

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب
التثقيف الصحي



سرطان الثدي



ما هو سرطان الثدي؟

نوع من أنواع السرطان يكون بسبب تغير في
عمل ونمو الخلايا اللي تكون أنسجة الثدي ولا
يستطيع الجسم السيطرة عليها

أكثر أنواع السرطان شيوعًا في العالم
والأول عالميًا عند النساء



ما هو سرطان الثدي؟

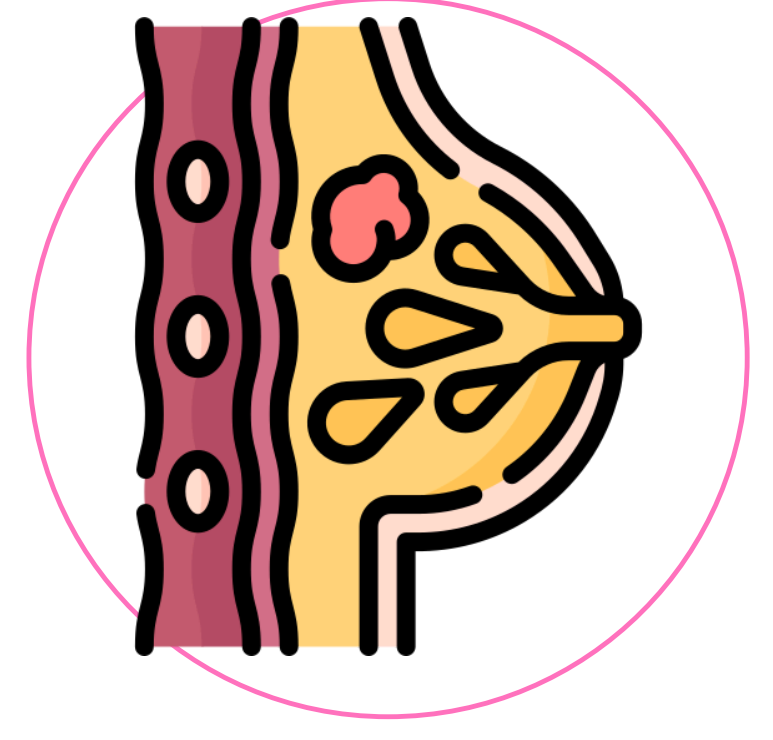
وأكثر من حالات السرطان في
المملكة يتم كشفها بمراحل
متأخرة فالكشف المبكر سبب
لانخفاض معدل الوفيات

55%



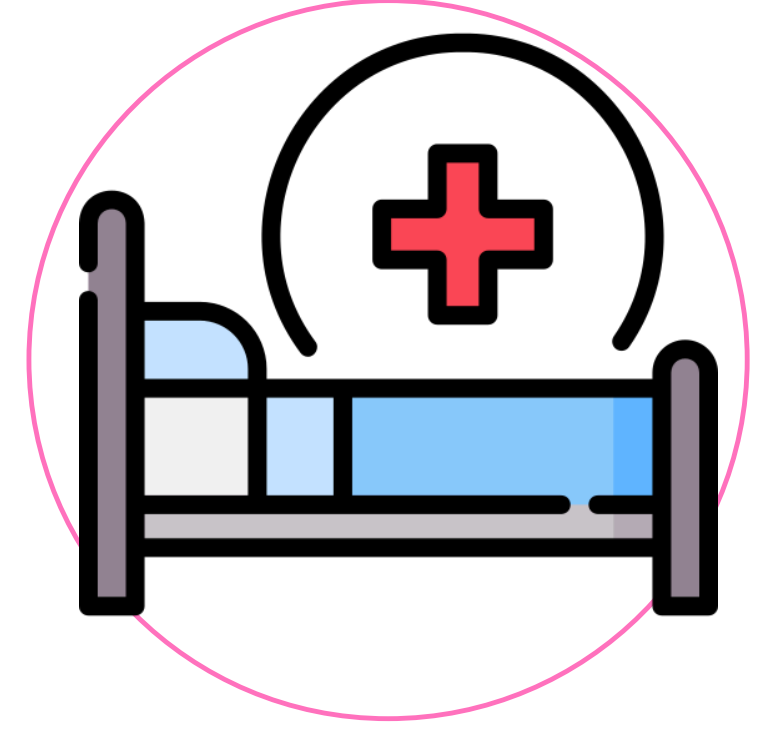
من أورام الثدي هي أورام
حميدة (غير سرطانية)

