



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。

护理活检部位

活检后请遵循以下指引。

- 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 3 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。完成后，用干净毛巾轻轻拍干该部位。
 - 淋浴后无需再对活检部位贴上另一块绷带，除非有渗液的情况。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。
- 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。
- 如果活检部位出血，请用纱布垫用力按压，直到出血停止。如

果流血变多或出血不止，请致电您的医疗保健提供者。

- 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。
- 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。

何时致电您的医疗团队

如果出现以下情况，请致电 646-888-5297 联系乳腺护理医疗团队：

- 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 December 23, 2025

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利