



اكتشفي تشفي ...

الكشف المبكر عن سرطان الثدي



ANUH
مستشفى النجاح الوطني الجامعي
An - Najah National University Hospital



ما هو سرطان الثدي؟

سرطان الثدي هو عبارة عن انقسام خلايا أنسجة الثدي ونموها دون الخضوع لأنظمة التحكم الطبيعية في الجسم، وقد تغزو هذه الخلايا النسيج المحيط بالثدي كما يمكن أن تنتقل لأجزاء أخرى من الجسم عن طريق الدم أو الجهاز الليمفاوي إذا لم يتم علاجها. ويصيب سرطان الثدي الرجال والنساء على حد سواء، ولكن الإصابة لدى الذكور نادرة الحدوث. فبالمقابل كل إصابة لدى الذكور يوجد 100 إصابة للنساء.

أسباب سرطان الثدي؟

- التقدم في السن
- العامل الوراثي والطفرات الجينية
- الإصابة السابقة بسرطان الثدي.
- التدخين
- التعرض للأشعة لمنطقة الوجه أو الصدر قبل بلوغ الثلاثين من العمر
- البلوغ المبكر قبل سن 12 سنة وانقطاع الطمث بعد الخمسين.
- النساء اللواتي ولدن أول طفل لهن بعد عمر الثلاثين.
- عدم ممارسة الرياضة
- علاقة سرطان الثدي بالرضاعة: يكثر احتمال الإصابة عند المرأة التي لا تستخدم الرضاعة الطبيعية مطلقاً.
- الوزن الزائد والسمنة المفرطة

أعراض قد تعني الإصابة بسرطان الثدي يجب لانتباه لها:

