



# احذروا سرطان الثدي

- ◀ يصيب سرطان الثدي الرجال والنساء على حد سواء لكنه ينتشر بين النساء بصورة أكثر.
- ◀ ينتشر سرطان الثدي بين النساء الفلسطينيات بشكل ملحوظ.
- ◀ مراقبة المرأة لثديها منذ سن مبكرة أمر ضروري .
- ◀ يمكن علاج سرطان الثدي بالكشف المبكر عنه.

## ما هو سرطان الثدي ؟

إن وجود سرطان ثدي يعنى أن بعض الخلايا داخل الثدي تنمو بشكل غير طبيعي وتشكل كتلة داخله، وتختلف هذه الخلايا (السرطانية) عن الخلايا الطبيعية في عدة أمور: منها الحجم والشكل و السلوك وهى تغزو الأنسجة المحيطة وأحياناً تنتقل إلى أماكن أخرى.

## ما هي أعراض سرطان الثدي ؟

١. ظهور كتلة بالثدي مفردة في أحد الثديين، يابسة، وغير منتظمة ومتداخلة في أنسجة الثدي، غير مؤلمة وغير متحركة.
٢. إفرازات عضوية من الحلمة خاصة بعد سن الخمسين.
٣. تغيرات بالجلد وتضخم بالعقد الليمفاوية الإبطينية.
٤. تقرحات لم تشفى.
٥. تقعر في الجلد حتى تصبح منطقة من الثدي منخفضة عن الأخرى.
٦. قد تاتي المريضة بأعراض الإصابة المتقدمة مثل إصابة الرئة أو العظام.

## ما هي العوامل التي تساعد على الإصابة في سرطان الثدي؟

العوامل الوراثية ( مثل إصابة الأخت، الأم بمثل هذا السرطان، الحمل المتأخر، التاريخ المرضي للمرأة، ازدياد السن، المعالجة الهرمونية دون استشارة طبية، استخدام حبوب منع الحمل لفترات طويلة دون الكشف الطبي المستمر، انقطاع الدورة الشهرية المتأخر، الحيض المبكر، بالإضافة إلى عوامل أخرى كالسمنة (خاصة إذا زاد وزن المرأة ٤٠٪ عن الوزن المثالي). السيدة التي لم تنجب أو التي أنجبت الطفل الأول بعد سن الثلاثين.

## ما هي أهم الطرق المتبعة للكشف المبكر عن سرطان الثدي؟

### أولاً: عن طريق الفحص الذاتي للثدي

وهو عبارة عن فحص ذاتي يجب على جميع الإناث من عمر ١٨ فما فوق اجراءه مرة كل شهر بعد انتهاء فترة الحيض من ٤-٦ ايام بعد اخذ الارشادات عن كيفية اجراء الفحص من قبل الطبيبة / الممرضة.

### ثانياً: عن طريق الفحص السريري

وهو أن تقوم النساء والفتيات بزيارة الطبيب/ة لإجراء فحوصات يديوية للثدي من شأنها الكشف المبكر عنه وذلك مرة واحدة في السنة من عمر ٤٠ فما فوق.

### ثالثاً: التصوير المموغرافي الإشعاعي للثدي

حيث يجري هذا الفحص من خلال التصوير الإشعاعي لرؤية الأجزاء الداخلية للثدي ويكون ذلك مرة واحدة من عمر ٣٥-٤٠ عاماً و مرة كل سنتين من عمر ٤٠-٥٠ عام اما فوق ٥٠ عام يكون الفحص مرة كل سنة.