

# المرأة المرأة الكويتية

اصدار خاص للتوعية بسرطان الثدي

اكتوبر 2021



في اكتوبر الوردى ..

ندعو لتكثيف التوعية بسرطان  
الثدي لأهمية صحة المرأة

◆ د. هبة نظر:

مريضات السرطان  
بحاجة إلى أماكن  
لتلقي الرعاية التحفيزية  
بالطب التكميلي

◆ د. فرج صادق:

الاكتشاف المبكر  
لسرطان الثدي يؤدي  
للشفاء بنسبة 100%

◆ اعراض النكسة

الموضعية لمريضات  
السرطان وكيفية  
التعامل معها

## زينب مظفر:

الفن التشكيلي يعبر عن آلام  
من مرض السرطان ويبعث الأمل في نفسي



اكتوبر الوردي

المرآة الكويتية



أكتوبر الوردي



لكل امرأة..

قومي بفحص سرطان الثدي واكتشفي  
عوارض المرض الخبيث قبل ان يتمكن منك  
لان الوقاية خير من العلاج



المرأة الكويتية



# المرأة الكويتية

شهرية - إجتماعية - ثقافية - العدد (33)

إصدار خاص  
للتوعية بسرطان الثدي  
أكتوبر 2021

رئيس التحرير

الشيخة

فادية سعد العبدالله السالم الصباح

مدير التحرير

ماجدة أبو المجد

المدير الفني

أيمن الشافعي

@kwomanmagazine

@kwomanmag

Kuwaiti Woman Magazine

<http://kuwaitiwomanmirror.org>



المرأة الكويتية  
إصدار خاص للتوعية بسرطان الثدي  
أكتوبر 2021

في أكتوبر الوردي ..  
ندعو لتكثيف التوعية بسرطان  
الثدي لأهمية صحة المرأة

د. هبة نظر:  
مريضات السرطان  
بحاجة إلى أماكن  
للتلقي الرعاية التحفيزية  
بالتب التكميلي

د. فرح صادق:  
الاكتشاف المبكر  
لسرطان الثدي يؤدي  
للشفاء بنسبة 100%

أعراض النكسة  
الموضعية لمريضات  
السرطان وكيفية  
التعامل معها

زينب مظفر:  
الفن التشكيلي يعبر عن آلام  
من مرض السرطان ويبعث الأمل في نفسي





اكتوبر الوردي



مرآة الكويتية



مجلة اجتماعية-ثقافية  
تصدر الكترونياً

# محتويات المرأة الكويتية

إصدار خاص للتوعية بسرطان الثدي اكتوبر 2021



منظمة الصحة العالمية:  
الكشف المبكر لسرطان  
الثدي فرصة لعلاج  
فعال **22**



في اكتوبر الوردى ..  
ندعو الجمعيات النسائية  
والمنظمات الأهلية  
لمساندة المرأة نفسياً  
 واجتماعياً **07**

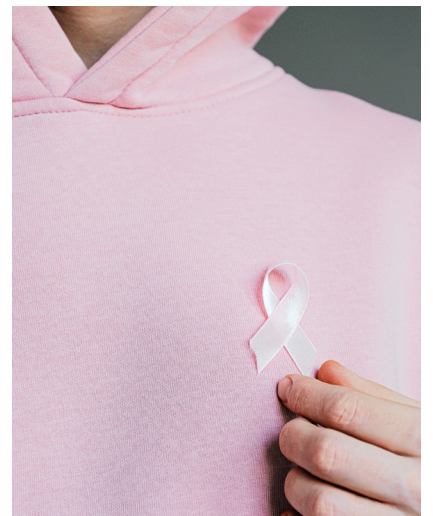


سرطان الثدي..  
مازال الأكثر شيوعاً  
بين النساء **12**



الشريط الوردى  
وعلاقته بسرطان  
الثدي

**22**



سرطان الثدي  
ربما يعود أو ينتشر  
انتبهي!! **34**



النفسية الصعبة بل وربما ينتابها الرعب والخوف على أسرتها من شبح هذا المرض، وتلك هي المعاناة الحقيقية وعلينا ان نقدر مدى احتياج هؤلاء النساء للمساندة الاجتماعية وهنا يأتي دور الجمعيات الاهلية ومنظمات المجتمع المدني التي يجب عليها زيادة التوعية بمرض سرطان الثدي التي تعتمد نسبة نجاحه على زيادة الوعي والوقاية منه ولا بد ان يكون للمرأة الاولوية بالفحص السنوي المستمر. كما نتقدم بالشكر الى منظمات المجتمع المدني من المهتمين بصحة المرأة لها بذلوه من جهود واضحة في اطلاق حملات التوعية بمرض سرطان

الثدي واختص بالشكر الحملة الوطنية للتوعية بمرض السرطان «كان» وجمعية «السدرة» للرعاية النفسية لمرضى السرطان وجميع الجهات التي تعاونت معنا في تقديم تلك المبادرات الإنسانية والتي ساهمت في نجاح حملاتنا التي قدمناها على مدى سنوات بالتعاون مع حملة «كان» وتضمنت العديد من البرامج التوعوية التي غطت معظم محافظات دولة الكويت وعلى مستوى كافة شرائح المجتمع .

كما ندعو كافة الجهات والهيئات الأخرى الى ضرورة التعاون لتوفير المزيد من الوعي والرعاية النفسية والاجتماعية لكل امرأة وتشجيعها على الاهتمام بصحتها والمشاركة الى الكشف المبكر.

ونمد يد العون الى الشراكة المجتمعية لرفع مستوى الوعي الصحي بين النساء، وتحسين إيجابيات العمل التطوعي، وتوعية النساء بخطورة مرض سرطان الثدي لكي ننعم جميعاً بالصحة والعافية بفضل الله تعالى.



بقلم / الشيخة

فادية سعد العبدالله  
السالم الصباح

@FSASQ8

## أكتوبر الوردي

في بداية شهر «أكتوبر الوردي» من كل عام تبدأ المبادرات والبرامج المخصصة للتوعية بمرض سرطان الثدي محلياً وعالمياً بتسليط الضوء على ضرورة الكشف المبكر والفحص الذاتي واجراء الفحص بالأشعة واستشارة الطبيب وغيرها من إرشادات توعوية.

