



مستشفى الملك فيصل التخصصي  
ومركز الأبحاث - الرياض

# سرطان الثدي

## والكشف المبكر



## المحتويات:

١. ما هو سرطان الثدي؟
٢. تشريح وظائف الثدي.
٣. مراحل سرطان الثدي.
٤. أنواع سرطان الثدي.
٥. ما بعد فترة العلاج.
٦. التعايش مع مرض السرطان.
٧. الأعراض والعلامات.
٨. الفحص الذاتي للثدي.

## ١. ما هو سرطان الثدي؟

تتكون أورام الثدي السرطانية من خلايا سرطانية تنشأ في أنسجة الثدي. وهو أكثر أنواع السرطانات انتشاراً ويأتي بالدرجة الثانية من بين أنواع السرطان التي قد تسبب الموت عند النساء. وقد أدى التقدم والتحسين في طرق اكتشاف المرض مبكراً إلى زيادة فرص الشفاء بإذن الله سبحانه وتعالى.

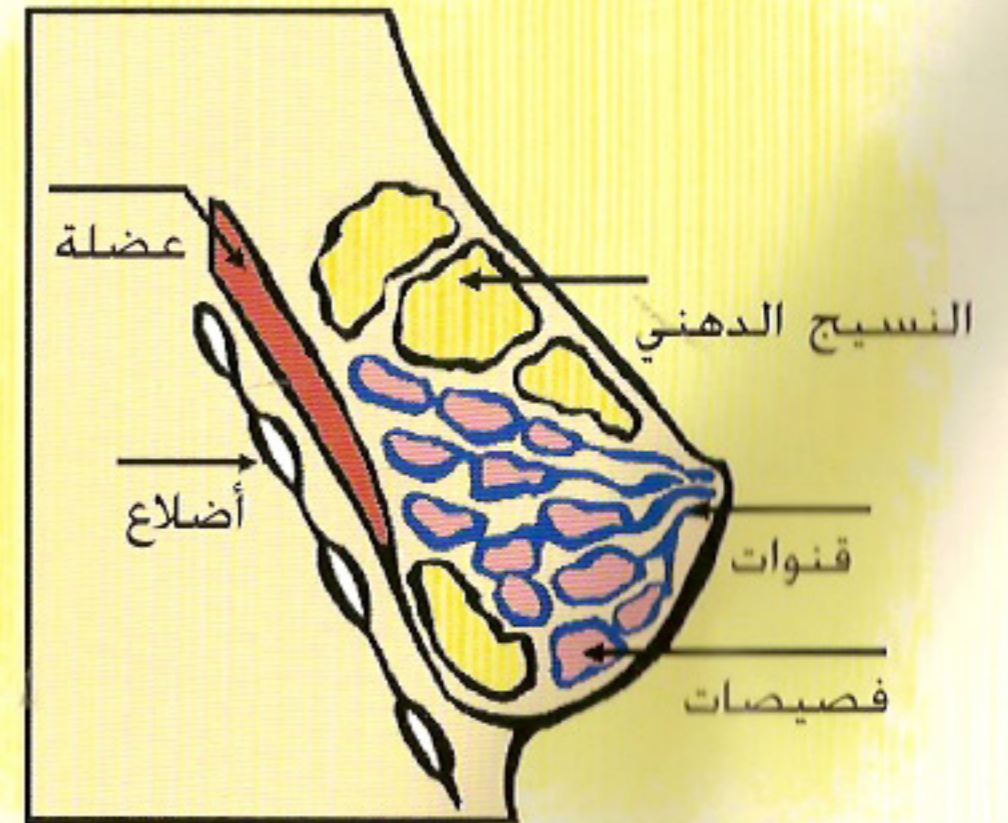


## ١. تشريح وظائف الثدي

يحتوي كل ثدي على شبكة من الفصوص الصغيرة محاطة بأنسجة دهنية.

ويحتوي على أجزاء أصغر تسمى (الجيوب) التي تحتوي على غدد إفراز الحليب وتنقله خارج الجسم عبر حلمة الثدي في منتصف دائرة الحلمة.

وحوالي ٣ من بين كل أربع حالات سرطان الثدي (٧٥٪) تنشأ في قنوات الحليب.



