

- تغير في لون أو ملمس الثدي.



- تغير في لون الحلمة أو بروزها أو انقلاب الحلمة أو تغير في جلد الحلمة ( طفح ) أو ألم في الحلمة.



### اهمية الكشف المبكر لسرطان الثدي:

سيداتي إن ٩٠% من الكتل والأورام الموجودة بالثدي يثبت أنها أورام حميدة أو غير سرطانية ولكن هناك حوالي ١٠% من هذه الكتل أو الأورام يثبت أنها أورام سرطانية.

• اكتشاف سرطان الثدي مبكراً وعلاجه مبكراً يؤدي في أغلب الأحيان للشفاء التام.

• اكتشاف سرطان الثدي متأخراً يعني تفشي المرض في الجسم بنسبة كبيرة ويصبح علاجه صعباً.

• الفحص الشعاعي الدوري للثدي (الماموجرام) هو الفحص الأهم لاكتشاف سرطان الثدي المبكر وكذلك الفحص بالموجات فوق الصوتية يبين الورم قبل أن تتمكنين أنت أو الطبيب من اكتشافه ، وهذا لا يمنع بأن يكون الفحص السريري الدوري مهم أيضاً لاكتشاف أورام أو كتل بالثدي لم تنتبهي إليها. لذا يتوجب الاتي:

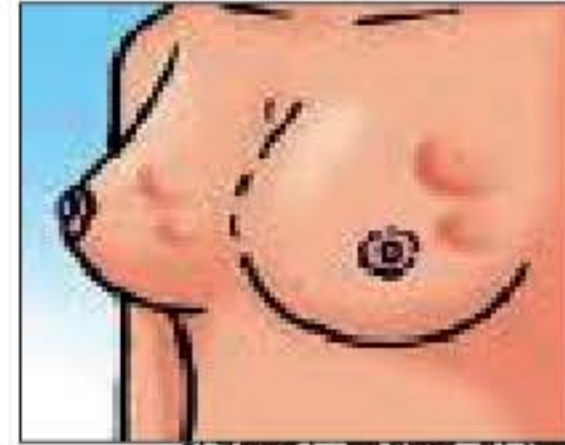
× الفحص الذاتي.

× الفحص الثلاثي.