80%



تزيد نسبة الشفاء
عند الكشف المبكر

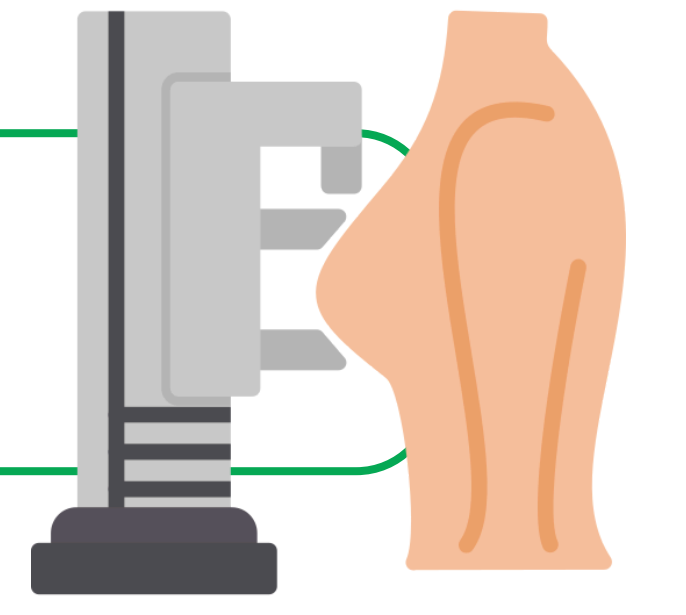
95%



متى يجب الكشف عن سرطان الثدي؟

عند بلوغ سن 40 سنة

يصبح تصوير الثدي بالمماموغرام ضروريًا كل عامين



من عمر 30 سنة في الحالات التالية

وجود إصابة سابقة بسرطان الثدي أو المبيض



وجود تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الثدي



التعرض لمعالجة إشعاعية في عمر صغير



وجود عامل وراثي للإصابة بسرطان الثدي



ما هي أفضل طريقة للكشف عن سرطان الثدي؟

تصوير الثدي بأشعة الماموغرام
أشعة سينية بسيطة (X ray)

