

فحص الثدي بالأشعة

BREAST SCREENING

أساسيات سرطان الثدي (The Basics of Breast Cancer)

عوامل خطر لا يمكنك تغييرها

النوع: احتمالات إصابة المرأة بسرطان الثدي ضعف الرجل 100 مرة.

العمر: يزيد خطر سرطان الثدي لدى النساء أثناء تقدمهن في العمر. حوالي 75% من النساء اللاتي تم تشخيص حالتهم بأنهن مصابات بسرطان الثدي في البرتا في سن الخمسين أو أكثر.

التاريخ المرضي للأسرة: إصابة الأم أو الأخت أو الابنة بسرطان الثدي يزيد من خطر إصابة المرأة بسرطان الثدي. ولكن 80% من المصابات بسرطان الثدي ليس لديهن تاريخ مرضي بالأسرة.

التغيرات الجينية: يمكن أن تؤدي تغيرات محددة في جينات معينة (BRCA1 و BRCA2 وغيرها) إلى زيادة خطر إصابة المرأة بسرطان الثدي. ويُعتقد أن هذه التغيرات وراثية. وهذه التغيرات الجينية نادرة وتشكل أقل من 10% من مجموع الإصابات بسرطان الثدي.

التشخيص المسبق لسرطان الثدي: إصابة المرأة في أحد الثديين بسرطان يزيد من خطر الإصابة بسرطان جديد في الثدي الآخر.

كثافة أنسجة الثدي: يزيد خطر الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء اللاتي لديهن أنسجة ثديية أكثر كثافة. كما أن الأنسجة الثديية الأكثر كثافة تجعل من الصعب أيضا اكتشاف سرطان الثدي في وقت مبكر من خلال صورة الثدي بالأشعة.

تاريخ الدورة الشهرية: يزيد خطر الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء اللاتي بدأن الدورة الشهرية قبل سن 12 سنة ودخلن في سن اليأس بعد سن 55 سنة.

تعريض الصدر للعلاج بالإشعاع: يزيد خطر الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء اللاتي تعرضت صدورهن للعلاج بالإشعاع لعلاج سرطان آخر عندما كنّ صغارا. وكلما كان سن المرأة أصغر عند تلقيها ذلك العلاج، كلما زادت نسبة خطر الإصابة بسرطان الثدي في وقت لاحق من حياتها.

عوامل أنماط الحياة التي تؤثر في خطر الإصابة بسرطان الثدي

تاريخ الإنجاب: يزيد خطر الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء اللاتي لم ينجبن أطفالا أو أنجبن بعد سن الثلاثين.

العلاج طويل الأجل بالهرمونات البديلة: يزيد خطر الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء اللاتي يستخدمن العلاج بالهرمونات البديلة (HRT) الذي يتضمن توليفة من الإستروجين والبروجستين معاً لمدة تزيد عن 5 سنوات. وتعود نسبة خطر الإصابة لدى المرأة مرة أخرى إلى المعدل العام خلال 5 سنوات من توقفها عن تلقي هذا العلاج الذي يتضمن الإستروجين والبروجستين معاً.

ما هو سرطان الثدي؟

(What is breast cancer?)

يبدأ سرطان الثدي عندما تنمو خلايا غير طبيعية في الثدي. ويمكن أن تكون هذه الخلايا كتلا لحمية تسمى أوراما. ويوصف الورم السرطاني بأنه خبيث بينما يوصف الورم غير السرطاني بأنه حميد. ولا ينتقل الورم الحميد إلى أجزاء أخرى بالجسم بينما ينتقل الورم الخبيث إلى أجزاء أخرى بالجسم ويمكن أن يهدد حياة المصاب.

ما مدى شيوع سرطان الثدي؟

(How common is breast cancer?)

يعتبر سرطان الثدي هو السرطان الأكثر شيوعا لدى النساء. وهو السبب الرئيسي الثاني في وفيات السرطان بين النساء. وتصاب واحدة من كل 8 نساء في البرتا بسرطان الثدي على مدار حياتها. وقد أدى فحص الثدي والعلاج المحسّن إلى تقليل وفيات سرطان الثدي في البرتا خلال العقود القليلة الماضية.