ونحن للسنة الثالثة على التوالي ومن خلال اصدارنا الخاص وبمبادرات دائمة ندعو إلى التوعية بمرض سرطان الثدي بمزيد من التكاثر والتعاون مع مختلف الجهات والهيئات.

ونحمد الله على ما حققناه من نتائج مبهرة من خلال حملاتنا التوعوية على مدى سنوات في نشر الوعي على مستوى الكويت بين النساء من مختلف الفئات العمرية ومنها طالبات المدارس، والتي تصب أهدافها في نشر الوعي وضرورة الإسراع بالكشف المبكر لاكتشاف الإصابة مبكراً كي يسهل العلاج.

وتهدف حملات التوعية بمرض سرطان الثدي على مستوى العالم إلى زيادة «الوعي بعلامة» سرطان الثدي، وكيفية اكتشاف هذا المرض وعلاجه والحاجة إلى علاج دائم وموثوق به.

ونحمد الله لها وصلنا إليه من توعيه على أعلى المستويات أدت إلى زيادة عدد النساء اللاتي يجربن تصوير الثدي وزيادة عدد الحالات المكتشفة الإصابة بسرطان الثدي في مرحلة مبكرة، تكون فيه الحالة أكثر قابلية للعلاج.

ولن نكف عن المطالبة بتكثيف الحملات التوعوية للمرأة لأنها عماد المجتمع فهي القلب النابض للأسرة اذا تألمت تضرر البيت بكامله، وهي من تسعى دائماً لاحتواء أسرتها والتضحية من أجلها وظهرت تضحياتها منذ بداية جائحة كورونا وبذلها قصارى جهدها لاحتواء أسرتها ورعايتها.

ونطالب المجتمع بكل فئاته بضرورة دعم المرأة نفسياً واجتماعياً للحفاظ عليها من هذا المرض اللعين الذي ربما يكون سبباً في تدمير صحتها الجسدية والنفسية منذ بداية اكتشافها الإصابة بالمرض مروراً بمراحل





أكدت ان نسبة الإصابات بسرطان الثدي مرتفعة في الكويت

# د. فرح صادق: الاكتشاف المبكر لسرطان الثدي يؤدي للشفاء بنسبة 100%

خاص / مجلة امرأة الكويتية

قالت استشارية الأشعة التشخيصية في أورام وأمراض الثدي والطببة بمركز الكويت لمكافحة السرطان د. فرح جاسم صادق في حديث خاص لـ «مجلة امرأة المرأة الكويتية» ان نسبة الإصابات بسرطان الثدي مرتفعة في الكويت ويعتبر سرطان الثدي هو الأكبر في نسبة الإصابة من بين أنواع السرطان الأخرى. وفي المقابل هناك تطور هائل في بروتوكولات علاج سرطان الثدي وهي موحدة عالمياً.

وأكدت د. صادق ان الاكتشاف المبكر لسرطان الثدي يؤدي الى الشفاء بنسبة 100% ونصحت النساء بعدم الخوف من أشعة الماموغرام فهي الادرق لاكتشاف وجود الورم من عدمه، وعلى كل امرأة ان تسارع بالكشف عندما تحس بألم عند لمس ورم في الثدي وعليها ان تتابع الكشف الدوري بانتظام للكشف عن حالة ثدييها للحفاظ على سلامتها.





# BREAST CANCER سرطان الثدي



## الأبحاث المستمرة وزيادة حالات الكشف المبكر ساعد في تطور العلاج

## أورام الثدي لدى الفتيات أكثرها تليفات حميدة وأكياس

## ماهي أسباب الإصابة بسرطان الثدي في الكويت؟

الأسباب كثيرة، و لا يوجد سبب واضح للإصابة، وكونك امرأة فانت معرضه لسرطان الثدي هناك امرأة من بين 8 سيدات تصاب بسرطان الثدي بالإضافة الى تقدم العمر فهو يزيد من فرصة الإصابة بالمرض، وهناك أسباب أخرى ومنها وجود تاريخ سرطاني في أحد الثديين يزيد نسبة الإصابة بالثدي الآخر، واذ كان هناك تاريخ علاج إشعاعي لمنطقة الصدر لأورام الغدد الليمفاوية في عمر صغير، أو وجود تاريخ عائلي من أقارب الدرجة الأولى من ناحية الأم، أو الأخت أو البنت، وكذلك التاريخ الجيني BRCA1/ BRCA2 ووجود أمراض وراثية ولكنها نادرة.

وهناك عوامل جانبية ومنها: السمنة وزيادة محيط الخصر، التدخين والكحول

وعدم ممارسة الرياضة.

الماموغرام، وأشعة السونار، بالإضافة الى أخذ خزعة لتشخيص الورم وتحديد نوعه. وانصح كل امرأة بالحرص على الكشف المبكر من عمر 40 سنة فما فوق حتى وان لم يكن هناك أي أعراض.

## متى تلجأ المرأة للطبيب وكيف يتم التشخيص؟

عندما تشعر المرأة بألم عند لمس ورم بالثدي أو إفرازات من الحلمه أو تغيرات على الجلد

يكون التشخيص عن طريق عمل أشعة

## هل أشعة الماموجرام آمنة للمرأة؟ ومتى تلجأ إليها؟ وما فائدتها؟





## ■ بروتوكولات علاج سرطان الثدي متطورة جدا وموحدة عالمياً

## ■ أشعة الماموغرام تكشف عن التكتلات والتغيرات بالأنسجة في مرحلة ما قبل السرطان

الماموغرام أشعة سينية آمنة ومدروسة ومعيرة عالمياً وموافق عليها من منظمة الدواء والغذاء وجمعيات أطباء أشعات الثدي والسرطان، وتستخدم بالكشف المبكر عن سرطان الثدي للسيدات من عمر 40 سنة وما فوق سنوياً. وهي تشخيصية لأي عرض تشتكي منه السيدة حتى وإن كان العمر اقل من الـ 40 سنة وتفيد أشعة الماموغرام في الكشف عن التكتلات أو التغيرات بالأنسجة في مرحلة ما قبل السرطان التي لا تظهر بالسونار أو الرنين المغناطيسي.