يستغرق الإجراء 20 دقيقة

يتضمن إجراء صورتين أو أكثر لكل ثدي

يكشف الأورام التي لا يمكن
كشفها بالفحص الذاتي

يكشف الأورام قبل ظهور الأعراض
بمدة تصل إلى 3 سنوات

أفضل وسيلة للكشف المبكر
عند السيدات من عمر **40 سنة**

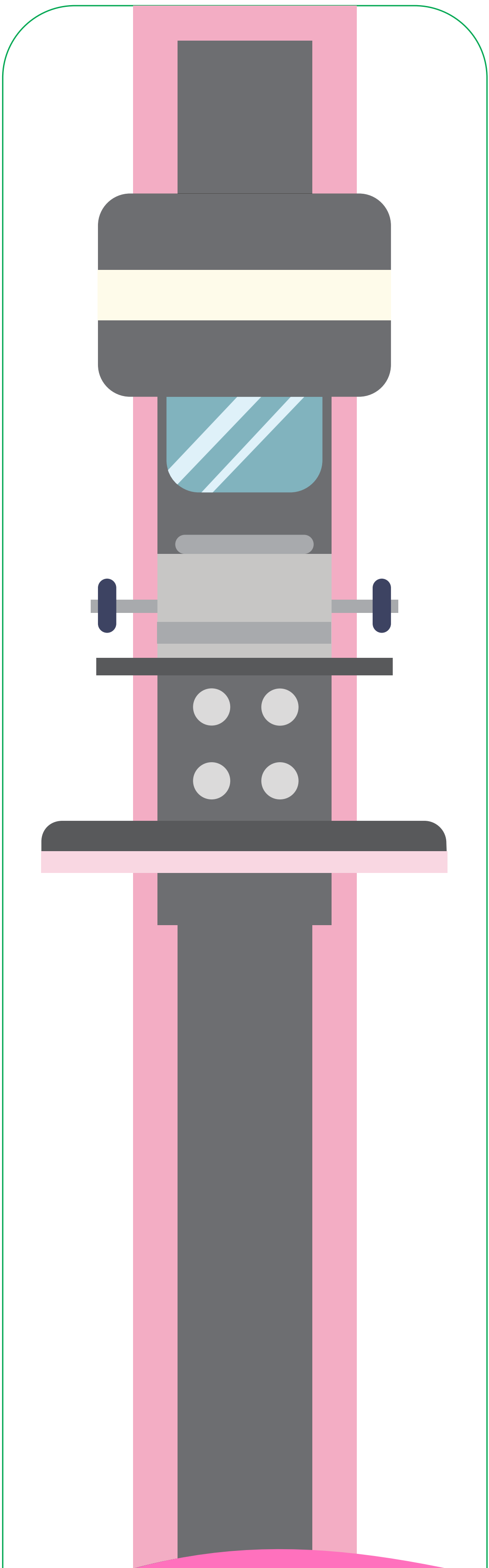
لماذا استخدام الماموغرام؟

الكشف المبكر

أشعة كشف عن التغيرات غير طبيعية
بالتدي وقبل ظهور الأعراض

التشخيص

للتحقق من التغيرات المشتبه
بها في الثدي مثل ظهور كتلة
جديدة بالتدي



ما هي شروط الفحص بأشعة الماموغرام؟

30 سنة فما فوق عند وجود
تاريخ شخصي أو عائلي
بسرطان الثدي أو المبيض

30

40 سنة فما فوق

40

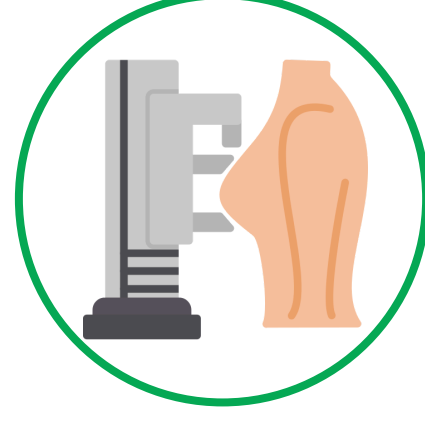
غير مرضع



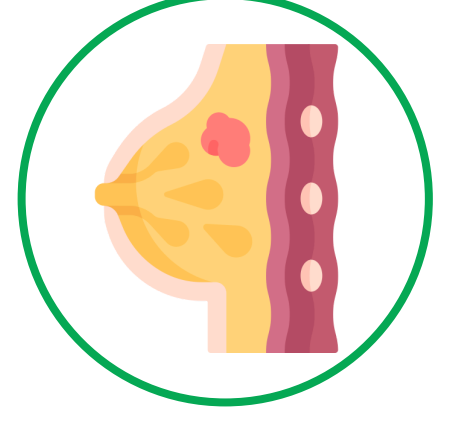
غير حامل



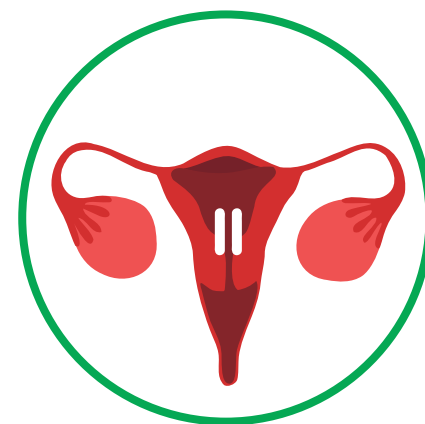
لم يتم الفحص بالماموغرام
خلال الـ 23 شهرًا الماضية



لا توجد لديك أعراض
حادة بالثدي



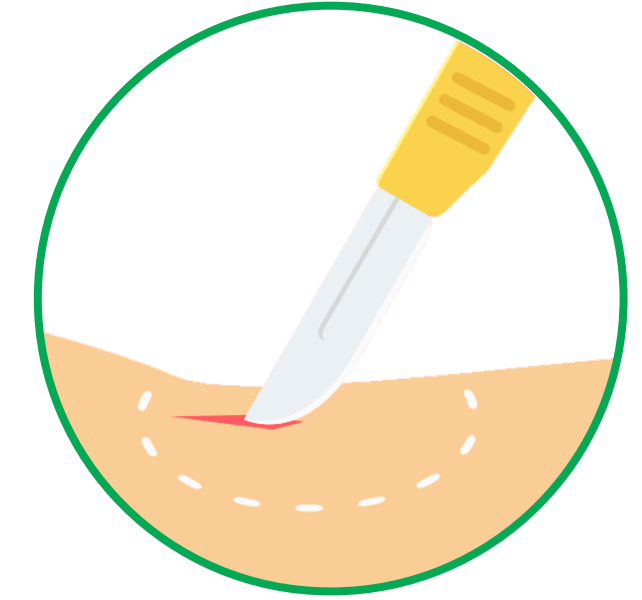
في حال انقطاع الطمث
يمكن إجراء لفحص بأي وقت



يفضل الحضور أيام
الدورة الشهرية



في حال وجود إجراء طبي سابق للثدي
مثل غرسات أو تكبير الثدي التجميلي
يفضل استشارة الطبيب قبل إجراء الفحص



ما عوامل الخطر التي تزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي؟

التقدم في السن
معظم الحالات بعد سن الأربعين.



التاريخ العائلي
يزيد احتمال الإصابة إذا أصيب أحد الأقارب من
الدرجة الأولى (الأم أو الأخت أو الابنة).

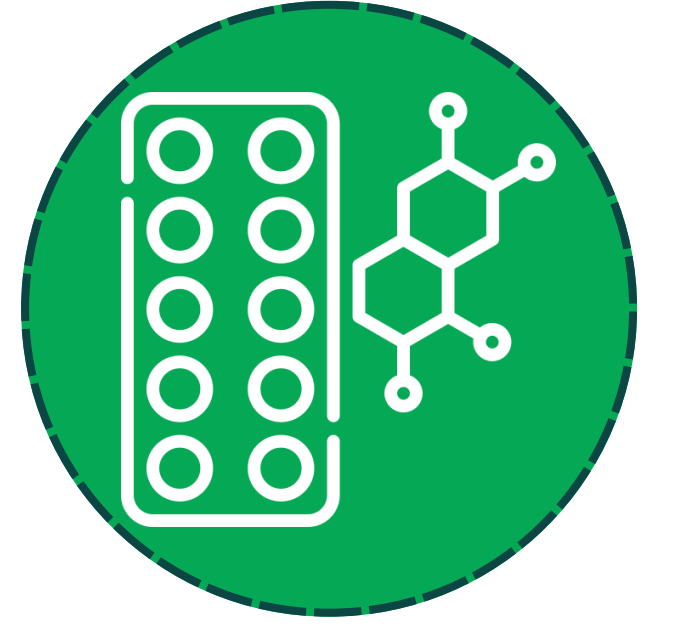


الدورة الشهرية
من عوامل الخطر للإصابة بسرطان الثدي.



12 قبل 12 سنة
بدء الدورة الشهرية 55
توقف الدورة الشهرية بعد 55 سنة

العلاج الهرموني
حبوب منع الحمل أو التي تستخدم أثناء
انقطاع الطمث يزيد احتمال الإصابة عند
تناولها لفترات طويلة