## ٣. مراحل سرطان الثدي

هناك عدة مراحل يمر بها أي ورم. وتختلف كل مرحلة عن غيرها من حيث حجم الورم وموقعه ونوعه. ولذلك تختلف خطة العلاج على حسب مرحلة الورم.

ومن أهم الأمور أيضاً المحافظة على زيارة الطبيب بانتظام بعد العلاج للتأكد من عدم عودة المرض. حيث يقوم الطبيب بعمل فحص سريري كامل وأخذ الأشعة السينية للثدي والصدر وجميع التحاليل اللازمة. وعلى المرأة أيضاً الاستمرار بفحص ثديها ذاتياً كل شهر.



## المرحلة الأولى

وهي مرحلة مبكرة من سرطان الثدي. وهذه المرحلة تعني أن الخلايا السرطانية لم تتجاوز الثدي وأن حجم الورم لا يزيد عن 2 سم.

## المرحلة الثانية

وهي تعني أن ورم الثدي قد بلغ حجمه 2-5 سم ومن الممكن تجاوز منطقة الثدي إلى العقد اللمفاوية تحت الإبط.

## المرحلة الثالثة

هذه المرحلة تعني أن ورم الثدي قد تعدى حجمه 5 سم وقد انتشر إلى العقد اللمفاوية تحت الإبط وقد يكون انتشر إلى العقد اللمفاوية في مناطق أخرى محاذية للثدي. وتدعى هذه المرحلة بمرحلة السرطان الموضعي المتقدم.

## المرحلة الرابعة

هي المرحلة الانتشارية الانتقالية METASTATIC. وفيها ينتقل سرطان الثدي إلى باقي أعضاء الجسم وأشهرها العظام والكبد والرئتين.

## ٤. أنواع العلاج

خطة العلاج تختلف من حالة إلى أخرى وهي تعتمد على حجم الورم وموقع الورم وصحة المرأة عامة وعمرها.

إذا تم اكتشاف الورم مبكراً يتم علاجها بالجراحة لإخراج الورم، والجراحة قد تكون استئصال الورم مع المحافظة على الثدي ويسمى استئصالاً جزئياً للثدي، أو يتم استئصال الثدي كاملاً ويسمى استئصالاً كلياً للثدي.

وفي بعض الحالات بعد العملية الجراحية قد تعطى المرأة العلاج الكيميائي كوقاية، أو العلاج الإشعاعي للتخلص من أي خلايا سرطانية وذلك للتأكد من عدم عودة الورم مرة أخرى إن شاء الله.

أما إذا اكتشف الورم بحالة متقدمة فإنها في الكثير من الأحيان ستعطى العلاج الكيميائي لمحاولة لتصغير الورم والحد من انتشاره، ثم تجرى العملية الجراحية لاستئصال الورم، ثم تعطى العلاج الكيميائي بعد ذلك للوقاية، ومن بعده العلاج الإشعاعي.

قد تحتاج بعض النساء إلى العلاج الهرموني كجزء من خطة العلاج والذي يساعد على انخفاض احتمال عودة السرطان مرة أخرى إن شاء الله.

## ٥. ما بعد فترة العلاج

إن من أهم الأمور في علاج سرطان الثدي هي إعادة تأهيل المريضة بعد العلاج، فينصح الأطباء المرأة بالعودة إلى ممارسة أنشطتها اليومية الاعتيادية وعدم الاستسلام للمرض، فينصح بممارسة التمارين الرياضية بطريقة تدريجية ومنتظمة للمساعدة على استعادة المرأة لكامل طاقتها وحيويتها.

ومن أهم الأمور أيضاً المحافظة على زيارة الطبيب بانتظام بعد العلاج للتأكد من عدم عودة المرض.

حيث يقوم الطبيب بعمل فحص سريري كامل وأخذ الأشعة السينية للثدي والصدر وجميع التحاليل اللازمة، وعلى المرأة أيضاً الاستمرار بفحص ثديها ذاتياً كل شهر.