## ■ بماذا تنصحين المرأة التي تشعر بالخوف من إجراء الماموغرام؟

أنصح السيدات بعدم الخوف من عمل هذه الأشعة البعض يعتقد أنها مؤلمة وخطره، ولكن الألم شيء نسبي وليس واحداً لدى جميع الأشخاص. ونسبة



# BREAST CANCER سرطان الثدي



## د. فرج صادق في سطور

تخرجت د. فرج صادق من جامعة الكويت كلية الطب بكالوريوس طب وجراحة عام 1994،

حاصلة على زمالة الأشعة من كلية الجراحين الملكية بدبلن - أيرلنده سنة 2009، تخصصت في أشعات أمراض وأورام الثدي من مستشفى سلوم ماموريال كاتيرينغ لأورام الثدي - نيويورك - الولايات المتحدة الأمريكية 2015، وحاليا طبيبة أشعة بمركز الكويت لمكافحة السرطان.

جدا ونوعاً ما موحدة عالمياً نتيجة الأبحاث المستمرة وزيادة حالات الكشف المبكر ساعدت الدراسات لتطور العلاج ونتمنى الشفاء التام منه في السنوات القادمة.

## هل هناك نصائح للمرأة للحفاظ على صحتها والوقاية من السرطان؟

أقول لكل امرأة: صحتك أهمنا لأنك جمال الأسرة وروحها وعليك بالحفاظ على سلامة الجسم باعتدال الوزن والرياضة وان تسارعي بالكشف المبكر ولا تتردد، لتكوني قدوة لمستقبل بناتك وشقيقاتك وصديقاتك.

التشاي من السرطان إذا اكتشف في البداية تصل الي 100%

## ماذا عن أورام الثدي لدى الفتيات؟

أكثر أورام الثدي لدى الفتيات هي من الأنواع الحميدة وتشكل 70% تقريباً، والأكثر شيوعاً بين الفتيات هو التليفات الحميدة والأكياس، وغالباً نحتاج لأخذ خزعة للتشخيص، واحتمال استئصالها جراحياً.

## هل هناك وسائل متطورة لعلاج سرطان الثدي حول العالم؟

بروتوكولات علاج سرطان الثدي متطورة



# BREAST CANCER سرطان الثدي



أكد الأطباء انه يتشكل في خلايا الثديين

## سرطان الثدي..

مازال الأكثر شيوعاً بين النساء



# BREAST CANCER سرطان الثدي



## خاص / مجلة المرأة الكويتية

ما يلي:

كتلة أو تثنخاً في الثدي يختلف عن الأنسجة المحيطة، وتغير في حجم الثدي أو شكله أو مظهره، وكذلك تغيرات في الجلد الموجود على الثدي، مثل الترضع بالإضافة الى التقشر أو التوسف أو التيبس في المنطقة المصطبغة من الجلد المحيط بالحلمة (الهالة) أو جلد الثدي واحمرار جلد الثدي أو تنقيره، مثل جلد البرتقالة.

### متى تذهب المرأة إلى الطبيب

إذا وجدت المرأة كتلة أو أي تغير آخر في إحدى ثدييها حتى لو كانت صورة الثدي الشعاعية (الماموجرام) الأخيرة طبيعية فعليها بتحديد موعد مع الطبيب المختص للتقييم الضوري.

يأتي سرطان الثدي بعد سرطان الجلد من حيث كونه أكثر أنواع السرطانات شيوعاً بين النساء في العالم وقد ساعد الدعم الكبير للتوعية بسرطان الثدي وتمويل الأبحاث على إحداث تقدم في تشخيص سرطان الثدي وعلاجه. وزادت معدلات البقاء على قيد الحياة لمرضى سرطان الثدي، كما قل عدد الوفيات المرتبطة بهذا المرض بشكل منتظم، ويرجع ذلك بشكل كبير إلى عدد من العوامل، مثل الكشف المبكر، واستخدام طريقة علاج جديدة تراعي الحالة الفردية، والفهم الأفضل لطبيعة هذا المرض.