كيف تقللين من احتمالية إصابتك بسرطان الثدي؟



الكشف المبكر في حال
وجود تاريخ عائلي



الرضاعة الطبيعية



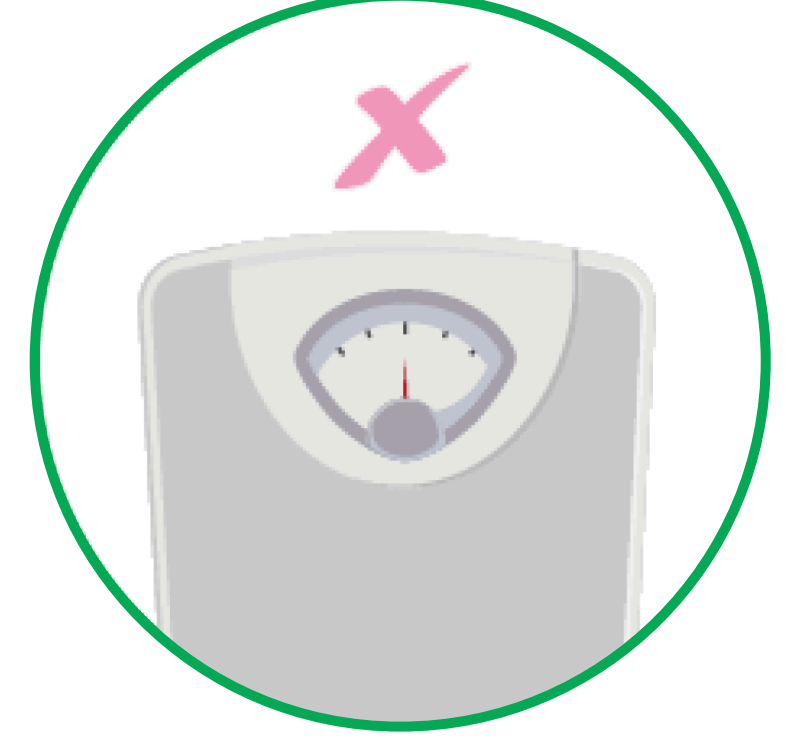
الإنجاب المبكر قبل
عمر 30 سنة



تناول الغذاء الصحي
الغني بالخضار والفواكة



ممارسة النشاط البدني ما
لا يقل عن 30 دقيقة يوميًا



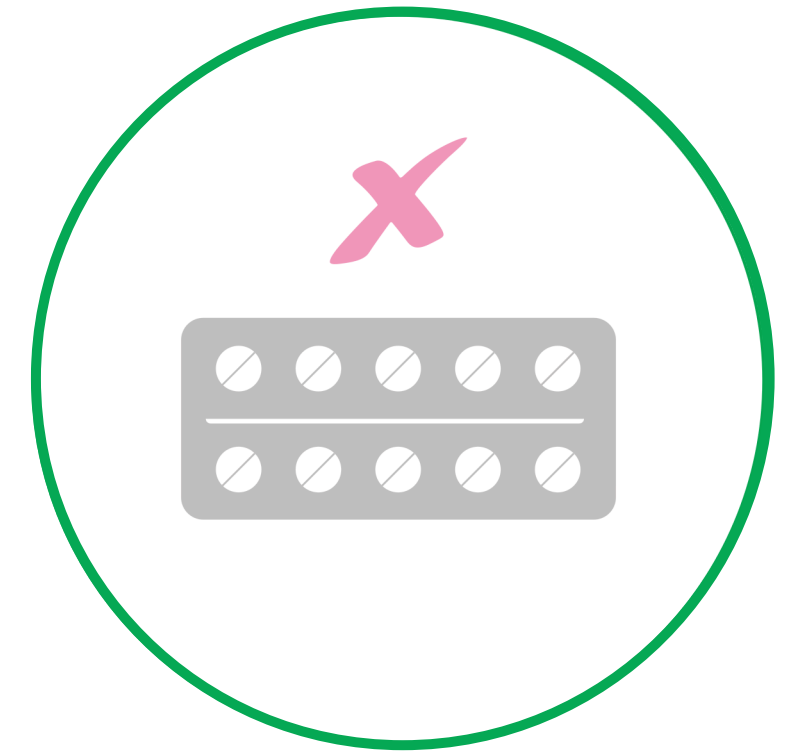
تجنب السمنة
وزيادة الوزن



الكشف بالماموغرام كل
سنتين من عمر الـ40 سنة



تجنب المعالجة الهرمونية
بعد انقطاع الطمث



الابتعاد عن تناول حبوب
منع الحمل لمدة طويلة

لماذا قد تشعرين بألم في الثدي؟

في معظم الأحيان لا يكون الألم مقلقًا
حيث يمكن أن ينجم عن أسباب متنوعة مثل:

1 أسباب هرمونية طبيعية ترتبط بالحيض أو الحمل أو البلوغ

2 كبر حجم الثدي حيث تشعر السيدة بثقل والألم
يجرّها إلى الأمام

3 زيادة الوزن حيث تتجمع الدهون في منطقة الصدر والثدي
مما يزيد الثقل في تلك المنطقة والشعور بالألم

4 ارتداء حمالات الصدر الغير مناسبة لحجم الثدي أو ضيقة
لفترات طويلة

5 الاضطرابات النفسية والمشاكل الاجتماعية أو الإقدام على
خطوة جديدة مهمة أو الحزن الشديد وغير ذلك

