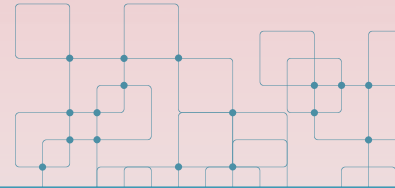


فقيه.

اكاديمية فقيه الطبية
Fakeeh Care Academy

فقيه.

مجموعة فقيه للرعاية الصحية
Fakeeh Care Group



سرطان الثدي

سرطان الثدي

ما هو سرطان الثدي؟

- سرطان الثدي هو مرض يصيب أنسجة الثدي و التي تتحول فيها خلايا الثدي الطبيعية لخلايا سرطانية .
- قد يعتقد البعض أنه مرض واحد ولكنه في الواقع يشمل أنواع متعددة من الأورام تختلف في أعراضها و حدتها و كذلك يختلف علاج كل نوع من هذه الأنواع.
- من الضروري أن نعرف أن ليس كل ورم يصيب الثدي هو سرطان لذلك لا تقلقي إذا لاحظت أي تغير في شكل و ملمس الثدي أو حتى إذا لاحظت وجود أي كتل و لكن بادري باستشارة طبيب أسرة أو طبيب جراحة الثدي للكشف السريري .

الفرق بين الورم الحميد و الورم الخبيث:

- **الورم الحميد:** هو مجموعة من الخلايا التي تنمو ببطء و بشكل منتظم ، هو ليس خطير و لا تستدعي كل الحالات الاستئصال الجراحي ، بعض الحالات المحدودة قد تحتاج التدخل الجراحي بعد استشارة الطبيب المختص، و يمكن إزالته بسهولة و لا يعود في العادة بعد الإزالة، و أيضاً هو لا ينتشر بل يبقى في مكانه ولا يغزو الأنسجة الأخرى ، من الأمثلة عليه: الورم الليفي في الرحم أو بعض الكتل تحت الجلد.
- **الورم الخبيث (السرطاني):** خلايا تنمو بشكل غير طبيعي و سريع، و قد تؤثر على الأنسجة المجاورة، يمكن أن يكون خطيراً، لكنه ليس النهاية هناك علاجات كثيرة فعالة و ناجحة، نعم قد ينتشر و ينتقل لأجزاء أخرى من الجسم إن لم يُعالج مبكراً ، لكن... الكشف المبكر و المتابعة الطبية يجعل فرص الشفاء كبيرة جداً.
- **ليس كل ورم هو شيء مخيف.** كثير من الناس يعيشون بصحة جيدة بعد التعامل مع الورم، سواء كان حميداً أو خبيثاً، الأهم هو المتابعة مع الطبيب و عدم القلق المفرط.

أعراض سرطان الثدي:

- على الرغم من أن سرطان الثدي قد لا يكون له أعراض خصوصاً في مراحله الأولى، ولكن هناك بعض الأعراض التي قد تكون موجودة ، مثل:
- وجود كتلة في الثدي أو الإبطين مع أو بدون ألم .
- افرازات من الحلمة.
- أعراض التهاب في الثدي و التي لا تتحسن مع المضادات الحيوية ، فلا ننسى أن هناك نوع من سرطان الثدي يُدعى سرطان الثدي اللتهابي .

عوامل الخطر:

- تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الثدي من الأقارب من الدرجة الأولى خصوصاً إذا كانت الإصابة تحت سن الخمسين.
- تاريخ شخصي للإصابة بسرطان الثدي.
- التدخين.
- شرب الكحول.
- السمنة خصوصاً بعد انقطاع الطمث.
- انقطاع الطمث في سن متقدمة.
- بدء الدورة الشهرية في سن مبكرة.
- التقدم في العمر.
- على الرغم من أنه قد يصيب الرجال و لكن النساء هم الأكثر عرضة للإصابة بسرطان الثدي.
- إنجاب طفلك الأول بعد سن الـ ٣٥.
- عدم الحمل مطلقاً.
- العلاج الهرموني لانقطاع الطمث بدون إشراف طبي.
- التعرض للعلاج الإشعاعي.

التشخيص:

- فحص الثدي: خلال فحص الثدي السريري، يفحص اختصاصي الرعاية الصحية الثديين للتحقق من وجود أي شيء غير طبيعي ، و قد يشمل ذلك تغيرات في ملمس الجلد أو مظهر الحلمة.
- تصوير الثدي بالأشعة السينية: يتم استخدامه عادةً للكشف عن سرطان الثدي وهو عبارة عن تصوير بالأشعة السينية لأنسجة الثدي، وهي أشعة آمنة جداً حسب الأبحاث وهي تساعد في تشخيص الأورام في مراحله المبكرة.
- تصوير الثدي بالموجات فوق الصوتية.
- تصوير الثدي بالرنين المغناطيسي: قد نحتاج له في بعض الحالات.
- أخذ عينة من خلايا الثدي لفحصها: الخزعة إجراء تُسحب فيه عينة من أنسجة الثدي لفحصها في المختبر، و هي إجراء آمن و لا تسبب انتشار الورم و لا تُغير من طبيعة الأورام الحميدة إلى خبيثة.

