我叫方丹梅,今年27岁,乳腺癌患者,刚经历完乳腺切除手术,重建手术以及8次化疗.应天津肿瘤医院乳腺一科刘老师的邀请,记录一下自己的经历,用以激励其他的年轻的乳癌患者.

1. 我是怎么发现乳癌的.

2017年1月份,我突然发现右乳上有一个硬的肿块,因为在此之前,我月经来之前就有乳房胀痛,发硬的感觉. 所以当时我没有在意.以为是月经快要来了.两周之后,我月经还是没有来,但是发现乳房上的肿块却长大了.当时我就害怕了.才两个星期,肿块能以手摸着的速度长大.绝对不妙.我请了假去北京朝阳妇幼保健院去做检查.当时是宋主任的门诊.她摸了一下我的乳房,跟我说去做一个B超吧.B超结果她跟我说是不太好的东西,需要做一个小手术,把肿物切出来化验一下,看看具体情况.但是我当时不知道不太好是什么意思.我这么年轻,是万万没有往癌症方面去想的.于是我向单位请了一个星期的假,自己在超市买要手术,住院的东西.当时我想的特别简单,只要把这个东西切掉,我就可以出院了.然而当我出手术室的时候,主刀任大夫跟我说,我的肿块是癌症,是乳腺癌,我问她是良性的还是恶性的,她说是恶性的.这一天我被确诊为恶性乳腺癌,当时泪如泉涌,在我的认知里恶性肿瘤=死亡.我以为我要死了.

1. 坚持体检,及早防御.

在生病之后,找病友聊天,发现很多病友都像我一样,存在不同程度上的延误.因为乳腺癌不痛或者痛感没有那么强烈,很多人都不以为意.导致错过最佳治疗时机.很多癌症都是这样.往往发现的时候就是晚期.而且现在乳腺癌已经年轻化,20岁开始就应该定期检查乳腺,80后得乳腺癌的很多,尤其是在生活压力大的大城市,有一个乳腺科主任跟我说70%的女性多少都有乳腺方面的问题,这个数据我不知道正不正确,但是坚持体检,坚持自查是很有必要的.不要以为自己年轻就可以造作.

1. 家庭以及医生的支持.

出了手术室,我看到我的男友顾小胖,他一直等在手术室外,我想好了要和他分手,因为我觉得我自己要死了,不能拖累他.他哭的很伤心,说一定不分手.任大夫跟我们说联系父母吧,这个病需要父母知道.顾小胖打电话给我爸爸,说我生病了,得了乳腺癌.让我爸爸尽快到北京来.

爸妈听到这个消息如同晴天霹雳,经历过那么多磨难却没有掉过眼泪的爸爸更是哭的老泪纵横. 眼见着闺女大了,大学也读完了,工作也不错,感觉自己生活有点盼头的时候,却得了这个病.他们买了最近的一趟火车从湖北老家坐20多个小时到北京.

来到北京之后,一边拉着我的手哭,一边感谢顾小胖对我的照顾.

当时,主刀任主任跟我的父母仔细的沟通了我的病情.还安慰说现在乳腺癌的治愈率很高,只要好好治疗,就没有大碍.和任主任沟通完,爸妈的心里能好受一些.后来听他们说,他们也以为得了癌症就要死了.

1. 得了癌症是不是要死了

得了癌症就要死了,还是有许多人有这样的观念.但是医学日新月异的今天,就算是得了癌症,找到靠谱的医生,规范治疗.坚持治疗.都可以得到不错的生存质量.所以就算你得了癌症,也要好好治疗.

1. 救命钱

以前看了很多家人生了大病,为了治病,人财两空的故事.我就想如果我有一天生了大病,就不要治疗好了,省的人财两空.但是真正生病之后,才发现这样的想法及其幼稚.钱是可以再挣的,人没了,有钱又有什么用.我的家庭条件不好可以说是很差.我确诊的时候,弟弟妹妹在上大学.爸爸妈妈开着一家小店维持生计. 爸妈负担我们三个小孩子生活念书压力很大,连在老家一个自己的房子都没有,我们一直是租房子生活.

我工作时间不长,手里面的积蓄并不多.筹集医药费现在成了我们眼前的大问题.经过商量,我爸爸回家筹钱,并且继续经营家里的小店保证一家人的生计.我妈留下来照顾我.我在网上发起了水滴筹,并发到朋友圈.告诉公司我的真实情况,申请援助.

而这一系列的措施很快有了反馈.我的朋友圈都爆炸了. 我的朋有们都以为我被盗号了.因为没有人会相信前一段时间还活蹦乱跳的人怎么突然得了癌症.我大学老师马老师还特意打电话核实我的情况.还温柔的责备我怎么把自己搞成这个样子,怎么突然得了这个病.核实完情况之后,我的朋友们都开始发力给我筹集资金. 我的单位的领导知道我这个情况之后,给我申请了低保病假,让我好好治病,好好养病,工作上的事情不要想了.单位同事还给我进行了捐款,并且亲自来看我.老家那边,亲戚朋友们知道了我的情况,都纷纷表示愿意借钱给我们治病.在我的朋友,老师,同学,单位同事,亲戚们,还有千千万万在水滴筹上帮助我的陌生人的帮助下,我们家解决了救命钱的问题.在这里,我非常感谢你们,是你们给了我第二次生的希望.

同时经历过这件事情,我也明白了保险的重要性,如果我购买了合适的保险,我的家庭就能坦然的面对这种危机.没有任何保障的家庭,一个小小的打击就能让整个家庭夺取几十年的成果.所以我真诚的劝各位一定要力所能及的购买合适自己的保险.

1. 北京化疗.