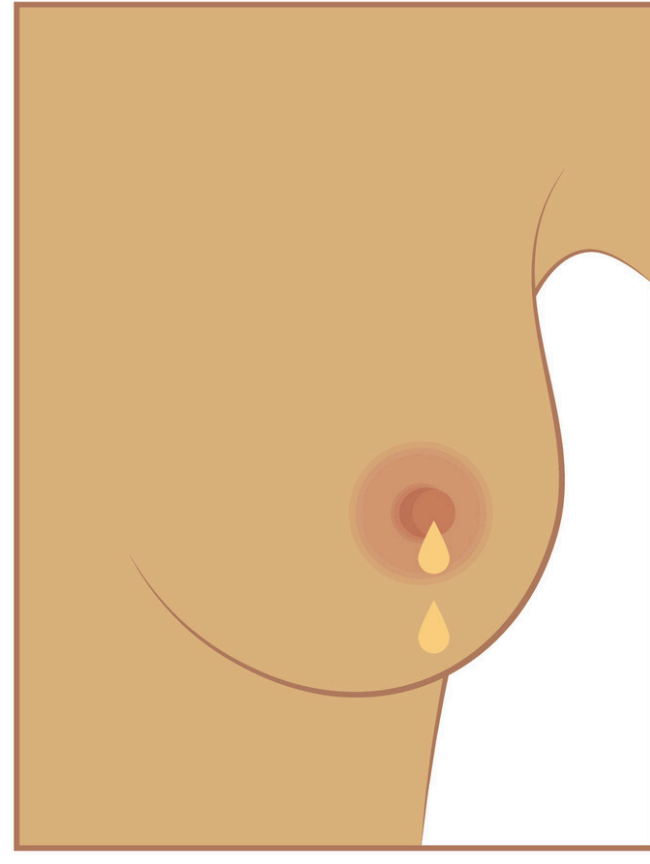
6 التدخين والكافيين يسببان في بعض الأحيان ألم في الثدي
غير دوري

7 بعض الأدوية مثل العلاجات الهرمونية التي تعالج العقم
وموانع الحمل، مدرات البول، وبعض أدوية الاكتئاب

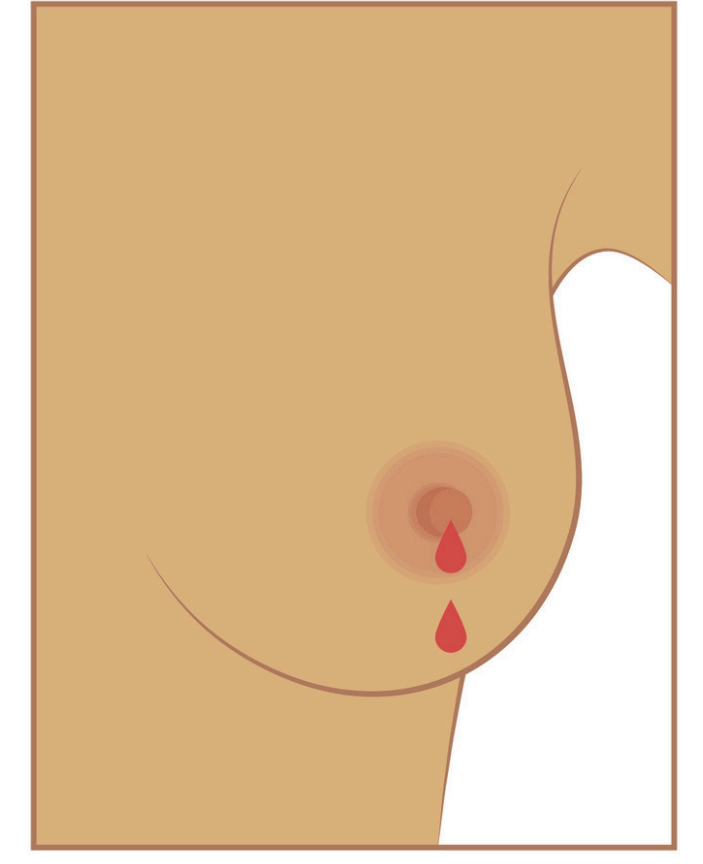
الأورام الخبيثة السرطانية غالبًا ما تكون غير مؤلمة في أكثر من 90% من الحالات
أو قد تصاحبها آلام طفيفة تختلف عن المعتاد للسيدة ويبدأ الألم في المراحل
المتأخرة فقط مع حدوث تغيرات واضحة في الثدي

