

Centre de santé et de services sociaux
de Bordeaux-Cartierville-Saint-Laurent

CENTRE AFFILIÉ UNIVERSITAIRE



Agence de la santé
et des services sociaux
de Montréal

Québec



الفحص الشعاعي للكشف المبكر عن سرطان
الثدي

موجه للنساء من عمر 50 إلى 69 سنة



درهم وقاية خير من قنطار علاج

ARABE

ربيع 2011

للحصول على معلومات إضافية عن

البرنامج الكيبكي للكشف المبكر عن سرطان الثدي

PQDCS

CENTRE DE COORDINATION
DES SERVICES RÉGIONAUX
DE MONTRÉAL

Ligne d'information : **514 528-2424**

CONCERTATION-FEMME

2005, Victor-Doré, bureau 220

Montréal (Québec) H3M 1S4

Téléphone : **514 336-3733**

Télécopieur : 514 856-2400

info@concertationfemme.ca

www.concertationfemme.ca

الثدي

الثدي هو رمز الأنوثة ، وهو عضو من أعضاء الجسم ، يتكون من كتلة من الدهون و الألياف مغطاة بالجلد و متوضعة على العضلات و الأضلاع .

و يحتوي على الغدة الثديية ، تحت تأثير الهرمونات يمر الثدي بتغيرات مختلفة من سن البلوغ و حتى سن اليأس (انقطاع الدورة الشهرية)



الجلد - النسيج الدهني - الفلقات - الحلمة

المصدر : http://www.adcn.fr/dep_sein_def.htm

وظيفة الثدي

للثدي وظيفتان رئيسيتان :

- 1- يمثل الثدي الخصوبة و الأمومة و يمثل صورة المرأة عن جسدها و أنوثتها.
- 2- هو عضو الإرضاع فهو الذي ينتج الحليب لتغذية الطفل.

سرطان الثدي

هو تضاعف غير منتظم و غير مسيطر عليه لخلايا الغدة الثديية مما يشكل الورم.

يمكن للخلايا السرطانية أن تنتقل إلى أعضاء أخرى من الجسم.

بالنسبة للصحة العامة، يعتبر سرطان الثدي من أكبر المشاكل لما له من نتائج اجتماعية، اقتصادية و عائلية هامة، مما اقتضى لكشف المبكر عنه بواسطة التصوير الشعاعي .

مراجع

• إدارة الصحة العامة التابعة لمكتب الصحة و الخدمات الاجتماعية في مونتريال

• مركز الصحة و الخدمات الاجتماعية التابع لبوردو- كارتيه- فيل سان لوران

• المؤسسة الكندية لسرطان الثدي

• مؤسسة سرطان الثدي في كيبيك

• الجمعية الكندية للسرطان

• البرنامج الكيبيكي للكشف المبكر عن سرطان الثدي ،

وزارة الصحة والخدمات الاجتماعية

سيدتي ... من أولوياتنا

أن تكوني بخير

إحصائيات عن سرطان الثدي في كندا

إن سرطان الثدي هو أكثر أنواع السرطان تشخيصا لدى النساء في العالم.

امرأة من أصل 9 نساء تصاب بسرطان الثدي خلال حياتها.

و واحدة من 29 امرأة تموت بسببه.

في معظم الحالات ، يحدث سرطان الثدي بعد سن الخمسين و معدل البقاء على قيد الحياة 5 سنوات بعد تشخيص المرض هو 88 %.

يقدر تشخيص نحو 6200 حالة سرطان ثدي جديدة لدى النساء ، في كيبك ،

لعام 2011

المصدر: الجمعية الكندية للسرطان.

عوامل الخطر

هناك عدة عوامل ممكن أن يكون لها تأثير على حدوث مرض سرطان الثدي و بعضها للأسف غير قابل للتغيير.

عاملان رئيسيان لخطر الإصابة: كونك امرأة وكونك تتقدمين في السن.

