Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

影像引导下乳腺活检后的自我护理

本信息将帮助您在超声波、磁共振成像 (MRI) 或立体定向乳腺活检后进行自我护理。

在家护理活检部位

医疗程序后请按照以下指南护理活检部位。

- 请勿移除活检部位的包扎绷带，直到活检后一天。
- 请将 Steri-Strips™（纸质薄胶带）保留在活检部位。 如果 5 天内没有自行脱落，可以将其取下。
- 活检后 24 小时（1 天）即可淋浴。 淋浴前请取下绷带，但请将 Steri-Strips 保留在原位。 让淋浴水流从活检部位上流过。 淋浴后，用干净的毛巾轻轻拍干活检部位。
  - 如果活检部位有渗液情况，请使用干净的绷带 (Band-Aid®) 进行包扎。 如果没有出现该情况，则淋浴后无需对该部位贴绷带。
- 活检后可能会出现一些肿胀和瘀伤。 如果有，请在活检部位敷上冰袋，每次 10 到 15 分钟。 请在活检后的前 24-48 小时（1-2 天）内进行多次冷敷。 这将有助于减轻肿胀。 一周左右，肿胀和淤伤会消退。
  - **如果您突然肿胀并伴有剧烈（非常严重）的疼痛，请到最近的紧急护理中心就诊。** 如果您住在曼哈顿或附近，可以前往 MSK 的紧急护理中心 (UCC)。 如需了解更多信息，请参阅本资源末尾的“联系信息”部分。
- 请穿戴紧身文胸来帮助支撑活检部位，使您感觉更舒适。 您的放射科医生会告知您，活检后是否需要佩戴任何特殊类型的文胸。
- 活检后 3 天内，请勿：
  - 举起重量超过 5 磅（约 2.3 千克）的物体。
  - 进行任何剧烈（高强度）运动，如跑步或慢跑。
  - 洗盆浴、游泳或将活检部位浸泡在水下。 活检后 24 小时即可淋浴。

- 如果活检部位出血，请用纱布垫用力按压，直到出血停止。 如果出血浸透了纱布垫，且在按压 10 到 20 分钟后仍未停止：
    - **请致电 MSK 乳房护理医疗团队。** 工作时段为周一至周五上午 8:00 至下午 6:00。 非上述工作时段，请致电负责为您安排活检的医疗保健提供者。 如需了解更多信息，请参阅本资源末尾的“联系信息”部分。
    - **请致电您的 MSK 肿瘤主治医生（癌症医生）。** 如果在办公室非工作时间，请按照提示联系 MSK 非工作时间电话分诊 (AHTT) 呼叫中心。 如需了解更多信息，请参阅本资源末尾的“联系信息”部分。
    - **前往紧急护理中心。** 在家附近的紧急护理中心或位于曼哈顿的 MSK 紧急护理中心 (UCC) 接受护理。 如需了解更多信息，请参阅本资源末尾的“联系信息”部分。
    - **前往 MSK 症状护理诊所 (SCC)。** 在新泽西州、韦斯特切斯特县和长岛的地区诊所就近接受 SCC 治疗。 如需了解更多信息，请参阅本资源末尾的“联系信息”部分。

  如果您出现危及生命的紧急情况，请随时拨打 911 或前往最近的急诊室就诊。

- 活检之后 3 到 5 个工作日（周一到周五），您会收到活检结果。

服用药物

- 如果活检后出现疼痛，您可以使用对乙酰氨基酚 (Tylenol®)。 请按照医疗保健提供者的医嘱服用。
- 请勿使用非甾体抗炎药 (NSAID)，例如布洛芬 (Advil®、Motrin®) 和萘普生 (Aleve®)。 此类药物可能会导致出血。
- 您可能正在服用稀释血液的药物，如阿司匹林或其他血液稀释剂。 如果活检部位几乎没有瘀伤或出血，您可以在活检后服用该等药物。 如果您有任何问题，请咨询医疗保健提供者。