ما هي العلامات والأعراض سرطان الثدي؟

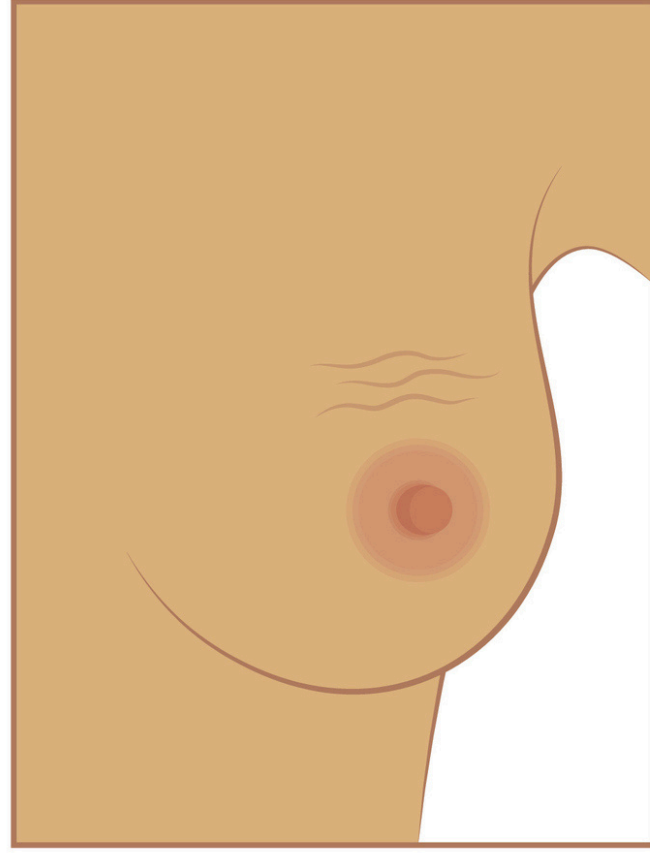
إفرازات من
الغدد الليمفاوية



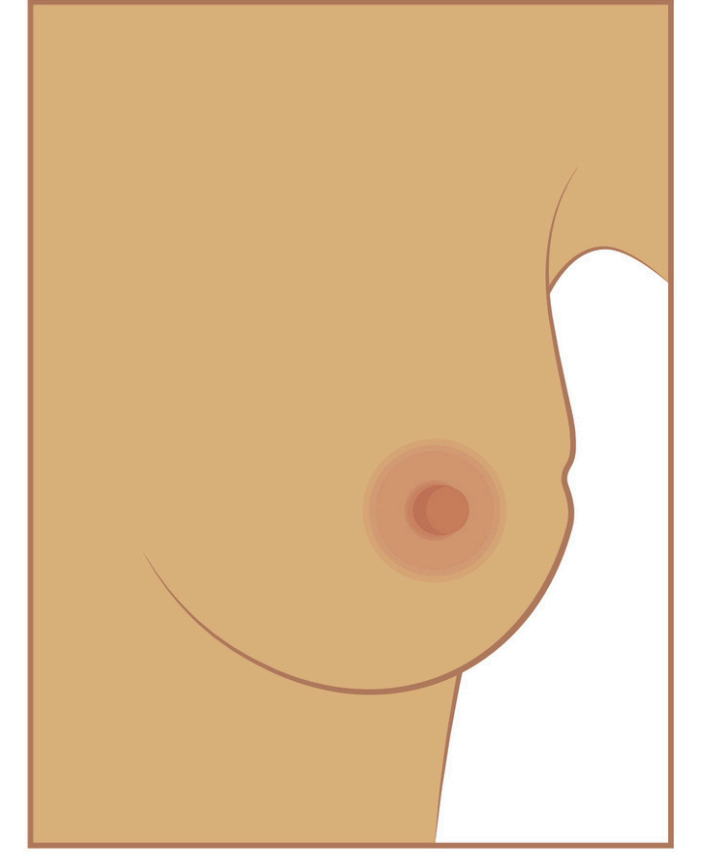
إفراز دموي



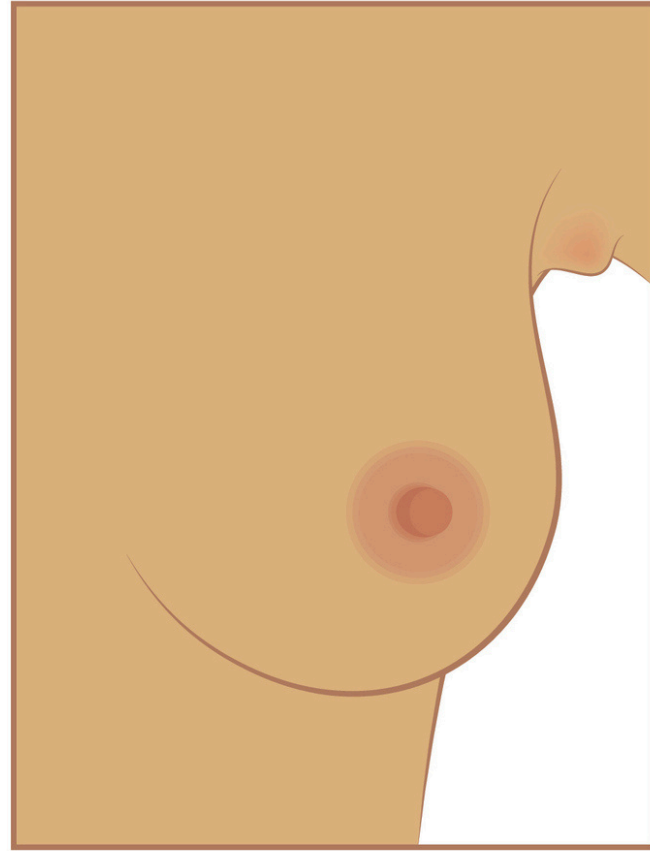
تغير في حجم
أو ملمس الجلد



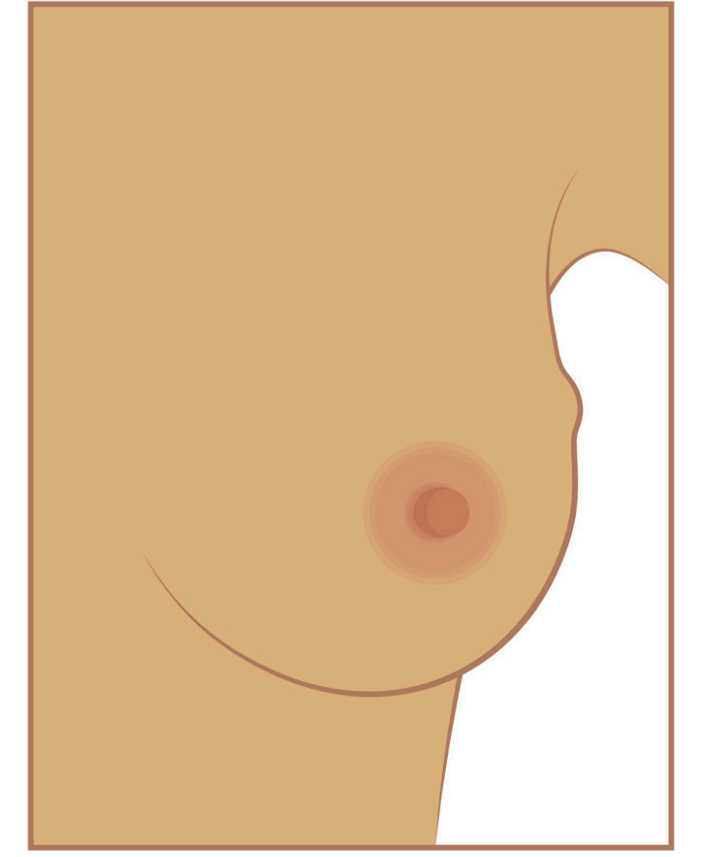
تغير في الجلد