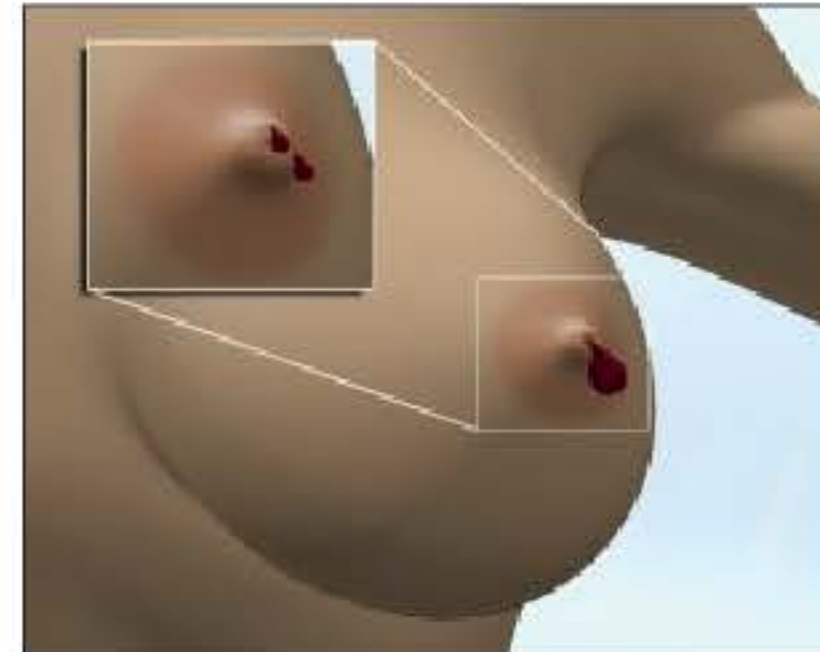
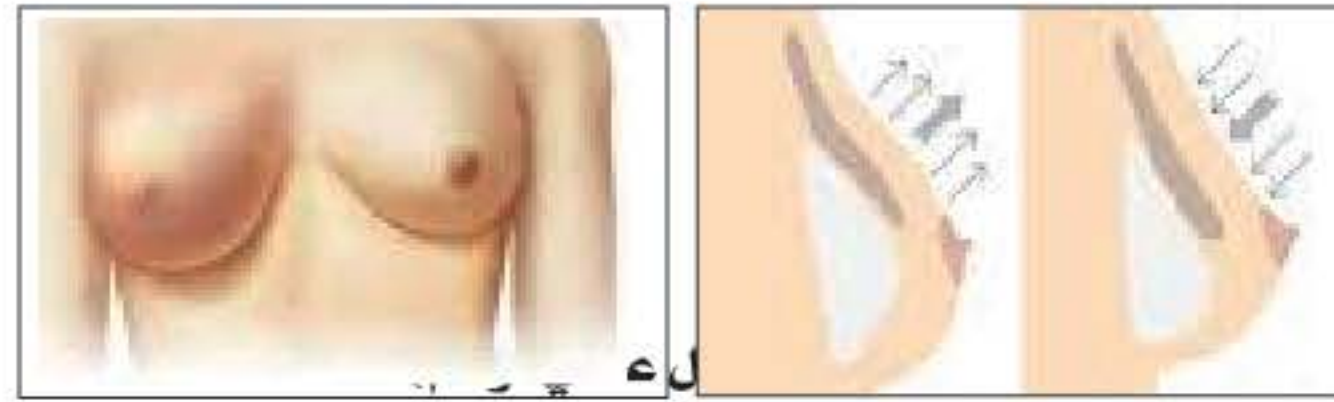
سرطان الثدي هو السرطان الأكثر شيوعاً بين السيدات وفقاً لمنظمة الصحة العالمية يتم تشخيص أكثر من ١,٢ مليون إصابة بسرطان الثدي في جميع أنحاء العالم كل سنة. . قدرت جمعية السرطان الأمريكية الكشف عن ١٨٠٥١٠ حالة جديدة من سرطان الثدي الغازية في عام ٢٠٠٧. وحسب الجمعية، فقد إنخفض معدل الوفيات المرتبطة بسرطان الثدي باطراد منذ ١٩٩٠، بسبب الكشف المبكر ووجود علاجات أفضل.

### الاعراض والعلامات:

- ورم او تضخم في الثدي لم يكن موجودا من قبل.



- تغير في شكل ، حجم أو ترتيب الثدي.

