过浅筋膜浅层，精准游离至各肿物位置，逐一切除9枚结节；随后以同样微创方式，成功切除左乳6枚结节。

手术团队全程保持精细操作与极大耐心，确保彻底清除病灶的同时，最大程度减少对正常腺体和乳房外形的损伤。术后肿物送检，病理结果均为乳腺纤维腺瘤。术后晓莉恢复较快，目前已顺利出院。

青岛市妇女儿童医院乳腺外科专家提醒，青春期乳腺健康需重点关注，平时应规律作息、均衡饮食、保持良好情绪、避免压力过大；日常定期自查，初步排查是否有异常结节、肿块；建议16岁以上女性定期检查乳腺超声，有乳腺疾病家族史、月经初潮过早（12岁前）者更应密切关注，若有异常应及时就医。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵
通讯员 王鑫鑫

脖子上的“无痛硬包”竟是癌症信号

青岛市海慈中医医疗集团肿瘤中心放疗科精准放疗为生命续航

“脖子上长个硬包，不痛不痒就不用在意？”一位患者的亲身经历，给大家敲响了健康警钟。几个月前，他偶然发现右侧颈部出现一个小硬包，既不疼也不痒，便没放在心上。可没过多久，这个包块竟快速增大，甚至影响到正常吞咽和转头，就医检查后，“晚期头颈部恶性肿瘤”的诊断结果，让整个家庭陷入了绝望。

精准狙击癌细胞

更为特殊的是，这位患者的肿瘤原发灶非常隐匿，癌细胞直接转移到了颈部，属于IV期（晚期），治疗难度不小。青岛市海慈中医医疗集团肿瘤中心放疗科刘鹏主任介绍，按照诊疗规范，同步放化疗是这类晚期患者的标准方案，但化疗可能带来的恶心、呕吐、脱发等副作用，让患者顾虑重重，治疗意愿不强。面对患者的担忧，集团肿瘤中心放疗科团队推荐了“精准放疗”这一肿瘤治疗“利器”。提起放疗，很多人会误以为是“不分敌我”的治疗方式，但精准放疗早已颠覆传统认知。简单来说，精准放疗就像给癌细胞装了“智能导航”的导弹。治疗前，通过先进的影像设备给肿瘤做精准“全身扫描”，清晰勾勒出肿瘤的大小、位置，以及周围血管、神经、唾液腺等健康组织的分布。治疗时，射线能精准聚焦在肿瘤病灶上，高强度杀伤癌细胞，同时最大限度避开健康组织。“针对患者颈部的巨大肿块，精准放疗能快速缩小肿瘤、缓解不适，而且对全身影响小，副作用远轻于化疗，患者更容易耐受。”刘鹏主任通俗地解释道。

信任共破抗癌难关

在刘鹏主任耐心细致的讲解下，患者和家属打消了顾虑，他们相信医生的专业判断，最终决定接受根治性精准放疗。治疗过程中，团队根据患者的实时身体状况，动态调整治疗方案，全程密切监测副作用，患者在治疗期间没有出现严重不适。经过一段时间的精准放



疗，患者颈部的包块明显缩小，吞咽和转头功能逐渐恢复，生活质量大幅提升。复查结果显示，肿瘤得到了有效控制，这意味着患者不仅摆脱了病痛的折磨，更重获了生存的希望。

这些“小症状”可能是癌症信号

很多人头颈部肿瘤早期症状十分隐蔽，容易被忽视，像这位患者的情况并非个例。头颈部肿瘤涵盖咽喉癌、甲状腺癌、口腔癌等多种类型，早期可能仅表现为颈部无痛性硬包，声音轻微嘶哑，咽喉有异物感等“小问题”。但这些看似不起眼的症状，可能正是癌细胞发出的“预警”。一旦包块快速增大，出现疼痛或影响生活，病情往往已发展到中晚期。

专家提醒，头颈部肿瘤早期信号虽不明显，但只要留心观察就能发现。出现以下症状时，一定要及时就医：颈部出现无痛、质硬、不易推动的包块，且持续增大超过两周；长期声音嘶哑、咽喉异物感，或吞咽时出现疼痛、困难；口腔黏膜出现长期不愈合的溃疡、白斑或黑斑；不明原因的头痛、面部麻木、视力模糊等。

随着精准医疗的快速发展，像精准放疗这样的先进技术，能让更多晚期肿瘤患者在有效控制病情的同时，保持较好的生活质量。发现异常及时就医，选择专业的治疗团队，医患携手并肩，就能为生命多争取一份希望。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵

热血领航 爱满旅途

崂山巴士公司3200毫升爱心血温暖寒冬

12月25日清晨，凛冽寒风中涌动着一股特殊的暖流。献血车缓缓驶入海大崂山停车场，一场以“热血领航 爱满旅途”为主题的无偿献血活动拉开了帷幕，来自青岛城运控股公交集团崂山巴士公司的职工累计捐献3200毫升热血，1人自愿加入中华骨髓库留下造血干细胞血样，以实际行动诠释了公交人的社会担当与奉献精神。

上午9时30分，青岛市无偿献血宣传驿站授牌仪式的举行，标志着崂山巴士公司公益献血活动正式启动。驿站的设计依托公交公司流动运营的特点，将其打造为无偿献血的移动宣传枢纽。公交车辆每日穿梭于城市街巷，成为传播献血公益理念的“流动宣传站”，进一步拓展了青岛无偿献血宣传网络的覆盖范围与影响力。

尽管室外寒意袭人，车内却洋溢着温暖的氛围，职工们在工作人员的引导下有序填表、体检、验血、采血，一袋袋鲜红的血液汇聚成爱的暖流。在此次献血队伍中，一个熟悉的身影格外引人注目——崂山巴士第一分公司党支部副书记张传洪，这位坚持公益献血14年的“热血先锋”再次挽起衣袖，献出自己的一份爱心。据统计，张传洪已累计捐献血液14200毫升，相当于3个成年人的全身血量。因这一持续善举，他荣获了“全国无偿献血奉献金奖”这一国家级荣誉。

“第一次献血是2011年，当时只是想着能帮助别人。”张传洪回忆道，“后来了解到临床用血的需求，就坚持了下来。”14年间，他不仅自己坚持献血，还积极动员身边人加入无偿献血队伍。“作为公共服务企业，我们不仅要



职工纷纷献上热血。

保障市民出行，也要在社会公益事业中走在前列。无偿献血是爱心奉献，更是社会责任。”张传洪笑着说道。

此次献血活动得到了崂山巴士公司职工的积极响应。许多驾驶员在结束工作以后便直奔献血车，调度人员在安排好工作后也赶来奉献爱心。值得一提的是，活动中有一名职工特别登记成为造血干细胞捐献志愿者。

近年来，崂山巴士公司始终坚持开展各类社会公益活动，将“爱满旅途”的服务理念从车厢内延伸至车厢外。无偿献血活动已成为公司常态化公益项目之一，每年都有大量职工积极参与，献上爱心。

随着最后一袋血液采集完毕，本次献血活动圆满结束，3200毫升热血即将被送往医疗机构，为需要的患者带去生命的希望。据了解，冬季天气寒冷，各类疾病进入高发期，临床用血需求明显增加，血液供应进入季节性紧张阶段，在这个相对紧张的特殊时期，公交人的及时奉献尤为可贵，为保障岛城医疗用血安全做出了积极贡献，他们不仅手握方向盘服务市民出行，更用滚烫的热血奉献社会，为这座城市增添了又一抹温暖的底色。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵 摄影报道