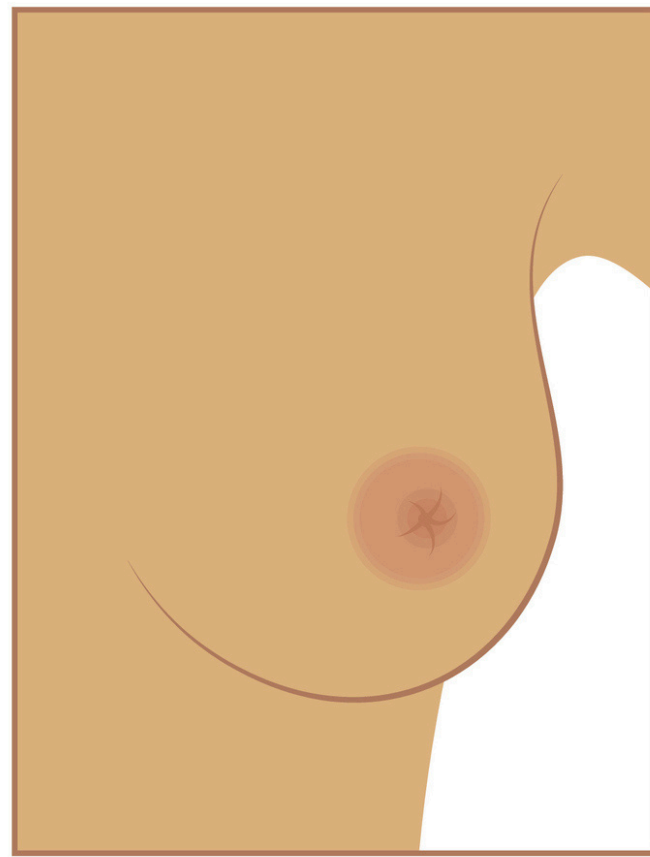
كتلة في الإبط



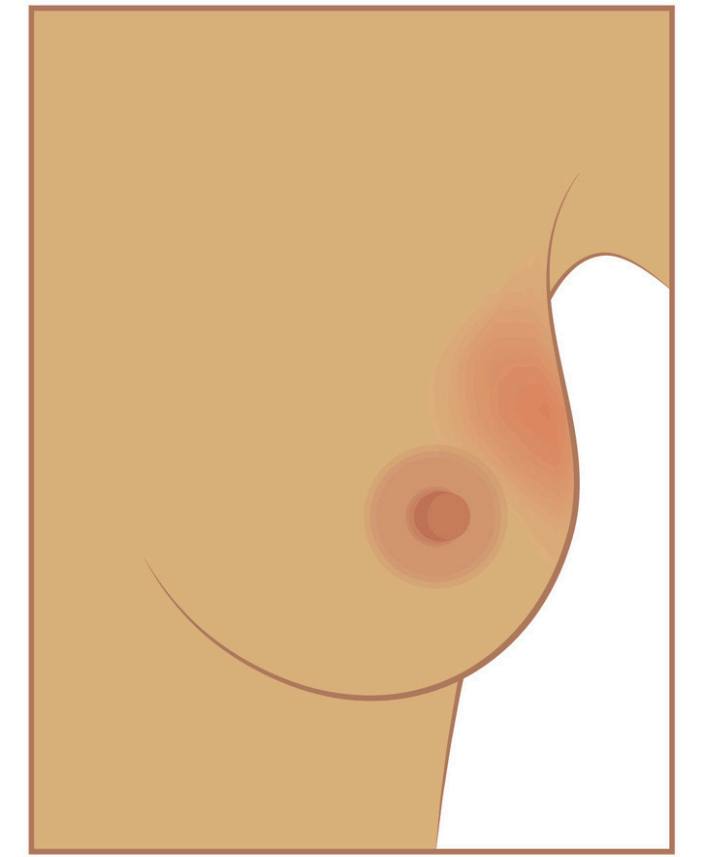
كتلة في الثدي



انقلاب الحلمة



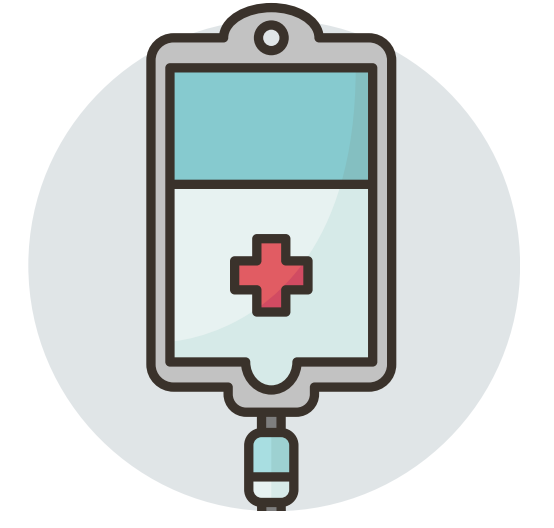
احمرار أو
طفح جلدي



ماهي طرق علاج سرطان الثدي؟

العلاج الكيميائي

يستخدم لتقليل أو القضاء على الخلايا السرطانية.