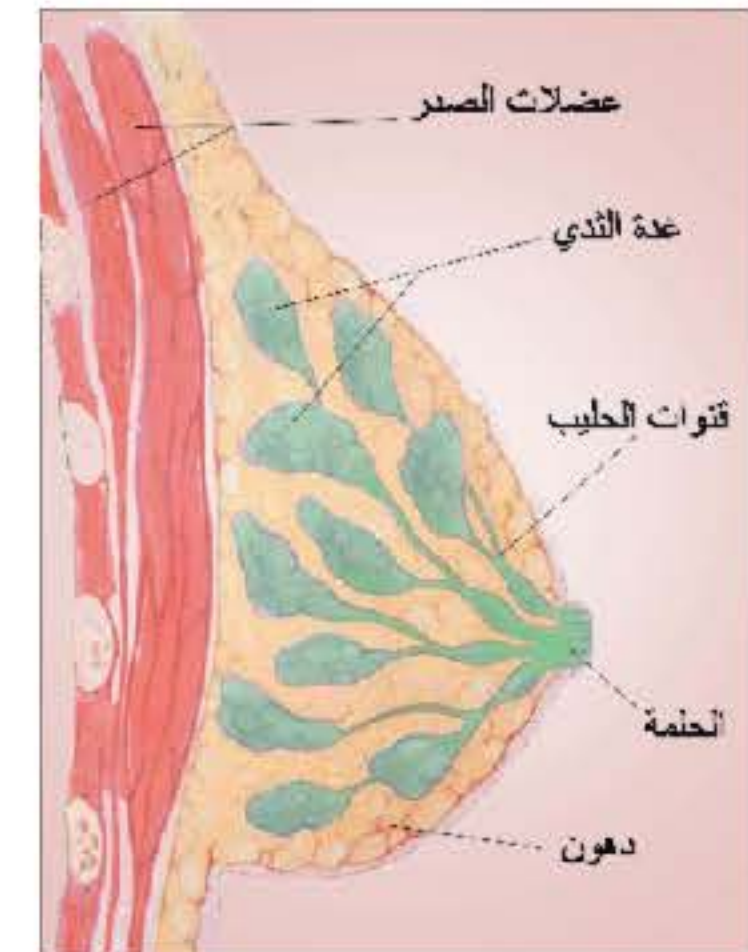


مركز الخرطوم التخصصي للأورام  
Khartoum Oncology Specialized Center

برنامج الكشف المبكر على الثدي

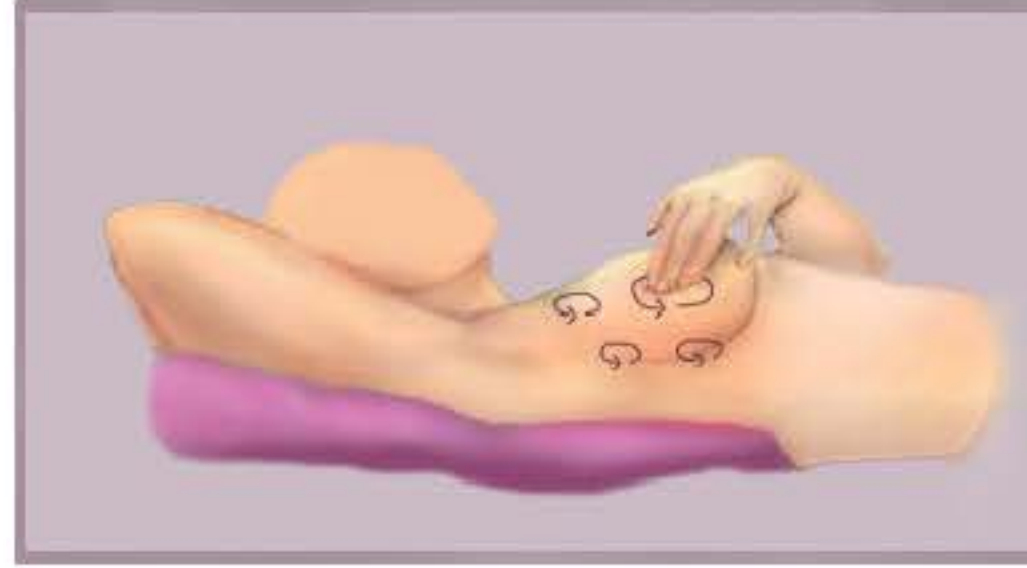
### الثدي:

هو الجزء الخاص بتصنيع وإفراز الحليب ويتكون من عدة فصوص تقوم بتصنيع الحليب ومن ثم إفرازه في قنوات دقيقة تتجمع بدورها لتكون قنوات رئيسية تنتهي في حلمة الثدي.



### الخطوة الثالثة: الفحص أثناء الاستلقاء

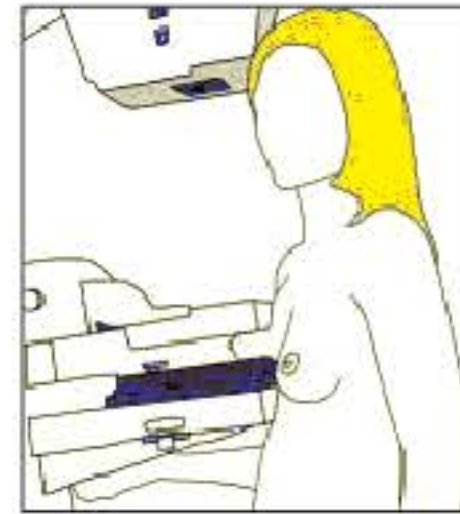
استخدمي نفس الطريقة السابقة ولكن هذه المرة وأنت مستلقية على السرير مع وضع منشفة أو مخدة تحت الظهر ناحية الثدي المراد فحصه.