## ٦. التعايش مع السرطان

يؤثر التشخيص لسرطان الثدي على حياة المرأة وعائلتها والأشخاص المقربين منها. ويسبب لهم الاضطراب وفي بعض الأحيان الإحساس بالخوف والغضب. لذلك ينصح الأطباء المرضى دائماً أن يشاركوا من يحبون بأحاسيسهم ومخاوفهم حتى يستطيعوا تهدئة مخاوفهم وتخفيف ارتباكهم تجاه المرض أو العلاج.



## ٧. الأعراض والعلامات

من المهم لجميع النساء أن يعرفن كيف يكون الثدي الطبيعي من حيث الشكل والمظهر واللمس.

وأفضل طريقة لذلك هي القيام بفحص ذاتي للثدي كل شهر (أي أن تقوم المرأة بفحص ثديها بنفسها). ويجب أن تبحث المرأة أثناء فحصها للثدي عن الأعراض والعلامات التالية:

- أي تغيرات في حجم أو مظهر الثدي.
- أي كتل أو عقد لم يلاحظ وجودها سابقاً باللمس.
- أي إفرازات صافية (مثل الماء) أو بلون غامق تخرج من حلمة الثدي.
- أي تغير في شكل أو مظهر الحلمة (على سبيل المثال أن تبدو وكأنها ملتفة أو مقلوبة إلى الداخل).
- أي بثور أو نمش أو خطوط في الجلد خاصة إذا شعرت بوجود كتل تحتها.
- أي ألم في الثدي لا علاقة له بالدورة الشهرية ولا يزول من تلقاء نفسه.
- إذا لاحظت أيّاً من الأعراض أو العلامات المذكورة أعلاه يجب أن تبلغ طبيبك عنها فوراً ولا تتأخري.

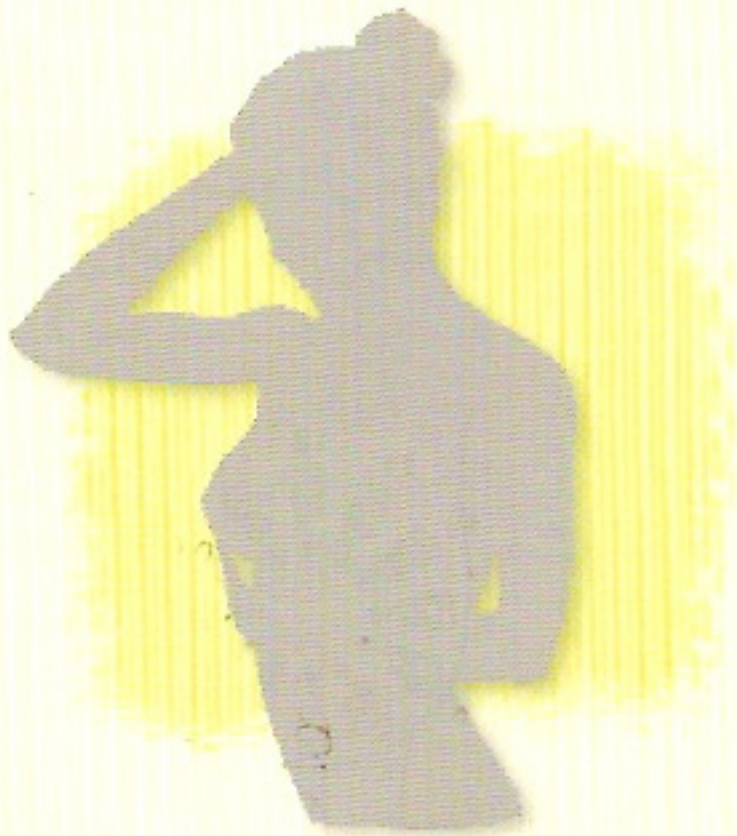
إذا تم اكتشاف سرطان الثدي مبكراً فسيكون للمرأة خيارات أكثر وأسهل لعلاجها وأمل أكبر في شفائها بالكامل. كذلك يجب أن تسأل المرأة طبيبها عن:

- الفحص الذاتي للثدي شهرياً وذلك خلال الأسبوع الأول من انتهاء الدورة الشهرية.
- فحص الثدي بواسطة الطبيب أو الممرضة المختصة سنوياً.
- إجراء فحص الثدي عن طريق الأشعة الخاصة لفحص الثدي وتدعى (الماموجرام MAMMOGRAM) مرة واحدة سنوياً بعد سن الأربعين.