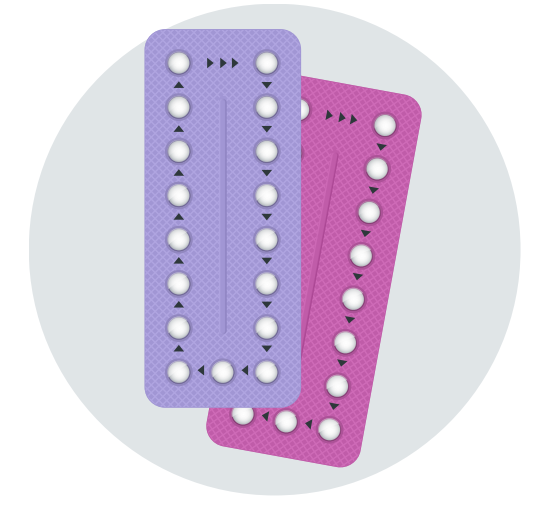
العلاج الإشعاعي

لقتل الخلايا السرطانية المتبقية بعد الجراحة.



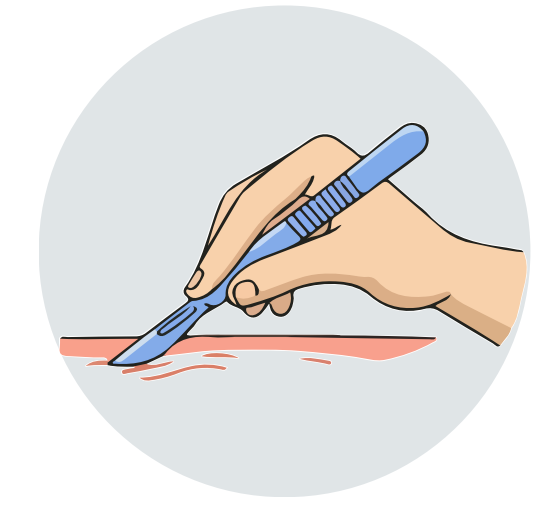
العلاج الهرموني والموجه

لبعض أنواع السرطان حسب المستقبلات الهرمونية.



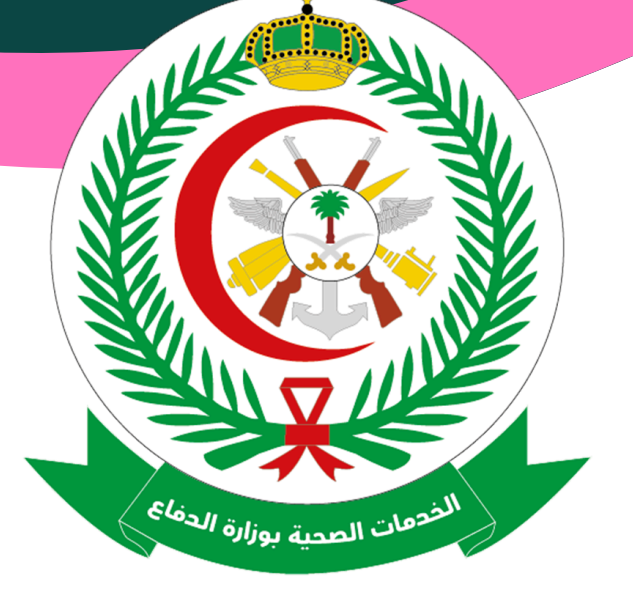
العلاج الجراحي

استئصال الورم أو الثدي حسب الحالة.



المتابعة بعد العلاج وتكون عن طريق الفحص الدوري
مهم للكشف عن أي عودة محتملة للمرض

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب
التثقيف الصحي



مفاهيم خاطئة عن سرطان الثدي



الفحص بأشعة الماموغرام

يزيد من احتمالية

الإصابة بسرطان الثدي!

غير صحيح

الماموغرام أفضل وسيلة للكشف عن سرطان الثدي وهي طريقة آمنة باستخدام أشعة سينية ولم يثبت تسببها بالسرطان لأي من الحالات



مزيلات العرق وخاصة التي تحتوي على ألمنيوم **تسبب سرطان الثدي!**

غير صحيح

مزيلات العرق آمنة بالعموم
ولا يوجد أي إثبات علمي على وجود علاقة بين
مزيلات العرق بلألمنيوم وسرطان الثدي



إذا كانت نتيجة فحص الماموغرام طبيعية فلا حاجة لإجرائه مرة أخرى!

حتى مع نتيجة جيدة العام الماضي لا يمكن
التوقف عن الفحوصات.

الماموغرام الدوري يكشف التغيرات المبكرة في
الثدي ويساعد في تحسين فرص العلاج والشفاء
لذا من الأفضل الالتزام بفحص كل عامين

أشعة الماموغرام تؤثر على الغدة الدرقية!

كمية الأشعة المستخدمة بالماموغرام قليلة جدًا
وتعادل التعرض للأشعة الطبيعية لمدة 3 أشهر



كمية أشعة الماموغرام التي تصل للغدة تعادل
نصف ساعة من التعرض للأشعة الطبيعية
وبالتالي ليس لها تأثير ضار



ارتداء الدرع الواقي للغدة الدرقية قد يقلل من
جودة تصوير الماموغرام ودقة التشخيص