联系方式

本节将帮助您了解，如果您对活检后的症状感到担忧或有疑问应与谁联系。

如果您出现危及生命的紧急情况，请随时拨打 911 或前往最近的急诊室就诊。

MSK 乳房护理医疗团队

如果出现以下情况，请致电 646-888-5297 联系乳房护理医疗团队：

- 进行活检的乳房变大。
- 活检部位出现令人担忧的出血或触痛。
- 对活检后如何自我护理有任何疑问或担忧。

您可以在周一至周五上午 8 点至下午 6 点联系乳腺护理医疗团队的成员。非上述工作时段，请致电负责为您安排活检的医疗保健提供者。

- **如果对方是 MSK 乳腺外科医生：**您可以留言或根据提示与值班的乳腺外科进修医生进行咨询。
- **如果是 MSK 外部医疗保健提供者：**您可以留言或根据提示与值班医疗保健提供者交谈。

MSK 非工作时间电话分诊呼叫中心

非工作时间电话分诊 (AHTT) 是 MSK 患者的一个呼叫中心。 当您出现需要立即处理的紧急医疗问题或症状时，请致电。

AHTT 每周 7 天、于医生办公室关闭时开放。 您可以致电 MSK 肿瘤科主治医生的办公室，根据提示联系 AHTT。 您也可以致电 MSK 接线员 212-639-7900。

如需了解更多信息，请阅读*关于 MSK 非工作时间电话分诊*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/about-after-hours-telephone-triage-msk)。

MSK 紧急护理中心

紧急护理中心 (UCC) 是为 MSK 患者提供的一个特殊治疗中心。 如果您有紧急医疗问题，无法等到您的医疗保健提供者前来就诊，请前往 UCC。

UCC 每天 24 小时、每周 7 天开放。 其地址位于曼哈顿的 MSK Memorial Hospital。

如需了解更多信息，请阅读*关于 Memorial Sloan Kettering 的紧急护理中心*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/urgent-care-center)。

MSK 症状护理诊所

MSK 症状护理诊所 (SCC) 是 MSK 患者的特殊治疗中心。

如果您有医疗问题，请在前往 SCC 之前致电您的 MSK 肿瘤科医生。 他们会要求 SCC 工作人员向您致电以安排您的预约。 预约通常在同一天。 如需到 SCC 就诊，您必须提前预约。

SCC 位于新泽西州、韦斯特切斯特县和长岛的地区诊所。 机构地址列示如下。

新泽西：

- MSK Basking Ridge: 136 Mountainview Blvd., Basking Ridge, NJ 0792
- MSK Bergen: 225 Summit Ave., Montvale, NJ 07645
- MSK Monmouth: 480 Red Hill Rd., Middletown Township, NJ 07748

韦斯切斯特：

- MSK Westchester: 500 Westchester Ave., West Harrison, NY 10604

长岛：

- MSK Commack: 650 Commack Rd., Commack, NY 11725
- MSK Nassau: 1101 Hempstead Tpke., Uniondale, NY 11553

MSK 活检地点

如果您对活检有任何疑问，请致电活检机构。 机构电话号码列示如下。 您可以在正常工作时间内咨询放射科医生或乳腺成像专家。

曼哈顿：

- MSK Evelyn H. Lauder 乳腺中心（又称为乳腺和影像中心）：646-888-5297
- MSK Ralph Lauren 中心：646-608-0108 或 646-608-0152

长岛：

- MSK Commack：631-212-6173 或 631-212-4306
- MSK Nassau：516-559-1133 或 516-559-1137

韦斯切斯特：

- MSK Westchester：914-367-7069 或 914-367-7534

新泽西：

- MSK Basking Ridge：908-542-3407 或 908-542-3002
- MSK Bergen：201-775-7144
- MSK Monmouth：848-225-6035 或 848-225-6037

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Caring for Yourself After Your Image-Guided Breast Biopsy - Last updated on March 9, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利