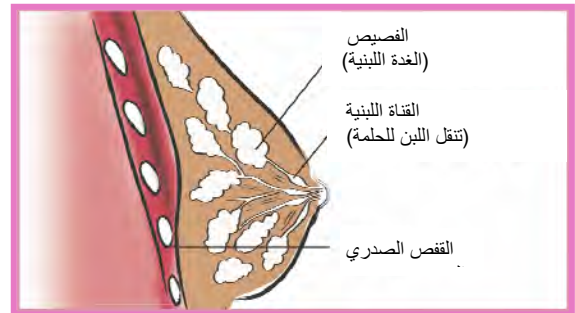
عندما يتم اكتشاف السرطان مبكراً، يكون عادةً صغيراً جداً ومحصوراً في المكان الذي بدأ فيه. ويمكن أن يعمل علاج السرطان الذي تم اكتشافه مبكراً بشكل أفضل من علاج السرطان الذي انتشر بالفعل.

ما هي الأنواع الشائعة لسرطان الثدي؟

(What are the common types of breast cancer?)

يبدأ معظم سرطان الثدي في الخلايا التي تبطن قنوات اللبن (الكارسينوما القنوية أو كارسينوما القنوات) رغم أن معظمه يبدأ في الخلايا التي تبطن غدد إفراز اللبن (الكارسينوما لبفصيصية أو كارسينوما الفصوص). والسرطان الذي يؤثر على أجزاء أخرى من الصدر أقل شيوعاً.

ومصطلح الكارسينوما الموضعية يعني وجود خلايا السرطان في طبقة الخلايا التي بدأ منها فقط ولم تنتقل إلى أنسجة الثدي المحيطة. أما كارسينوما القنوات أو الفصوص التي انتقلت إلى أنسجة الثدي المحيطة فتسمى كارسينوما تغلغلي أو انتشارية.



ما هي عوامل الخطر في سرطان الثدي؟

(What are the risk factors for breast cancer?)

ليست كل النساء معرضات للإصابة بسرطان الثدي بنفس الدرجة. فهناك عوامل خطر معينة تؤثر على إمكانية إصابة المرأة بالمرض.

فحص الثدي بالأشعة هو أفضل طريقة لاكتشاف سرطان الثدي مبكراً

اعرفي ما هو طبيعي بالنسبة لك

(Knowing what looks and feels normal for you)

التغيرات التي تحدث في الثدي والمدرجة أدناه لا تعني بالضرورة إصابتك بسرطان الثدي. فإذا لاحظت حدوث هذه التغيرات، قومي بزيارة مقدم الرعاية الصحية الخاص بك على الفور:

- ظهور كتلة لحمية في الثدي أو تحت إبطك
- انتشاء الحلمة للداخل إن لم يكن هذا الانتشاء مألوفاً
- تقشر الحلمة أو نزفها أو ظهور طفح جلدي عليها
- خروج إفراز من حلمة الثدي
- ظهور نقر أو زيادة سمك الجلد في منطقة بالثدي

تذكري

- 80% من النساء المصابات بسرطان الثدي ليس لديهن تاريخ مرضي بالأسرة.
- إتباع نمط حياة صحي يمكن أن يقلل خطر إصابتك بسرطان الثدي.
- تصوير الثدي بالأشعة هو أفضل وسيلة للكشف عن سرطان الثدي مبكراً، حيث يعمل العلاج وقتها بشكل أفضل.
- إذا رأيت نفسك معرضة لخطر الإصابة، احجزي موعداً الآن!

حول برنامج ألبرتا للكشف عن سرطان الثدي بالأشعة

(About the Alberta Breast Cancer Screening Program)

يتم تنظيم برنامج ألبرتا للكشف عن سرطان الثدي بالأشعة (ABCSP) بواسطة الخدمات الصحية في ألبرتا بالشراكة مع جمعية أخصائيي الأشعة في ألبرتا. في هذا البرنامج، يتم إرسال نتائج صور الثدي بالأشعة إليك بالبريد. كما يدعم البرنامج النساء ومقدمي الرعاية الصحية عن طريق إرسال رسائل تذكير عندما تتأخر المرأة في إجراء فحص الثدي بالأشعة.