### اعراضه

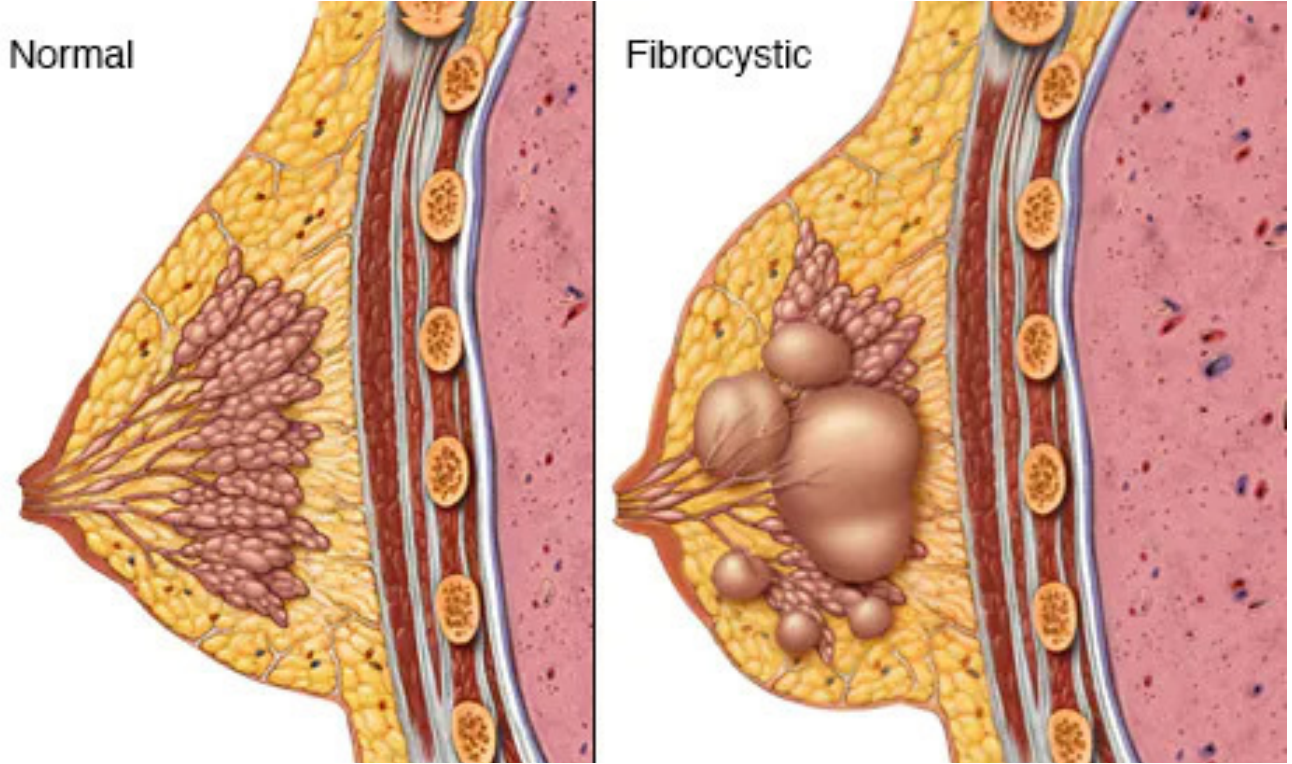
قد تتضمن علامات سرطان الثدي وأعراضه

■ نهط الحياة والعوامل الهرمونية والبيئية قد تزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي

■ الدعم الكبير للتوعية بسرطان الثدي وتمويل الأبحاث ساعد على إحداث تقدم في التشخيص والعلاج

### أسباب سرطان الثدي

# BREAST CANCER سرطان الثدي



## إذا وجدت المرأة كتلة أو أي تغير آخر في احدي ثدييها عليها باستشارة الطبيب

الخطر. ويُحتمل أن يحدث سرطان الثدي بسبب التفاعل المعقد للتكوين الجيني وللبيئة التي تعيش فيها.

### سرطان الثدي الوراثي

يُقدر الأطباء ارتباط ما يقرب من 5 إلى 10 في المئة من سرطان الثدي بالطفرات الوراثية التي تنتقل عبر أجيال العائلة. حُدد عددًا من جينات الطفرات المتوارثة التي يُمكن أن تزيد من احتمالية الإصابة بسرطان الثدي. أشهر هذه الجينات هي (الجين 1) لسرطان الثدي (BRCA1) و(الجين 2) لسرطان الثدي (BRCA2)،

الغُدية التي يُطلق عليها اسم الفصيصات (السرطان الفصيصي الغروي)، أو في خلايا أو أنسجة أخرى داخل الثدي.

### عوامل مؤثرة

ولقد حدد الباحثون العوامل المرتبطة بنمط الحياة، والعوامل الهرمونية، والبيئية التي قد تزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي. ولكن ليس من الواضح السبب وراء إصابة بعض الأشخاص بالسرطان على الرغم من عدم وجود أي عوامل خطر تحيط بهم، بينما لا يُصاب أشخاص آخرون يكونون مُعرضين لعوامل

ويؤكد الأطباء أن سرطان الثدي يحدث عندما تبدأ بعض خلايا الثدي في النمو بطريقة غير طبيعية. تنقسم هذه الخلايا بسرعة أكبر من الخلايا السليمة وتستمر لتتراكم، وتشكل كتلة أو ورمًا. وقد تنتشر الخلايا (تنتقل) من خلال الثدي إلى العُقد اللمفية، أو إلى أجزاء أخرى من الجسم.

### البداية

يبدأ سرطان الثدي عادة مع الخلايا الموجودة في القنوات المنتجة للحليب (السرطان اللبني العنيف). يمكن أن يبدأ سرطان الثدي أيضًا في الأنسجة



# BREAST CANCER سرطان الثدي



الموضعي في خزعة الثدي (LCIS) أو فرط تنسج اللانمطي للثدي، فهنا احتمالية أكبر للإصابة بسرطان الثدي.

## وجود سجل مرضي للإصابة بسرطان الثدي

إذا كنت مصابة بسرطان الثدي في إحدى الثديين، فلديك احتمالية مرتفعة للإصابة بسرطان في الثدي الآخر.

وجود تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الثدي. إذا شخصت أمك أو أختك أو ابنتك بسرطان الثدي، خصوصاً في سن مبكرة، تزداد احتمالية إصابتك بسرطان الثدي. ومع ذلك، فإن غالبية الأشخاص المصابين بسرطان الثدي ليس لديهم تاريخ عائلي للمرض.



## الجينات الموروثة

تزيد من احتمالية الإصابة بسرطان الثدي ويمكن أن تنتقل بعض الطفرات الجينية التي تزيد من احتمالية الإصابة بسرطان الثدي من الآباء إلى الأطفال. الطفرات الجينية الأكثر شهرة التي تزيد من احتمالية الإصابة بسرطان الثدي هي BRCA1 و BRCA2. يمكن أن تزيد هذه الجينات بشكل كبير من احتمالية الإصابة بسرطان الثدي وغيره من أنواع السرطان، لكنها لا تجعل السرطان أمراً حتمياً.

## التعرض للإشعاع

إذا كنت قد تلقيت علاجاً إشعاعياً على الصدر في مرحلة الطفولة أو الشباب، فإن

حيث يزيد كلاهما من خطر الإصابة بكل من سرطان الثدي والمبايض.

إذا كان لدى عائلة المصابة تاريخ قوي للإصابة بسرطان الثدي أو أنواع أخرى من السرطان، فقد يوصي الطبيب بإجراء اختبار دم للمساعدة في تحديد الطفرات المحددة في الجين BRCA أو الجينات الأخرى التي تنتقل عبر العائلة.

من الأفضل أن تطلب المصابة من الطبيب إحالتها إلى استشاري جينات يُمكنه أن يستعرض تاريخ عائلتها الصحي. وبإمكان استشاري الجينات أيضاً مناقشة فوائد الاختبار الجيني ومخاطره وحدوده، ليساعدها في اتخاذ القرار المشترك.