大病理结果出来了,任主任跟我说是三阴的.恶性度很高,让我赶紧住院打化疗 ,以免癌细胞扩散.就这样我做了第一个化疗.大化疗就是输液,从早上9点开始到下午4-5点.我打的化疗药俗称”红药水”.打完之后会有一定的肠胃反应,会出现不同程度的呕吐,肠胃疼痛.而我在化疗之后一个星期,呕吐,疼痛让我下不来床.一个星期之后,症状有所缓解之后,才能吃一点东西.身体稍微好转之后,我就去理发店把头发剪短了.因为我害怕看到自己大量脱发的样子.

两个星期之后,我开始了第二次化疗,这次化疗打完之后,不仅呕吐,疼痛,失眠,头发也开始大量脱落了,随便一揪就是一小把.洗头的时候我妈妈一直在哭,说太吓人了,怎么能这么掉头发呢?但是我心里倒是很平静,该来的就会来,反而就没有那么害怕了.只是当时正值冬天,掉的头发都落在毛衣里面和黏在皮肤上很痒.我就索性去剃了光头.理发店小哥还挺会安慰人的,说剃光头很帅,穿点中性衣服,会酷酷的.

1. 艰难的过年

两次化疗完,就到了2018年春节,由于我的身体状况不能回老家过年,就让妈妈,我,顾小胖,妹妹在北京过年,弟弟和爸爸在家里过年.在家没有怎么做过饭的妈妈,现在着急怎么才能做出一顿年夜饭.最后,我们想出了一个办法,每人出一两个自己的拿手菜,这样一凑就是一顿不错的年夜饭.爸爸和弟弟两个人在家过年就清冷很多.但是弟弟在家也给爸爸很多安慰.虽然这是我家第一次不在一起过年,但是还是能感觉到家里人的心紧紧靠在一起互相扶持,艰难度日.

1. 转战天津

在第二次化疗的时候,任主任就找我们谈话,说了一些手术方案的事情.她说我这么年轻,恶性度又高,瘤子不小,保乳的机会估计不大,但是全切的话,感觉我太年轻了,这样也过于残忍,可以考虑乳房重建手术,并给我讲解了自体和假体重建的利弊.还有她说目前在本院做不了这样的重建手术,说她有位老师在天津肿瘤医院,是乳腺方面的专家,而且重建手术做的特别好,让我去找他会诊.

过完年之后,我就来到了天津肿瘤医院找到了张斌主任.主任很热情的接诊了我们.了解完我们的情况之后,就跟我说,不建议保乳,瘤子太大了,恶性度高,位置也不是特别好,建议先化疗后手术,并把我们拉进了他们的患者群,看到他们真实的治疗以及生活状态,我决定在天津肿瘤医院进行治疗

在天津肿瘤医院治疗,刚开始我们特别担心异地就医的报销问题,后来通过咨询单位同事,才知道现在都有医保异地联网实时报销的政策.这是因为这样的政策,我们才能安心的在天津治疗.

1. 化疗中的胡思乱想

接下来就是一次又一次的化疗,整天担心的自己的白细胞低,拼命吃东西改善营养.喝中药调理化疗药摧残的身体.呕吐,疼痛实时折磨我们的身心.开始冒出许多奇怪的想法:比如为什么是我得了这个病?我没有做什么伤天害理的事情啊?生病了还要连累父母,觉得很对不起.自己还能活多久?就是治疗完了是不是还是废人一个?如果做完手术,没有了一侧乳房,是不是不配有爱情,爱人了等等…

当这些念头刚出来的时候,我整天纠结其中,不愿意说话,不愿意刷牙,洗脸,吃饭.和老妈说,她也不知道如何劝我,只知道不要让我想这么多.安心治病就行.我知道她说的是对的.但是念头还是在脑子里盘旋,挥之不去.

后来和病友聊天,发现大多数人都有这样的一个时期.有的心思重的人直接就会整日以泪洗面,诉说自己的不幸.幸好我加了张斌主任的患者群,在群里把自己的烦恼和遇到的问题说出来,就会有大量热心的病友们告诉你如何去改善自己的问题.有的病友还会单独加你,跟你聊聊天,安慰你.其实如果是身体健康的人安慰,我未必能听得进去,因为他们没有经历过不能理解你,不能感同身受.但是病友们不同,她们是真的经历过你正在经历的一切,能真正的安慰到你.我很感谢张斌主任建立了这样的一个患者交流群,也感谢这些热心的病友在我需要帮助的时候能够给与我帮助.我也希望医生们能多建立这样的患者群,让患者们互相帮助,互相取暖.不要让身体上的病痛影响到心理.

1. 手术

终于在2018年6月份,随着张斌主任要出国,我的手术提前了,做了一系列的术前检查,6月15号早晨9点,我被推进了手术室,经历了乳腺切除手术,以及假体重建手术.妈妈,顾小胖在手术室外,下午1点多,我才出手术室,之后到重症监护室住一天.身上插满管子,麻药散去,右边身体疼痛难忍,而且不能动弹.

4天之后,我出院了,身体疼痛的不能直起腰.背一直是佝偻着,一个月之后,疼痛慢慢散去.继续下一次的化疗.终于到了8月15号.我的治疗过程已经全部结束.未来将开始新的篇章.

1. 结尾

中国古话说:祸福相依.这场大病让我饱经痛苦,但是也让我成长了很多.我更能理解父母的心情和辛酸.也能怀着感恩之心对待他人,更重要的是我学会了活在当下.人也许真的是经历过一场死亡才知道当下最重要.明天与死亡不知道那个先到来.开心活在当下最重要.我也希望同样在经历着痛苦的你们不要放弃,活在当下!