تغير في شكل الثدي
أو شكل الحلمة

تورم تحت
الربط

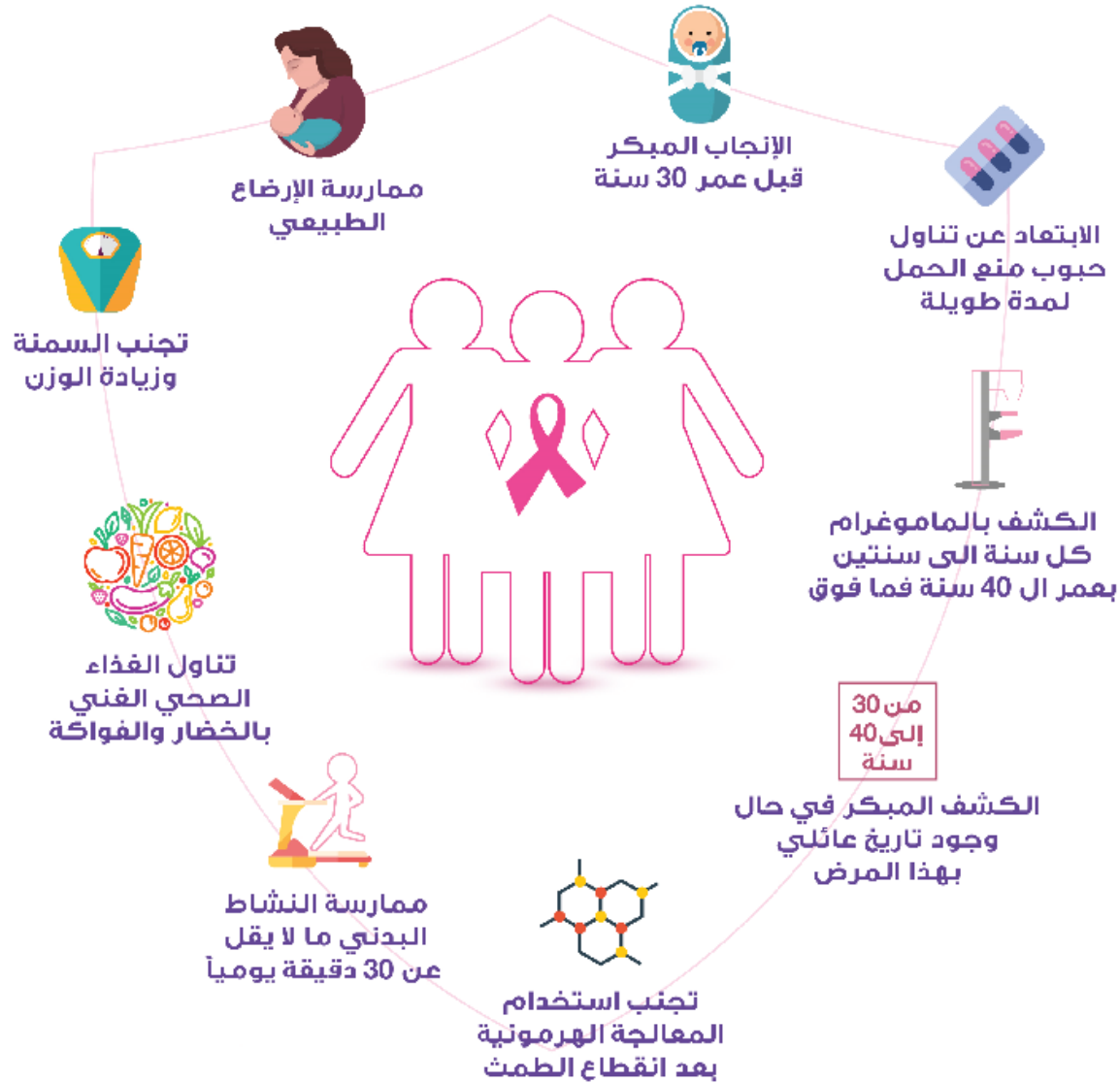
تغير لون
جلد الثدي

تورم أو سماكة
الثدي

حدوث أي تقرح على الجلد أو على
الحلمة لا ينبغي

إفراز سائل غير طبيعي أو يحتوي على
دم من الحلمة

لكي تقللي من احتمالية إصابتك بسرطان الثدي



الاكتشاف المبكر لسرطان الثدي وبالتالي العلاج المبكر هو أفضل الطرق المتاحة لتقليل عدد الوفيات وزيادة عدد الناجيات من المصابات بسرطان الثدي. كلما تم اكتشاف المرض مبكراً كلما زادت فرص النجاة وتجنب العلاج القاسي.

ما هي طرق الكشف المبكر عن سرطان الثدي

أولاً: الفحص الذاتي الشهري:

- هو فحص دوري للكشف المبكر عن سرطان الثدي يتم عن طريق اللمس والنظر. وننصح جميع النساء بالبدء بإجرائه شهرياً منذ سن العشرين فما فوق.
- يتم إجراء هذا الفحص في اليوم السابع أو الثامن من بدء الدورة الشهرية، حيث يكون احتقان الثديين بسبب الدورة قد انتهى.
- إذا كنت مرضعة فعليك إجراء الفحص بعد الانتهاء من عملية الرضاعة للتأكد من إفراغ الثديين من الحليب.
- إذا كنت حاملاً أو بلغت سن الأمان فلا تتوقفي عن الفحص لأنه لا يوجد دورة شهرية. بل حددي يوم معين من الشهر تحفظيه جيداً للقيام بالفحص دورياً.

الفحص الذاتي للثدي



1- استلقي على ظهرك، ثم ضع ذراعك اليسرى تحت رأسك. استخدم يديك اليمنى لفحص ثديك الأيسر بحركتي أصابعك الثلاث المتوسطة المنبسطة بلطف عبر حركات دائرية صغيرة على كامل ثديك للبحث عن أي كتلة أو عقدة قاسية أو تسمك. طبقي مستويات مختلفة من الضغط (خفيف/متوسط/عميق) على كل منطقة من ثديك. افحصي كامل ثديك ابتداءً من عظم الترقوة أعلى ثديك ونزولاً إلى الأضلاع أسفل ثديك. بذلي الذراعين وأعيدي الخطوات السابقة على الثدي الآخر.



2- انظري إلى الثديين وأنت واقفة أمام المرآة ويديك مثبتتان على منطقة الورك. ابحثي عن كتل وتغيرات جديدة في الحجم والشكل، و عن تورم أو تنقرات على الجلد.

3- ارفعي أحد ذراعيك و ثم ارفعي الأخرى كي تتمكني من إجراء الفحص تحت ذراعيك بحثاً عن كتل.

4- اعصري حلمة كل ثدي بلطف بين إبهامك وسبابتك. أخبري طبيبك فوراً إن لاحظت أي مفرزات أو سوائل تخرج من حلمتيك أو أي كتل وتغيرات في الثديين.