## عوامل الخطر

عامل خطورة الإصابة بسرطان الثدي هو أي عامل يجعل المرأة أكثر عرضة للإصابة بسرطان الثدي. ولكن وجود عامل أو أكثر من عوامل خطر الإصابة بسرطان الثدي لا يعني بالضرورة أنها سوف تُصاب بسرطان الثدي. العديد من النساء المصابات بسرطان الثدي ليس لديهن أي عوامل خطورة معروفة سوى كونهن نساء. تشمل العوامل المرتبطة بزيادة احتمالية الإصابة بسرطان الثدي ما يلي:

## تقدم العمر

النساء أكثر عرضة من الرجال للإصابة بسرطان الثدي وكذلك التقدم في السن. ووجود سجل مرضي للإصابة بمشاكل الثدي. إذا وُجد السرطان الفصيصي



# BREAST CANCER سرطان الثدي



لدى النساء المعرضات لخطر معتدل قد يساعد إجراء تغييرات حياتية على تقليل خطر الإصابة بسرطان الثدي.

## فحص سرطان الثدي

استفسري من طبيبك عن فحص سرطان الثدي. وناقشي مع طبيبك الوقت المناسب لبدء اختبارات سرطان الثدي، مثل فحوصات الثدي السريرية وصور الثدي الشعاعية (الماموجرام). واستشيري طبيبك بشأن فوائد الفحوصات ومخاطرها. ويمكنك مناقشة طبيبك للاتفاق على استراتيجيات فحص سرطان الثدي المناسبة لحالتك.

## التعرف على طبيعة الثديين

وحاولي التعرف على طبيعة ثدييك من خلال الفحص الذاتي ومراقبة حالتها. وقد تختار النساء التعرف على طبيعة

عرضة للإصابة بسرطان الثدي من النساء اللاتي حملن مرة أو أكثر.

## استخدام العلاج الهرموني بعد سن اليأس

النساء اللاتي يتناولن أدوية العلاج الهرموني التي تجمع بين الإستروجين والبروجستيرون لعلاج علامات وأعراض انقطاع الطمث لديهن احتمالية أكبر للإصابة بسرطان الثدي وتنخفض احتمالية الإصابة بسرطان الثدي عندما تتوقف النساء عن تناول هذه الأدوية.

## تناول الكحوليات

يزيد تناول الكحوليات احتمالية الإصابة بسرطان الثدي.

## الوقاية

الحد من خطر الإصابة بسرطان الثدي

احتمالية إصابتك بسرطان الثدي تزداد.

## السمنة

يرفع الوزن الزائد أو البدانة احتمالية الإصابة بسرطان الثدي.

## بداية الدورة الشهرية في سن مبكر

بداية الدورة الشهرية قبل الثانية عشرة يزيد من احتمالية الإصابة بسرطان الثدي. انقطاع الدورة الشهرية في سن متقدمة إذا بدأت انقطاع الطمث في سن أكبر، فأنت أكثر عرضة للإصابة بسرطان الثدي.

## إنجاب طفلك الأول في سن متأخرة

النساء اللاتي يلدن طفلهن الأول بعد سن الثلاثين قد يكون لديهن احتمالية أكبر للإصابة بسرطان الثدي.

## عدم حدوث الحمل

النساء اللاتي لم يسبق لهن الحمل أكثر



# BREAST CANCER سرطان الثدي



إذا كنت بحاجة إلى إنقاص الوزن، ننصح بالاستفسار من الطبيب عن الاستراتيجيات الصحية لتحقيق ذلك. كما ننصح بتقليل كمية السعرات الحرارية المستهلكة يوميًا، وزيادة التمارين الرياضية بالتدريج. اتباع نظام غذائي صحي. قد تقل مخاطر الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء اللاتي يتناولن حمية البحر الأبيض المتوسط المحتوية على زيت الزيتون البكر والمكسرات المتنوعة. تركز حمية البحر الأبيض المتوسط في معظمها على الأطعمة النباتية، مثل الفواكه والخضروات، والحبوب الكاملة، والبقوليات والمكسرات. يختار الأشخاص الذين يتبعون حمية البحر الأبيض المتوسط مصادر الدهون الصحية، مثل زيت الزيتون بدلاً من الزبدة، والأسماك بدلاً من اللحوم الحمراء.

لك، وابدئي ببطء.

## الحد من العلاج الهرموني بعد سن انقطاع الطمث

قد يزيد العلاج الهرموني المركب خطر الإصابة بسرطان الثدي، ويُنصح باستشارة الطبيب بشأن مخاطر العلاج الهرموني وفوائده. وتشعر بعض النساء بعلامات وأعراض مزعجة في سن انقطاع الطمث، وقد يكون من المقبول بالنسبة لهؤلاء النساء ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الثدي مقابل تخفيف علامات انقطاع الطمث وأعراضه. للحد من خطر الإصابة بسرطان الثدي، استخدم أقل جرعة ممكنة من العلاج الهرموني لأقصر مدة ممكنة.

## حياة صحية

إذا كان وزنك صحيًا، ننصح بالحفاظ عليه.

الثديين عن طريق فحصهما ذاتيا من حين لآخر لمراقبة حالتها، وتحديثي إلى طبيبك على الفور إذا كان هناك تغيير جديد أو أورام أو علامات أخرى غير عادية في الثديين.

## مراقبة الثديين

إن مراقبة الثديين ذاتيًا لا تقي من السرطان، ولكنها قد تحسن فهمك للتغيرات الطبيعية التي يمر بها الثديان وتسهل التعرف على أي علامات وأعراض غير عادية.

## الامتناع عن شرب الكحول

ينصح الأطباء بالامتناع عن شرب الكحول. ممارسة الرياضة معظم أيام الأسبوع يُنصح بممارسة الرياضة لمدة 30 دقيقة على الأقل معظم أيام الأسبوع. إذا لم تكوني نشطة مؤخرًا، فاسأل طبيبك عما إذا كان النشاط الرياضي مناسبًا

BREAST  
CANCER  
سرطان الثدي

18

المرأة الكويتية



أكدت أن تقبل الألم أولى خطوات الصحة النفسية

**زينب مظفر: الفن التشكيلي يعبر عن آلامها  
من مرض السرطان ويبعث الأمل في نفسي**



# BREAST CANCER سرطان الثدي



## خاص / مجلة امرأة المرأة الكويتية

صحتها والحرص الدائم على الكشف والمتابعة.