### الفحص الثلاثي للثدي:

- كما يتضح من اسمه يتكون من ثلاثة مكونات:
1. فحص الثديين سريريا من قبل الطبيب.
  2. تصوير الثديين بأشعة الماموجرام.
  3. فحص الخلايا أو الأنسجة من الثدي (عن طريق ما يسمى بالعينة).

### الأشعة السينية (الماموجرافي) Mammograms



• هي أشعة للثدي لها القدرة على اكتشاف التكتلات والتكتلات الصغيرة في حال وجود شكوى في الثدي (ماموجرام تشخيصي) أو عدم وجود شكوى في الثدي (ماموجرام مسحي) قبل أن تحس بالفحص الذاتي.  
 كل ثدي يصور بالأشعة على حدة من زاويتين مختلفتين.

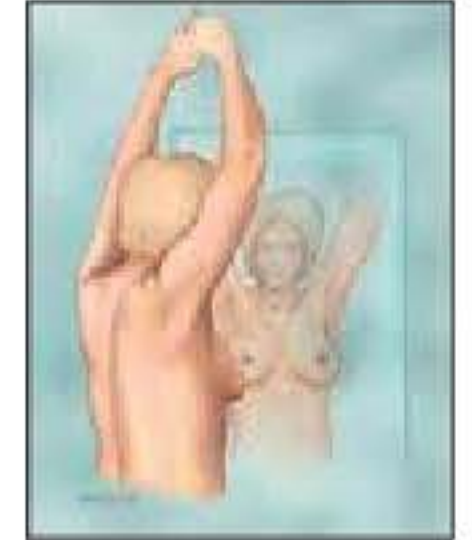
- الفحص الذاتي على الثدي . يكشف ٢٥% من الحالات.
- أشعة الثدي (الماموجرام) في سن الأربعين يكشف ٩٠% من الحالات.
- فحص دوري للثديين عند طبيب أخصائي يكشف ٤٠% من الحالات.

### الفحص الذاتي للثدي

يجب على كل امرأة أن تقوم بالفحص الذاتي للثدي مرة كل شهر، علما بأن أفضل وقت لعمل الفحص يكون بعد يوم أو يومين من انتهاء الدورة الشهرية.

### الخطوة الأولى: المعاينة في المرأة.

قفي أمام المرأة وانظري إلى ثدييك.  
 ضعي يديك خلف رأسك وشدي يديك باتجاه الخلف.  
 ضعي يديك على خصرك وحاولي أن تدفعي كتفيك و مرفقيك للأمام.  
 في كل مرة لاحظي وجود أي تغيرات غير طبيعية في حجم الثديين، شكل الحلمتين، أو انكماش أو ثني الجلد.



### الخطوة الثانية: الفحص باليدين

افحصي ثدييك خلال الاستحمام والجلد مازال رطبا وذلك بوضع يدك والأصابع مبسوطة فوق الثدي، افحصي ثديك الأيسر بيدك اليمنى مع وضع اليد اليسرى فوق الرأس، و الأيمن بيدك اليسرى مع وضع اليد اليمنى فوق الرأس، ابدئي عملية الفحص من المحيط الخارجي للثدي والى الداخل في مسار دائري حتى تصلي إلى الحلمة تحرى وتقصى أي كتلة تورم أو أي ثخانة في الجلد. ولا تنسي أيضا فحص الإبط وأعلى الصدر.  
 قومي بالضغط على الحلمتين بلطف بين إصبعي السبابة والإبهام ولاحظي خروج أي إفرازات.