- الجنس: سرطان الثدي يصيب بشكل شبه حصري النساء.
- العمر: كلما تقدمت المرأة بالسن ازداد خطر الإصابة بسرطان الثدي، و يزداد الخطر بعد سن الخمسين .
- عوامل أخرى للخطر:
- سوابق عائلية : أن تكون لديك أخت ، أم ، أو جدة مصابة بسرطان الثدي.
- عامل الوراثة.
- عدم حدوث حمل أو أن يكون الحمل الأول متأخرا بعد سن الثلاثين
- علاج بالهرمونات البديلة في سن اليأس
- البلوغ المبكر (الطمث، العادة الشهرية) قبل 12 سنة
- سن اليأس المتأخر (انقطاع الطمث) بعد عمر 55 سنة
- تعاطي الكحول بشكل مفرط
- التعرض لكميات كبيرة من الأشعة
- زيادة مفرطة للوزن
- التدخين و التدخين السلبي (استنشاق دخان الآخرين)

يمكن لأي امرأة أن تكون عرضة للإصابة بسرطان الثدي خلال حياتها، حتى لو لم يكن لديها أي سابقة شخصية أو عائلية.

يبقى التصوير الشعاعي للثدي (ماموغرافي) الفحص الأفضل للكشف عن سرطان الثدي في مرحلة مبكرة للغاية لتجنب المرأة المعاناة من الآثار الجانبية للعلاج الشاق.

**أنا ، قررت أن أهتم بصحتي
و التصوير الشعاعي للثدي (ماموغرافي)
هو الاختبار الأول الذي أقوم به بكل ثقة.**

و أنت، ماذا ستفعلين ؟

الوقاية

خير

من العلاج

ماذا يمكنك أن تفعلين لأجل صحة الثدييك ؟

- 1- إجراء فحص التصوير الشعاعي للكشف المبكر عن سرطان الثدي (ماموغرافي) مرة كل سنتين ابتداء من سن الخمسين
- 2- إجراء فحص سريري للثدي عند الطبيب مرة كل سنة.
- 3- راقبي ثدييك: أي تغيير ظهر مؤخرا على الثديين: (مثل كتلة، خروج سائل من الحلمة، تغيير في مظهر الجلد أو في شكل و حجم الثدي) يجب أن يدفعك إلى استشارة أخصائي الصحة.
- 4- اتبعي عادات صحية جيدة في الحياة :
 - * توقفي عن التدخين و تجنبي استنشاق دخان الغير
 - * تناولي الكحول باعتدال.
 - * اتبعي نظام غذائي متوازن: غني بالألياف و فقير بالدهون و السكر.
 - * مارسي بانتظام نشاطات الرياضة البدنية
 - * راقبي وزنك
 - * سيطري على القلق و المشاعر السلبية التي تلم بك

ماهي الوسيلة الأكثر فعالية للكشف عن سرطان الثدي ؟

- x الفحص الشعاعي للثدي (ماموغرافي) هو أفضل طريقة للكشف عن سرطان الثدي في مرحلة مبكرة ، وذلك قبل ظهور أي أعراض.
- x الماموغرافي هو فحص للثديين بالأشعة لمدة قصيرة تسمح باكتشاف أي خلل صغير لا يمكن اكتشافه بالفحص اليدوي عند امرأة لا تشكو من أي أعراض.
- x يتم فحص الماموغرافي بوضع كل ثدي بدوره بين صفيحتين من البلاستيك و تعريضه لشحنة خفيفة من الأشعة السينية . الماموغرافي يظهر كامل الغدة الثديية و كل خلل محتمل وجوده

" قيل لي أن الماموغرافي فحص مؤلم للغاية حيث يهرس الثديين تماما . "

لا تعرف غالبية النساء بوجود هذا الاختبار (لماذا وجد و كيف يتم) و تفكر نساء أخريات بأنه فحص مؤلم جدا.

إن الماموغرافي فحص شعاعي لمدة قصيرة من الوقت بدون أي خطر على المرأة . تشعر بعض النساء بعدم الراحة خلال الضغط على الثدي. في هذه الحالة ننصح بتجنب تناول الشوكولا ، الشاي و الكولا لمدة أسبوعين قبل موعد الفحص.