### على المرأة الانتباه لصحتها والحفاظ عليها بالكشف والمتابعة

لحدث بسيط أدى لزيادة الأعراض والآلام وقمت بعمل رنين مغناطيسي تبين من خلاله وجود ورم لكنه غير واضح ، وكان لابد من إجراء عملية دقيقة تحت التحكم التام خارج الكويت في عام 2011 وبعد أخذ الخزعة ومعرفة نوع الورم بدأت مسيرة الألم والعلاج والحمد لله ما زال تحت السيطرة ومتزامنا مع تناول الادوية المناسبة لحالتي .

### عرفينا بنفسك أكثر؟

عضوة في فريق ارتقاء التطوعي البيئي. عضوة في منظمة «التوستماسترز» العالمية التي تعني بالخطابة، وفي عدة أندية في الكويت. وكنت أعمل فني صيدلية منذ عام 2007 حتى عام 2016 إلى ان تقاعدت طبيياً.

### ماذا عن معاناتك مع مرض السرطان؟

بدأت معاناتي عام 2008 مع ظهور أعراض المرض واستمرت حتى 2010 الى ان تعرضت

قالت الفنانة التشكيلية زينب مظفر خلال حديثها لـ «مجلة امرأة المرأة الكويتية» ان الفن التشكيلي يعبر عن آلام مريضات السرطان ويبعث الأمل في نفوسهن وأنها أتخذت منه علاج للألم ووسيلة لشفاء الغير ويأذن الله سيكون دوائها. مؤكدة حرصها الدائم على تطوير مهاراتها الفنية والابداعية. كما أكدت المظفر ان تقبل الألم يعتبر أولى خطوات الصحة النفسية لافتة الى أهمية ورش الرسم لمريضات السرطان للتعبير عما يدور بخاطرهن. ونصحت كل امرأة بضرورة الانتباه إلى



BREAST  
CANCER  
سرطان الثدي

20

المرأة الكويتية



باجتهادي أحرص على  
تطوير مهاراتي وقدراتي  
الفنية وتنمية موهبتي

التعبير عن المرأة باللون  
الوردي فهو رمز الرقة  
والجمال

ورش الرسم مهمة  
لمريضة السرطان  
للتعبير عما يدور بخاطرها



# BREAST CANCER سرطان الثدي

والأنوثة اما بالنسبة لي فأنا أرى المرأة هي الحياة من طبيعة وجمال وسحر في الألوان بشتى ألوانها فيكون تعبيرى غير منصب بجانب معين او لون معين. فهي تعني لي الحياة بجميع ألوانها.

## ما رأيك في التحصين ضد وباء كورونا؟ وبماذا تتحصين مريضات السرطان؟

بالنسبة لرأىي بالتحصين فأنا جعلت الرأى لأهل العلم والاختصاص فهم أهلا له بإذن الله وبالنسبة لمريضات السرطان اتمنى منهن استشارة دكتورهم المختص بحالتهم في موانع أخذ التحصين.



## ما نصيحتك للمرأة؟

لكل امرأة أقول لوني حياتك بأجمل ألوان الحياة والفرح حافظي وانتبهي لصحتك وعلى معالم الجمال والأنوثة والرقه لديك وضعي أهداف لتحقيقها وفق منظوركي الشخصي والقيمة العليا الذاتية لديك لكي تصلي لرسالة خالدة باسمك في هذه الحياة.

## هل من كلمة أخيرة؟

يعتقد كل مبتلي أن حاله أسوأ من غيره والحقيقة أن كل منا لديه مما يعانیه ويعكر صفوه لكننا نختلف في الرضا بقضاء الله وقدره فالحمد لله على كل ما آتانا ويؤتينا فالأمل هو مفتاح الأمل ولولاه لما فتحت أبواب الحياة لنا. واتمى ان ينظر كل إنسان لحياته نظرة متوازنة في أسلوب يجمع بين القناعة والهدوء.

## ماهي أولى خطوات الصحة النفسية لمريضات السرطان؟

من أول خطوات الصحة النفسية لمريضات السرطان هو تقبلهن للمرض والمضي في العلاج واستخراج كل ألم دفين في النفس كي لا يعيق مسيرة العلاج والشفاء ووضع قيمة عليا ذاتية او اكتشافها لكي يضعن هدفهن والسعي لتحقيقه وترك بصمة ورسالة في الحياة تجعل لهن قيمة وقدر عظيم كما في رسالة الإنسان في الحياة من عبادة الله وتعمير الكون.

## إذا أردت التعبير عن معاناة المرأة من المجتمع فأى ألوان تستخدميهما؟ ولهذا؟

بالنسبة للتعبير عن المرأة دائما ما يرمز لها باللون الوردي الذي يمثل الجمال الرقة

## حدثينا عن موهبتك في الفن التشكيلي متى بدأت؟ ومن شجعك على تلميها؟

منذ الصغر وأنا أعشق الرسم بالألوان والتلوين. لدرجة أنني لا أنسى ذكرياتي مع روضتي وناظرة المدرسة، فقد كانت دائما تبدي إعجابها وحبها للوحاتي وتهديني دمية باربي، ولم أحظى بفرصة لتطوير مهاراتي وقدراتي الفنية، فأنا من كنت أشجع نفسي ذاتيا على الرسم والتلوين.

## لماذا فكرت في استخدام الفن التشكيلي للتعبير عن معاناة مريضات السرطان؟

بما إنني ارسم بأسلوب التعبير عن الأحاسيس فبت أعبر عما يجول بخاطري وكذلك أحيانا بما يجول بخواطر مريضات السرطان أو غيرهن من خلال لوحاتي. ولأن وسيلة التعبير الناجعة التي استخدمها هي الرسم كان لا بد ان تكون للوحاتي ولرسمي الكلمة المعبرة فهي الملائد الروحي والجسدي لما أملك فأجسده في لوحاتي.

