

## فولدرات فحوصات الثدي



جمهورية العراق  
وزارة الصحة

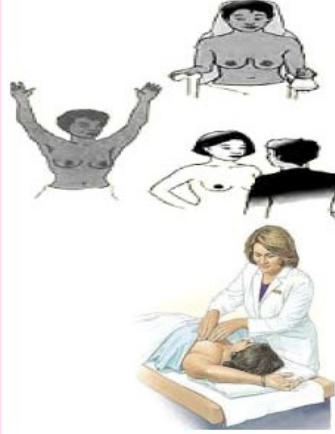
### الفحص السريري للثدي الفحص عند الطبيب



اللجنة الوطنية العليا للكشف المبكر  
لسرطان الثدي ووزارة الصحة

#### الفحص أثناء الاستلقاء :

يقوم الطبيب او الممرضة بفحص انسجة الثدي باستخدام باطن اصابع اليد الثلاثة الوسطى ، وهذا يساعد الطبيب على لمس جميع انسجة الثدي ومنطقته تحت الابط باستعمال ثلاثة مستويات من الضغط الخفيف ، المتوسط والعيق وقد يكون هذا الفحص الاخير مسببا لبعض الازعاج ولكنه هام للغاية .



#### ماهي الامور التي تستطيع المرأة مناقشتها مع طبيبك ؟

- الاستفسار عن المعلومات الغير الواضحة والاضافية حول صحة الثدي . الاستفسار عن الفحوصات الاضافية التي قد تحتاجها للاطمئنان على صحة ثديها .
- طلب فحص ماموكرام بعد سن الاربعين .

#### ماهي المنطقة التي سيقوم الطبيب بفحصها ؟

سيقوم الطبيب او الممرضة بفحص منطقة الصدر كاملة والتي تمتد من عظمة الترقوة الى نهاية الفحص الصدري كما تشمل منطقة تحت الابط .

#### ماهي خطوات الفحص السريري ؟

##### الفحص أثناء الجلوس :

يفيد هذا الفحص للبحث عن اي تغيرات في الثدي والجلد او في الاوضاع التالية أثناء وضع الذراعين: مسترخيه على جانبي الجسم ،فوق الراس وحوّل الخصر .

#### ماهو الفحص السريري للثدي ؟

الفحص السريري للثدي ، هو الفحص الذي تقوم به المرأة لدى الطبيب، حيث يقوم الطبيب بفحص الثدي من خلال النظر الى اي تغيير في حجم او شكل الجلد او الحلمة ،ومن ثم يقوم الطبيب باستخدام باطن اصابعه الوسطى بتحسس الثدي للبحث عن اي كتلة او شئ غير طبيعي في الثدي .

#### متى يجب اجراء هذا الفحص ؟

العمر	29-20 سنة	39-30 سنة	49-40 سنة	فوق 50 سنة
الفحص السريري	مرة كل 3 سنوات	مرة كل 3 سنوات	سنوات	سنوات

#### ماهي الاعراض المحذرة لوجود سرطان الثدي :

- عند وجود اي من هذه الاعراض يجب مراجعة الطبيب الاختصاص علما بان هذه الاعراض لا تبنى بالضرورة الاصابه بالسرطان :
- كتلة في الثدي او الابط .
- تغير في لون او حرارة جلد الثدي .
- سماكة جلد الثدي تشبه بقشر البرتقال .
- وجود تجعدات في الثدي .
- حكة و تقشر في الحلمة .
- تغيرات اتجاه الحلمة او انغراس الحلمة الى الداخل .
- الفرزات غير طبيعية من الداخل .
- تغير في شكل او حجم الثدي .
- الام غير المعتاد في الثدي وتحت الابط .



يعتبر سرطان الثدي من اكثر السرطانات شيوعا في نساء العراق والعالم وثاني اكثر سرطان بعد سرطان الرئة من حيث الانتشار .

#### ماهو سرطان الثدي :

مرض يصيب الثدي تنقسم فيه خلايا انسجه الثدي وتنمو دون الخضوع لانظمة التحكم الطبيعية في الجسم .

من هن السيدات الاكثر عرضه للاصابه بالمرض :

- السيدات اللواتي اعمرهن اكثر من 40 سنة .
- السيدات اللواتي لديهن اقارب مصابات بسرطان الثدي .
- السيدات اللواتي بدأت لديهن الدورة في سن مبكرة اقل من 12 سنة و انقطعت لديهن الدورة في سن متأخرة حوالي 55 سنة .
- السيدات اللواتي يأخذن بعض انواع الهرمونات التعويضية في سن اليأس لفترات طويلة .
- التعرض للاشعاع في مراحل النمو خاصة في منطقة الثدي .
- السيدات اللواتي يعانين من السمنة المفرطة.