" أعتقد أنني تعرضت في حياتي بما فيه الكفاية للإشعاعات، أخاف أن أتعرض مجددا للأشعة."

النساء اللواتي تعرضن خلال حياتهن للأشعة تشعرن بالخوف من هذا الاختبار.

يستخدم الماموغرافي جرعات خفيفة من الأشعة السينية : ما يعادل رحلة ذهاب و إياب من مونتريل إلى باريس. إضافة لذلك ، يتم اختبار أجهزة التصوير الشعاعي سنويا .

" إذا كان الله يريد لي أن أصاب بالسرطان، سأصاب. هذا هو قدري وأنا لا أستطيع رده."

تعتقد بعض النساء أنهن عاجزات عن مواجهة القدر و يتقبلنه لأنهن لا يستطعن تغييره.

إن الإيمان بالقدر لا يمنعنا من اتخاذ كافة التدابير الوقائية لحماية حياتنا.

" اعقلها و توكل "

"أخشى من أن يتم تداول معلوماتي الشخصية."

بعض النساء اللواتي لا يعرفن البرنامج تعتقدن أنه سلسلة طويلة من الإجراءات وأنه غير ملزم بالسرية

الإجراءات بسيطة جدا : فهو يتكون من زيارة واحدة، ويحترم السرية التامة.

انخفض معدل الوفيات خلال هذا العقد بفضل التقدم الحاصل على صعيد الكشف المبكر و أنواع العلاج.

كلما تم تشخيص السرطان في مرحلة مبكرة ازدادت فرص الشفاء منه.

ملاحظة : إذا كان لديك أي أعراض : مثل وجود ورم في الثدي ، يمكن لطبيبك أن يطلب فحص الماموغرافي التشخيصي



<http://fr.wikipedia.org/wiki/Mammographie> المصدر

كيف نتمكن من عمل التصوير الشعاعي للثدي للكشف المبكر عن سرطان الثدي ؟

منذ عام 1998 ، كما هو الحال في كيبك و أجزاء من كندا وفي بلدان أخرى يوجد برنامج للكشف المبكر عن سرطان الثدي يقدم مجاناً فحص الماموغرافي مرة كل سنتين ، بعض الشروط قد تكون ضرورية :

1- كونك امرأة يتراوح عمرها بين 50-69 سنة وليس لديك أعراض سرطان الثدي.

2- استخدمي رسالة الدعوة بمثابة وصفة من الطبيب. يتم إرسال هذه الرسالة إلى بيت كل امرأة ابتداء من سن الخمسين.

ماذا يحدث إذا قررت عدم إجراء فحص الثدي بالأشعة ضمن

PQDCS : برنامج الكشف المبكر عن سرطان الثدي بالأشعة

عندما تأتي النساء إلى مركز الكشف عن السرطان لأجل فحص الماموغرافي باستطاعتها رفض التوقيع على قسيمة الانتساب إلى البرنامج. في هذه الحالة، فإنها لن تحصل على الرسالة بعد 24 شهراً، ولكن بمقدورها التقدم لفحص الماموغرافي بناء على وصفة الطبيب .

في حال كانت نتائج الماموغرافي غير طبيعية ، يحول الملف إلى أخصائي و تتوقف المتابعة من قبل برنامج الكشف المبكر .

هموم ومخاوف النساء المنحدرات من مجتمعات ثقافية مختلفة

" أنا لا أتقن الفرنسية أو الإنكليزية، لذلك أرمي معظم الرسائل التي تصلني إلى المنزل في سلة المهملات."

هنالك العديد من النساء لا يتكلمن الفرنسية أو الإنكليزية بما فيه الكفاية لفهم الوثائق التي يرسلها البرنامج الكيبكي للكشف عن سرطان الثدي التي تمكن المرأة من طلب خدمات صحية .