## هل تتقبل مريضات السرطان التعبير عن معاناتهن بالرسم؟

قد لا تتقبل بعض من مريضات السرطان التعبير عن معاناتهن من خلال الرسم أو غيره، ولكن الإبداع يكمن من خلال اتخاذهن للرسم أو استخدام الألوان للتعبير عن ذواتهم بأنفسهن من خلال ورشات الرسم والتلوين والتي يتم من خلالها اكتشاف الإبداع لديهن.

# BREAST CANCER سرطان الثدي



## أكدت أنه الأكثر شيوعاً بين 2.2 مليون امرأة في عام 2020 منظمة الصحة العالمية: الكشف المبكر لسرطان الثدي فرصة لعلاج فعال

الثدي والوفيات الناجمة عنه في البلدان المنخفضة الدخل والمتوسطة الدخل. هناك فوارق كبيرة بين البلدان المرتفعة الدخل والبلدان المنخفضة الدخل والمتوسطة الدخل، حيث يتجاوز معدل البقاء على قيد الحياة بعد الإصابة بسرطان الثدي 5 سنوات 90% في البلدان

وتُصاب قرابة امرأة واحدة من بين كل 12 امرأة بسرطان الثدي في حياتهن، ويعتبر سرطان الثدي هو السبب الأول للوفيات الناجمة عن السرطان في أوساط النساء، وقد توفيت بسببه 685000 امرأة تقريباً في عام 2020. تحدث معظم حالات الإصابة بسرطان

خاص / مجلة امرأة المرأة الكويتية

تشير إحصائيات منظمة الصحة العالمية إلى أن سرطان الثدي هو أكثر أنواع السرطان شيوعاً مع أكثر من 2.2 مليون حالة في عام 2020 وان الكشف المبكر يفتح المجال لعلاج أكثر فعالية.



# BREAST CANCER سرطان الثدي



## ■ تقدم علاج سرطان الثدي منذ عام 1980 وانخفاض معدل الوفيات

## ■ ليس مرضاً سارياً أو معدياً ولا توجد عدوى فيروسية أو جرثومية معروفة مرتبطة بتطوره

وسوابق تعرض للإشعاع، وسجل الصحة الإنجابية (مثل العمر عند بداية الدورة الشهرية وعند الحمل الأول)، وتعاطي التبغ والعلاج الهرموني التالي لسن اليأس.

وتشمل الخيارات السلوكية والتدخلات ذات الصلة التي تقلل من خطر الإصابة بسرطان الثدي: الرضاعة الطبيعية المطولة، النشاط البدني المنتظم، التحكم في الوزن، الحد من تعاطي الكحول على نحو ضار، تجنب التعرض لدخان التبغ، تفادي استخدام الهرمونات لفترة مطولة وتجنب التعرض المفرط للإشعاع.

وللأسف، حتى لو أمكن السيطرة على جميع عوامل الخطر القابلة للتعديل، فإن ذلك لا يخفف من خطر الإصابة بسرطان الثدي إلا بنسبة 30% كحد أقصى.

ويعد نوع الجنس (الإناث) أقوى عامل خطر للإصابة بسرطان الثدي، حيث لا

والعلاجات الطبية.

### مَن هم المعرضون لخطر الإصابة بالمرض؟

سرطان الثدي ليس مرضاً سارياً أو معدياً. وخلافاً لبعض أنواع السرطان التي لها أسباب مرتبطة بالعدوى، مثل عدوى فيروس الورم الحليمي البشري وسرطان عنق الرحم، لا توجد عدوى فيروسية أو جرثومية معروفة مرتبطة بتطور سرطان الثدي.

ونصف سرطانات الثدي تقريباً تصيب نساءً ليس لديهن عوامل خطر محددة للإصابة بسرطان الثدي بخلاف الجنس (أنثى) والعمر (أكثر من 40 عاماً). وتزيد عوامل معينة خطر الإصابة بسرطان الثدي بما فيها التقدم في العمر والسمنة، وتعاطي الكحول على نحو ضار، ووجود سوابق إصابة بسرطان الثدي في الأسرة،

المرتفعة الدخل، في حين لا تتعدى نسبته 66% في الهند و40% في جنوب أفريقيا. تُسجل أعلى معدلات الوفيات الموحدة حسب السن من جراء سرطان الثدي في أفريقيا وبولينيزيا. وتحدث نصف الوفيات الناجمة عن سرطان الثدي في أوساط النساء دون سن الخمسين في أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى.

هناك تقدم كبير في مجال علاج سرطان الثدي منذ عام 1980، إذ انخفض معدل الوفيات الموحد حسب السن من جراء سرطان الثدي بنسبة 40% بين الثمانينات و عام 2020 في البلدان المرتفعة الدخل. وما زال يُنتظر تحقيق تحسن مماثل في البلدان المنخفضة الدخل والمتوسطة الدخل.

الحصائل المحسنة هي نتيجة الجمع بين الكشف المبكر ثم العلاج الفعال باستخدام مزيج من الجراحة والعلاج الإشعاعي

# BREAST CANCER سرطان الثدي



## يتجاوز معدل البقاء على قيد الحياة بعد الإصابة بسرطان الثدي نتيجة الاكتشاف المبكر وتطور العلاج

الثدي (إزالة الثدي بالكامل). وعندما تكون السرطانات واسعة النطاق، قد يبقى استئصال الثدي لازماً. غير أنه يمكن علاج معظم سرطانات الثدي اليوم بإجراء أصغر يُسمى «استئصال الورم» أو استئصال الثدي الجزئي، يتم فيه إزالة الورم فحسب من الثدي. وفي هذه الحالات، يكون العلاج الإشعاعي للثدي مطلوباً بصفة عامة من أجل تقليل فرص معاودة ظهور السرطان في الثدي.