للحصول على رسائل من ABCSP، يجب تحديث اسمك وعنوانك لدى Alberta Health and Wellness؛ اتصل برقم 310-0000 (مجانياً) ثم اطلب رقم 780-427-1432.

فحص الثدي بالأشعة من أفضل الإجراءات التي يمكنك القيام بها للكشف عن الإصابة بسرطان الثدي مبكراً. وينفذ فحص سرطان الثدي وسرطان عنق الرحم وسرطان القولون والمستقيم بالأشعة الأرواح.

لمزيد من المعلومات، يرجى الاتصال بـ:

Cancer Screening Programs

الهاتف: 1-866-727-3926

الفاكس: 1-888-944-3388

www.screeningforlife.ca



SCREENING
FOR LIFE.CA

عوامل أنماط الحياة التي تؤثر في خطر الإصابة بسرطان الثدي... يتبع

وزن الجسم: تزيد نسبة خطر الإصابة بسرطان الثدي بعد سن اليأس لدى النساء اللاتي يعانون من زيادة الوزن أو البدانة.

النشاط البدني: عدم بذل نشاط بدني خلال حياة المرأة يزيد من خطر إصابتها بسرطان الثدي.

الكحول: كلما زاد تناول المرأة للمشروبات الكحولية زاد خطر إصابتها بسرطان الثدي.

التبغ: يزيد التدخين من خطر إصابة المرأة بسرطان الثدي أيضاً. وتثبتت الدراسات أن التدخين السلبي يزيد من خطر إصابة النساء اللاتي لم يبلغن سن اليأس بسرطان الثدي.

ما الذي يمكنك فعله لتقليل خطر الإصابة بسرطان الثدي؟

لا	نعم	
	✓	• القيام بنشاط بدني
	✓	• المحافظة على وزن صحي
	✓	• تحديد كمية الكحول الذي تتناولينه
	✓	• عدم التدخين
	✓	• التحدث مع مقدم الرعاية الصحية حول تقليل الاستخدام طويل الأجل للعلاج بالهرمونات البديلة الذي يتضمن الإستروجين والبروجستين معاً

تاكدي من اتباع خطة الحياة الخاصة بفحص الثدي بالأشعة

(Be sure to follow the Breast Screening Life Plan)

النساء من سن 20 إلى 39

- اعرفي ما هو طبيعي بالنسبة لك بحيث يمكنك معرفة أي تغيرات غير عادية تطرأ على الثدي.
- قومي بزيارة مقدم الرعاية الصحية بانتظام لإجراء فحص طبي عام.

النساء من سن 40 إلى 49

- تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية حول مدى خطر سرطان الثدي بالنسبة لحالتك، وفوائد ومخاطر فحص الثدي بالأشعة.
- افحصي الثدي كل سنة بواسطة مقدم الرعاية الصحية كجزء من الفحص الطبي العام المنتظم الخاص بك.
- افحصي الثدي بانتظام للكشف عن أي تغيرات غير عادية.

النساء من سن 50 إلى 69

- تأكدي من حصولك على صورة بالأشعة لتدبيك كل سنتين على الأقل، طبقاً لما تربيته مناسباً أنت ومقدم الرعاية الصحية الخاص بك.
- افحصي الثدي كل سنة بواسطة مقدم الرعاية الصحية كجزء من الفحص الطبي العام المنتظم الخاص بك.
- افحصي الثدي بانتظام للكشف عن أي تغيرات غير عادية.

النساء من سن 70 وأكثر

- تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول ما إذا كان ينبغي أن تستمري في فحص الثدي بالأشعة بانتظام.
- افحصي الثدي كل سنة بواسطة مقدم الرعاية الصحية كجزء من الفحص الطبي العام المنتظم الخاص بك.
- افحصي الثدي بانتظام للكشف عن أي تغيرات غير عادية.