تذكري عزيزتي أن الفحص الذاتي الشهري فحص بسيط وسهل، فهل ستبدئين بتخصيص 10 دقائق شهرياً لنفسك قد تنقذ حياتك وتغيرها للأبد.

ثانياً: الفحص السريري بواسطة الطبيبة:

هو فحص للثدي بواسطة الطبيبة المختصة، التي يمكنها الحكم على طريقتك في إجراء الفحص الذاتي لثدييك ومدى صحتها. كوني مستعدة لإعطاء المعلومات اللازمة لإجراء فحوصات الثدي. ملاحظتك لأي تغيير في الثدي، وأي عوامل خطورة لديك. أن الفحص السريري للثدي يكون فعالاً في الكشف المبكر عن سرطان الثدي خصوصاً عند النساء اللواتي احتمالية إصابتهن عادية واللواتي يقل عمرهن عن 40 عاماً. حيث لا يوصى بإجراء الماموجرام (الفحص الإشعاعي) لهن. أما النساء اللواتي تزيد أعمارهن عن 40 عاماً. فيعتبر الفحص السريري مكماً وليس بديلاً للماموجرام.



ثالثاً: الفحص الإشعاعي (الماموجرام):

هو تصوير الثدي بالأشعة السينية، ويعتبر أدق وسيلة للكشف المبكر عن سرطان الثدي. فبواسطة الماموجرام يمكن الكشف المبكر عن سرطان الثدي قبل أن تلاحظي وجود مشاكل في الثدي. حيث يمكنه الكشف عن السرطان عندما يكون حجمه صغيراً وسهل المعالجة دون فقدان الثدي وعليه ننصح جميع النساء بإجراء التصوير الإشعاعي (الماموجرام) من سنة الى سنتين. اعتباراً من سن الـ 40 (وربما قبل ذلك إذا كان لديك تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الثدي).

وسائل الكشف المبكر عن سرطان الثدي

التكرار	العمر	الفحص
شهرياً	20 سنة فما فوق	الفحص الذاتي للثدي
كل 3 سنوات	20-30 سنة	الفحص السريري للثدي
سنوياً	40-69 سنة	
من سنة الى سنتين	40-69 سنة	أشعة الثدي الماموجرام

لا تحتاري

فحصك الآن ... يعني الأمان

كيفية علاج سرطان الثدي

يعتبر سرطان الثدي الآن أكثر قابلية للشفاء بفضل تطور تقنيات المعالجة. وتختلف طرق علاجه باختلاف نوعه ومدى انتشاره وعمر المرأة المصابة ووضعها الصحي.

طرق علاج سرطان الثدي:

- **التدخل الجراحي:** يعتمد على حجم الورم ومدى انتشار المرض. حيث يتم استئصال الورم (إذا كان صغيراً) والغدد الليمفاوية تحت الإبط أو استئصال الثدي ككل.
- **العلاج الإشعاعي:** هو علاج موضعي يتم بواسطة استخدام أشعة قوية تقوم بتدمير الخلايا السرطانية لإيقاف نشاطها.
- **العلاج الكيميائي:** هو علاج شامل يعطى بشكل دوري ويتم بالحقن عبر الوريد أو عن طريق الفم لقتل الخلايا السرطانية.
- **العلاج الهرموني:** يتم عن طريق استئصال الأعضاء المصابة أو عن طريق الأدوية التي تغير عمل الهرمونات.
- **العلاج الموجه أو Targeted Therapy** هو علاج السرطان الذي يستهدف الخلايا السرطانية على وجه التحديد باستخدام أدوية أو غيرها من المواد لمنع الإشارات الكيميائية على مستوى الخلية، حيث أنه المسبب لنمو وتقسيم الخلايا السرطانية.

لمزيد من المتابعة والرعاية الطبية، بإمكانك التوجه إلى أطبائنا الذين سيقومون بتوجيهك نحو الأمان والسلامة

مع تمنياتنا لكم بدوام الصحة والعافية

فلسطين – نابلس – شارع عصيرة

صندوق البريد: 797

هاتف: 97092331471

فاكس: 97092389683

البريد الإلكتروني: nnuh@najah.edu

الموقع الإلكتروني: www.nnuh.org



NajahNNUH