من المهم أن نعرف أن الكثير من الوثائق مترجمة إلى لغات عدة منها العربية، ويوجد مترجمون للغات مختلفة لمساعدة المرأة.

" في بلدنا، من المحرج الحديث عن الثدي، في كثير من الأحيان، لا يتم التطرق لهذا الموضوع."

يعتبر الحديث عن الثدي من المحرمات، في بعض المجتمعات، وموضوع يجب تجنبه.

مع أن برنامج الكشف المبكر عن سرطان الثدي هو برنامج عام ، ولكن تتم الإجراءات في جو من احترام لخصوصية المرأة. في المراكز الخمسة عشر للكشف عن السرطان ، في مونتريال ، المهنيون العاملون بتصوير الثدي بالأشعة السينية جميعهن من النساء.

•تشاركين في برنامج عالي الجودة

•تهتمين بصحتك و استقلاليتك

يوجد في مونتريال 15 مركزا معنيا بالكشف المبكر عن السرطان و 5 مراكز كمراجع للأبحاث المعنية .

إن مركز التنسيق للخدمات المحلية في مونتريال ينسق مجموع أنشطة هذا البرنامج.

محدودية التصوير الشعاعي للكشف المبكر

•فحص الثدي بالأشعة لا يكشف جميع حالات السرطان: بعضها قد يمر

•يمكن أن يحدث السرطان بين الفحوصين.

•10% من المشاركات بالبرنامج قد يحتجن إلى فحوص إضافية

ليتم التشخيص الصحيح.

•95% من الحالات لا تدل نتائج الفحص عن وجود السرطان.

ماذا يحدث إذا كانت نتيجة التصوير غير طبيعية؟

يتم إرسال النتيجة إلى طبيب العائلة أو الطبيب الذي اخترته يوم قمت بفحص الأشعة

في هذا الوقت يتم تحويلك إلى مركز معني بالأبحاث لمزيد من التدقيق للوصول إلى التشخيص السليم .

اطلبي موعدا من إحدى مراكز الكشف المبكر المعنية : في المنطقة التابعة لمركز الصحة والخدمات الاجتماعية في بوردو- كارتيه فيل- سان لوران .المركز اسمه دياكنوستيك- ايماج (تشخيص الصورة) مركز أشعة بوا – دو- بولونبي :

Diagnostic Image Inc.(Radiologie Bois-de-Boulogne)

رقم الهاتف: 514 331-8212

عند كل زيارة لأجل فحص الماموغرافي في مركز الكشف المبكر :املأي ووقعي استمارة تسمح بنقل معلوماتك الشخصية إلى برنامج الكشف المبكر عن سرطان الثدي.

يوم موعد فحص الماموغرافي اختاري طبيب من ضمن اللائحة الموجودة في المركز إذا لم يكن لديك طبيب عائلة .

في حال ضياع رسالة الدعوة و حتى بعد مدة زمنية طويلة ، إذا عمرك يتراوح ما بين ال50 و 69 يمكنك دائما الانضمام إلى البرنامج من خلال الاتصال بمركز تنسيق الخدمات في مونتريال :

Centre de coordination des services régionaux de

Montréal : 514 528-2424: رقم الهاتف

ستصلك من جديد رسالة الدعوة لتقومي بفحص الماموغرافي للكشف المبكر.

ملاحظة : النساء اللواتي تقل أعمارهن عن 50 أو تجاوزن ال 70 بإمكانهن القيام بالفحص بشكل مجاني في المراكز المعنية بالتصوير الإشعاعي للثدي باستخدام وصفة من الطبيب.

في حالات معينة و بحسب رأي الطبيب باستطاعتك القيام بالفحص مجانا كل عام.

فوائد المشاركة في برنامج الكشف المبكر عن سرطان الثدي:

•تستلمين في منزلك رسالة تخبرك بنتائج التصوير الشعاعي للثدي.

•تتلقين رسالة الدعوة بعد سنتين .

•إذا احتجت لفحوص إضافية ستعرفين ذلك ضمن فترة زمنية قصيرة .