جمهورية العراق  
وزارة الصحة

## الفحص الشعاعي للثدي الماموكرافي



اللجنة الوطنية العليا للكشف المبكر  
لسرطان الثدي في وزارة الصحة

لا تلتصق سيدتي ان اكتشاف سرطان الثدي وعلاجه مبكرا يؤدي في اغلب الاحيان الى الشفاء .

بينما اكتشاف سرطان الثدي متأخرا يعنى تقضى المرض في الجسم بنسبة كبيرة في الجسم مما يجعل علاجه صعبا .

للاستفسار يرجى مراجعة المركز الصحي القريب من سكنك والذي بدوره سيقوم بارسالك الى عيادات الكشف المبكر لاورام الثدي المنتشرة في المستشفيات العامة في بغداد وكافة محافظات العراق عند الضرورة .

البرنامج الوطني الشامل للكشف  
المبكر عن سرطان الثدي



### كيف يتم الفحص الشعاعي :

- يتطلب من المرأة نزع الجزء العلوي من الملابس قبل التصوير .
- تقوم فنية الاشعة بتوضيح كيفية الوقوف امام الجهاز حيث ستقوم بتصوير كل ثدي على حدة .
- سيتم وضع الثدي على الة التصوير ثم يتم الضغط على الثدي قليلا .
- عدم الحركة اثناء الفحص .

### هل للاشعة اي ضرر او تاثيرات جانبية :

ان كمية الاشعة التي يتعرض لها الثدي اثناء الفحص قليلة جدا ومحسوبة بحيث لا تشكل خطورة على الصحة نتيجة تكرارها اثناء الحياة .

### ماهو افضل وقت لاجراء الفحص:

- يفضل اجراء الفحص فور الانتهاء من الدورة الشهرية وحتى منتصف الشهر من الدورة، وتجنبى الاسبوعين الاخيرين قبل بدا الدورة المقبلة حيث تؤثر التغيرات الهرمونية على طبيعة الثدي .
- في حالة انقطاع الدورة، على المرأة اجراء الفحص في نفس الموعد من كل سنة او سنتين حسب الفئة العمرية التي تنتمى اليها .
- لانتصح باجراء فحص الماموكرام خلال الحمل او الرضاعة ، وعليك بمراجعة الطبيب اذا كنت تعاني المرأة اي مشكلة خلال الفترة .

### كيف يتم التحضير لاجراء فحص الماموكرام :

- ننصح باخذ حمام حار يوم الفحص وعدم استعمال مزيلات العرق او اي بودرة .
- يتطلب الفحص كشف الجزء العلوي للجسم لذا ننصح بارتداء الملابس المناسبة .
- احضار صور الفحوصات السابقة ان وجدت يوم الفحص .

### ماهو الفحص الشعاعي للثدي ( الماموكرام ) :

هو الفحص الامثل لاكتشاف سرطان الثدي مبكرا، ويعتبر من ادق الوسائل التشخيصية للكشف عن التغيرات التي قد تطرا على الثدي وهم عبارة عن تصوير الثدي بالاشعة السينية لكشف اي نمو او كتلة في الثدي صغيرة او كبيرة حتى في بعض الاحيان قبل ان تتمكن المرأة او الطبيب المختص من اكتشافه .

### متى ننصح باجراء هذا الفحص للثدي :

العمر	29-20 سنة	39-30 سنة	49-40 سنة	فوق 50 سنة
فحص الماموكرام	★	★	★	كل سنتين

اما اذا كانت هناك حالة إصابة لاحد افراد العائلة، فعلى المرأة اجراء فحص الماموكرام :

قبل 10 سنوات من عمر القريبة المصابة اذا كان عمرها 25 سنة او اكثر .

بغض النظر عن العمر في حالة ملاحظة اي تغيرات او عوارض تطرا للثدي ، على المرأة مراجعة الطبيب مباشرة .

يعتبر سرطان الثدي من اكثر السرطانات شيوعا في نساء العراق والعالم

وثاني اكثر سرطان بعد سرطان الرئة من حيث الانتشار .

### ماهو سرطان الثدي :

مرض يصيب الثدي تنقسم فيه خلايا انسجة الثدي وتنمو دون الخضوع لانتظمة التحكم الطبيعية في الجسم .

### نصائح للوقاية من سرطان الثدي :

- الحمل والارضاع المبكر قبل سن الثلاثين .
- الامتناع عن تناول الهرمونات دون استشارة الطبيب المختص .

تناول الغذاء الصحي يمكن ان يقلل خطر الإصابة كتناول الحبوب الغنية بالالياف كالخضروات والفواكه الغنية بالفيتامينات مضادات الاكسدة .

المحافظة على الوزن من خلال الافلال من تناول الاطعمة الغنية بالسلم والتخلص من الوزن الزائد .

الامتناع عن التدخين .

ممارسة الرياضة في سن مبكرة وبشكل منتظم يقلل من شحوم الجسم ويكفض من مستوى الاستروجين مما يؤدي لتقليل نسبة الإصابة بالسرطان .



This document was created with Win2PDF available at <http://www.daneprairie.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.