

乳房再造术后患者王爽(化名)…… 学会与无常和解,做出余生更好答卷

“我想要的,是更鲜活、更精彩的人生。”这是我决定做乳房再造时最真实的想法。

18个月前,我被确诊为乳腺黏液癌,经历了左侧乳房切除和淋巴清扫,即便手术成功也难免遗憾和落寞。真正让我意识到变化的,是术后40多天的一次瑜伽练习。“大猫伸展”的动作,让我清楚地感受到右侧胸腔可以贴地,而左侧是空的。那一刻我明白,手术使我失去的不只是外形,还有身体完整的感觉。

之后我开始了了解乳房再造,并在医生的详细讲解后,逐渐重拾对生活的期待。最终我选择了DIEP乳房再造手术,因为我想要的不是形态的恢复,而是一个有血有肉、真正属于自己的完整身体。

如今,手术完成已经10个多月,我恢复了正常生活,重新回到了我热爱的游泳、瑜伽运动中,让我觉得失而复得,人间美好,一切值得!

很多人认为乳房再造只是为了美观,但对患者来说,它更是一种身体和心理的双重修复。以前,乳腺癌患者只想着“活下去”,而现在我敢说:“我想要生活得更圆满、更精彩!”

我想对乳腺癌姐妹们说:病痛并不可怕,相信医生,现代医学能够做的并不只是治病救命,它还能帮助我们重新找回自信与希望!



新希望·心同行-乳房再造“援”梦公益救助行动发起人
中国医学科学院整形外科医院主任医师

栾杰:十年一程,终为一件事而来

2016年,新希望·心同行-乳房再造“援”梦公益救助行动(以下简称公益行动)启动。彼时,我国乳房再造仍处于理念普及与技术推广阶段,公众认知有限,区域发展不平衡,患者获得规范化治疗的机会较为有限。公益行动的初衷源于“做一件有意义的事情”的朴素愿望——希望更多乳腺癌患者在完成肿瘤治疗后,能够通过乳房再造恢复应有的生活质量与人格尊严。

在长期推进过程中,公益行动的意义逐渐深化。其不仅体现在对患者的帮助,更在于参与者在持续投入中形成一种稳定的价值认同与内在秩序。这种变化,使此行动逐步转化为长期坚持的价值选择。

随着乳房再造的理念不断为大众所理解,接受乳房再造的患者越来越多。国内具备乳房再造技术条件的医院和整形外科医生数量远远不能满足患者的需求。迫切需要培养一批既有资质又能胜任乳房再造的临床医生。

基于此,公益行动始终坚持两条主线:一是持续推进公益救助,提升乳房再造的可及性;二是同步推进人才培养与理念传播,使更多地区逐步具备开展规范化乳房再造的能力。

十周年既是阶段性总结,又是体系成熟的起点。下一阶段工作的关键在于,推动规范能力真正下沉,使乳房再造成为更多地区可获得、可规范、可持续的基础医疗能力,并真正嵌入乳腺癌综合治疗体系之中。



新希望·心同行-乳房再造“援”梦公益救助行动联合发起人
中国人体健康科技促进会党支部书记、秘书长

夏岑灿:十年守望,终见花开

2016年,新希望·心同行-乳房再造“援”梦公益救助行动(以下简称公益行动)在“五个一”宗旨——救助一批患者、传播一个理念、传授一项技术、培养一支团队、搭建一座桥梁的引领下正式启动。十年来,其逐步构建起临床支持、公益救助与学术交流协同推进的运营体系,并不断完善机制与服务模式,推动乳房再造公益技术向规范化、系统化发展。

公益行动从早期“无癌无忧、无缺无憾”的理念倡导与局部探索,到如今形成覆盖多地、联动多方的协同推进格局,实现了由单点实践向体系化工程的转变。在持续发展过程中,其内涵不断深化:从技术探索走向多学科融合,从临床治疗延展至人文关怀,逐步成为我国乳房再造公益领域具有代表性的实践样本。

今年公益行动首次设置“纪念公益跑”环节,并以“关爱终结恐惧(Care ends Fear)”为主题。公益跑所传递的

不只是运动本身,更是一种持续向前的生命态度。

下一步,公益行动将继续推动乳房再造医疗资源的规范化布局与可及性提升,强化多方协作机制,完善长期随访与综合支持体系,使更多患者受益于系统、规范和可持续的医疗公益服务。

十年守望,终见花开。这既是一段关于坚持的旅程,也是一场关于承诺的兑现。在时间的沉淀中,初心未改;在持续的实践中,价值愈发清晰。



新希望·心同行-乳房再造“援”梦公益救助行动爱心大使
北京广播电视台主持人

悦悦:一份坚持十年的信念与守护

十年,是一段时间的刻度,更是一份坚持的信念与守护。

开展新希望·心同行-乳房再造“援”梦公益救助行动,源于社会各界对乳腺癌术后女性真实处境的持续关注。在医学治疗之外,我们逐渐清晰地认识到,疾病所带来的影响不只停留在生存层面,还延伸至身体完整性的缺失、外在形态的改变,以及由此引发的自我认

同重建与长期心理修复等方面。

在这一背景下,乳房再造的意义不断深化。它不仅是外科技术发展的体现,更是对身体完整与生命尊严的一种修复与重建,是乳腺癌全程管理体系中不可或缺的重要环节。正因如此,这一公益行动所承载的价值已超越单一医疗援助本身,转向对患者全周期生活质量的持续关注与支持。

回望十年,这不仅是成果的累积,更是认知的深化——关于疾病、身体与尊

严,也关于如何在生命的修复过程中重新获得完整生活的能力与可能。

我相信,这份跨越十年的坚持将指向一个更清晰的目标——让更多女性在完成治疗后,以完整、自信且有尊严的姿态,重新投入美好的生活。