العلاج:

- يتم وضع الخطة العلاجية تحت إشراف فريق طبي يشمل جراح الثدي ، طبيب الأورام ، طبيب العلاج الإشعاعي ، حسب كل حالة على حده ، و تعتبر الجراحة واحدة من الإجراءات العلاجية و هناك طرق علاجية أخرى قد تصاحب الجراحة مثل العلاج الهرموني و البيولوجي و الإشعاعي و الكيماوي.



هل كل حالة سرطان الثدي تستدعي العلاج الكيماوي؟

طبعاً لا ... فليس كل حالة سرطان الثدي تستدعي أخذ العلاج الكيماوي فأخذ العلاج الكيماوي هو طريقة لعلاج بعض أنواع سرطان الثدي و ليس جميعها.

الوقاية:

أمر يمكنك القيام بها لتقليل خطر إصابتك بسرطان الثدي:

• الاستفسار عن فحوصات الكشف عن سرطان الثدي.

• التعرف على حالة الثدي عن طريق الفحص الذاتي للثدي لمراقبة حالتهما.

• ممارسة التمارين الرياضية معظم أيام الأسبوع.

• تجنب التدخين.

• تجنب شرب الكحول.

• المحافظة على وزن صحي.

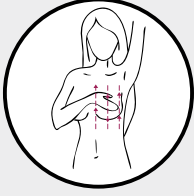
• عدم أخذ العلاجات الهرمونية إلا تحت إشراف طبي.

• الفحص الدوري مهم خصوصاً للنساء فوق سن الأربعين ، أما إذا كانت هناك إصابة في العائلة فيكون الفحص بعمر

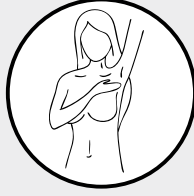
أصغر بعشرة سنوات من عمر الإصابة.

قد يساعد إجراء تغييرات في حياتك اليومية على الحد من خطورة الإصابة بسرطان الثدي، فالمحافظة على

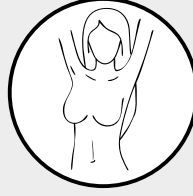
نمط حياة صحي يساعد على تقليل احتمالية الإصابة.



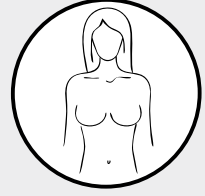
لأعلى و لأسفل



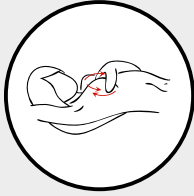
فحص الإبط



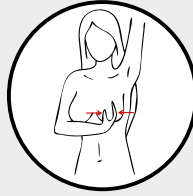
أمام المرأة



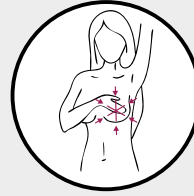
أمام المرأة



الفحص على السرير



الضغط على الحلمة



الفحص بشكل دائري

التأقلم و الدعم:

- تعلم ما يكفي عن سرطان الثدي لاتخاذ قرارات بشأن الرعاية المناسبة.
- تحدثي مع ناجيات أخريات من سرطان الثدي.
- ابحث عن شخص ما للتحدث معه عن مشاعرك.
- اجعلي أصدقائك و أفراد أسرتك قريبين منك.
- الرعاية التلطيفية: هو نوع من الرعاية الصحية حيث يعمل الفريق معك و مع عائلتك و فريق الرعاية الخاص بك لمساعدتك على الشعور بالتحسن.

متى تستشير الطبيب:

- إذا لاحظت وجود كتلة جديدة في الثدي أو لاحظت تغيراً في حجم أو شكل الثدي ، أو لاحظت أي افرازات بالأخص لو كانت دموية من الحلمة ، راجعي طبيبك فعلى الرغم من أنها في أغلب الأحوال غير مقلقة و لكن الفحص السريري مهم جداً للإطمئنان على ماهية هذه الأعراض .
- و لا تنسي أنه يجب على كل امرأة مراجعة العيادة المختصة سنوياً بعد سن الأربعين حتى في حالة عدم وجود أي أعراض لعمل الفحص المبكر لسرطان الثدي .

فقيه.

مجموعة فقيه للرعاية الصحية
Fakeeh Care Group