## ٨ . الفحص الذاتي للثدي

### كيف تفحصين ثديك بنفسك؟

تُنصح كل امرأة فوق سن العشرين بفحص ثديها بنفسها مرة في نفس الموعد من كل شهر. ويفضل إجراء الفحص بعد ٢-٣ أيام من انتهاء الدورة. وإذا كانت دورتك الشهرية قد توقفت لأي سبب فيفضل أن تختاري يوماً ثابتاً من كل شهر لتقومي بالفحص.

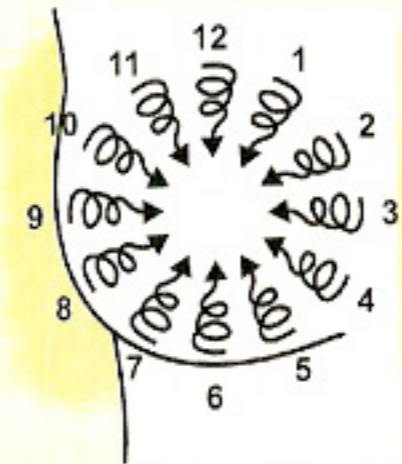


هناك عدد من الطرق المعروفة لفحص الثديين وهي كما يلي:

### طريقة الساعة:

تخيلي أن الثدي عبارة عن ساعة. وباستخدام باطن أصابعك اضغطي بلطف ولكن بقوة مناسبة على أجزاء الثدي بحركة تشكّل دوائر صغيرة متداخلة ابتداءً من موضع الساعة ١٢ وهي تقع تماماً أسفل عظم الترقوة. ثم التحرك تدريجياً نحو الحلمة. تذكري أن تفحصي المنطقة الواقعة بين الإبط والثدي بكل عناية لأن تلك المنطقة تحتوي على أنسجة ثدي.

وتذكري أن تفحصي كل جزء من الثدي. ثم انتقلي إلى فحص الثدي الآخر تماماً مثل الأول. ومهما كانت الطريقة التي تستعملينها فمن المهم أن تواظبي على عملية الفحص وتكرارها بنفس الدقة.



### تحت دش الحمام:



ارفعي إحدى ذراعيك وأصابعك مبللة برغوة الصابون وخسسي كل جزء في الثدي واضغطي برفق بحثاً عن أي كتل أو صلابة أو زيادة في الحجم. استعملي يدك اليمنى لفحص الثدي الأيسر. واليد اليسرى لفحص الثدي الأيمن. وتذكري أن تفحصي تحت الإبط.

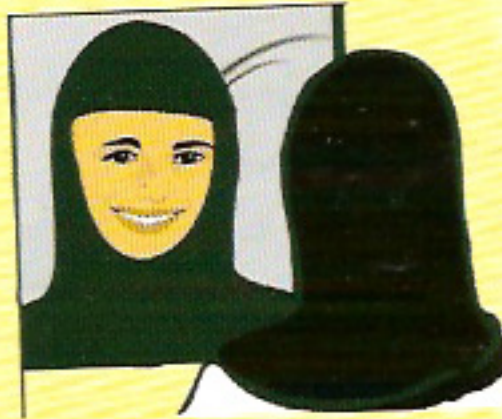
### التمدد:



افحصي ثديك وأنت ممددة على ظهرك. ولموازنة الثدي على الصدر استعملي منشفة أو مخدة تحت كتفك الأيمن. ضعي يدك اليمنى خلف رأسك وافحصي الثدي الأيمن بيدك اليسرى. ثم كرري العملية بفحص الثدي الأيسر باليد اليمنى.

## أمام المرأة:

ابدئي وذراعيك على جانبيك ثم ارفعي يديك فوق رأسك وانظري بكل عناية لملاحظة أي تغيرات في الحجم أو شكل أو استدارة أي من الثديين. ابحثي عن أي بثور أو تغيرات في الحلمة. مثلاً قد تبدو الحلمة كما لو أنها مسحوبة إلى الداخل. ضعي يديك على الردفين واضغطي ذراعيك للأمام وافحصي منطقة الثديين للتأكد من عدم وجود أي كتل أو تغيرات أخرى.



في الختام نتمنى للجميع دوام العافية والصحة