وتُزال الغدد الليمفاوية في جراحة السرطان المتعلقة بالسرطانات الغزوية، وكان يسود اعتقاد في الماضي بأن الإزالة الكاملة للعقدة الليمفاوية الموجودة تحت الذراع (تشريح الإبط بالكامل) ضرورية

الكشف عن المرض في وقت مبكر. وينطوي العلاج عموماً على الجراحة والعلاج الإشعاعي من أجل السيطرة على المرض في الثدي والغدد الليمفاوية والمناطق المحيطة بها (التحكم في الغدد الليمفاوية والعلاج النظامي (الأدوية المضادة للسرطان التي تُعطى عن طريق الوريد) أو عن طريق الوريد) لعلاج أو تقليل خطر انتشار السرطان (النقيلة). وتتضمن الأدوية المضادة للسرطان المعالجة الصماوية (الهرمونية)، والعلاج الكيميائي، وفي بعض الحالات العلاج البيولوجي الموجه (الأجسام المضادة).

وفي الماضي، كانت جميع سرطانات الثدي تعالج جراحياً عن طريق استئصال

تتجاوز نسبة الإصابة بسرطان الثدي بين الرجال 0.5-1.1% ويتبع علاج سرطان الثدي لدى الرجال نفس مبادئ التدبير العلاجي لدى النساء.

ويرتفع خطر الإصابة بوجود سوابق عائلية لسرطان الثدي، بيد أن غالبية النساء المصابات بسرطان الثدي ليس لديهن سوابق عائلية معروفة بشأن هذا المرض. ولا يعني بالضرورة عدم وجود سوابق عائلية معروفة أن المرأة تواجه خطراً أقل.

### العلاج

يمكن أن يكون علاج سرطان الثدي فعالاً للغاية، إذ يحقق احتمالات بقاء على قيد الحياة بنسبة 90% أو أعلى، ولا سيما عند



# BREAST CANCER سرطان الثدي



وعندما تُتاح علاجات بيولوجية موجهة، فإنها تُدمج مع العلاج الكيميائي كي تكون فعالة في القضاء على الخلايا السرطانية. ويؤدي العلاج الإشعاعي دوراً هاماً جداً في معالجة سرطان الثدي. ففي المرحلة المبكرة من الإصابة بسرطان الثدي، يمكن أن يمنع الإشعاع المرأة من اللجوء إلى استئصال الثدي. وفي المرحلة المتأخرة من السرطانات، يمكن أن يقلل العلاج الإشعاعي من خطر معاودة ظهور السرطان حتى عند استئصال الثدي. وفي المرحلة المتقدمة من سرطان الثدي، قد يقلل العلاج الإشعاعي في بعض الظروف من احتمالات الوفاة من جراء المرض. وتعتمد فعالية علاجات سرطان الثدي على مسار العلاج الكامل. وتقل احتمالات أن يؤدي العلاج الجزيئي إلى حصائل إيجابية.

أما السرطانات التي لا تشمل على مستقبلات الإستروجين أو البروجستيرون فهي «سلبية للمستقبلات الهرمونية» وتستلزم معالجة بالعلاج الكيميائي ما لم يكن نطاق السرطان صغيراً جداً. ونظم العلاج الكيميائي المتاحة اليوم فعالة جداً في الحد من فرص انتشار السرطان أو معاودة ظهوره، وتُعطى كعلاج خارجي عموماً. ولا يستلزم العلاج الكيميائي لسرطان الثدي دخول المستشفى عموماً ما لم تحدث مضاعفات.

وبإمكان سرطانات الثدي أن تفرز بشكل مفرط وحدها جزيئاً يُسمى الجين السرطاني HER-2. وهذه السرطانات «الإيجابية لجين HER-2» قابلة للعلاج بواسطة عوامل بيولوجية موجهة مثل تراستوزوماب. وهذه العوامل البيولوجية فعالة جداً، ولكنها أيضاً باهظة التكلفة، لأنها أجسام مضادة وليست مواد كيميائية.

لمنع انتشار السرطان. غير أن الإجراءات الجراحية المفضلة حالياً هي جراحة العقدة الليمفاوية الأصغر المعروفة باسم «خزعة العقدة الخافرة» لأن لها مضاعفات أقل. وتستخدم هذه الجراحة صبغة أو قائفة مشعة لإيجاد الغدد الليمفاوية القليلة الأولى التي يمكن أن ينتشر إليها سرطان الثدي.

وتتوقف العلاجات الطبية لسرطان الثدي التي يمكن إعطاؤها قبل الجراحة «علاج مستحدث» أو بعدها «علاج مساعد» على الأنماط الفرعية البيولوجية للسرطانات. فالسرطان الذي يشتمل على مستقبلات الأستروجين أو مستقبلات البروجستيرون يستجيب على الأرجح لمعالجة الصماوية (الهرمونية) مثل التاموكسيفين أو مثبطات الأروماتاز. وتؤخذ هذه الأدوية عن طريق الفم لمدة 5-10 سنوات، وتقلل من فرصة معاودة ظهور هذه السرطانات «الإيجابية هرمونياً» إلى النصف تقريباً. ويمكن أن تسبب المعالجات الصماوية أعراض سن اليأس، ولكن آثارها الجانبية محتملة عموماً.

# BREAST CANCER سرطان الثدي

أكدت على ضرورة زيادة الوعي المجتمعي  
بمرض السرطان

## د. هبة نظر: مريضات السرطان بحاجة إلى أماكن لتلقي الرعاية التحفيزية على أيدي مختصين بالطب التكميلي

تحفيز الغدة النخامية لتفرز الهرمونات  
المفيدة للجسم.  
وشددت د. نظر على ضرورة تقديم التوعية  
النفسية لعائلات مريضات السرطان لإجادة  
فن التعامل معهن.

**ما مدى استفادة مريضات السرطان من  
تخصصاتك؟**

هي تخصصات جمعت بين الوعي واللاوعي

السرطان حيث يعتبر من الأمراض النفسية  
الجسدية فهو يتأثر بالعوامل النفسية  
السلبية التي تؤثر على الجسد وتؤدي إلى  
ظهور مرض السرطان سواء في الثدي أو في  
أي مكان بالجسم، موضحة ان تخصصها  
في العلاج بالطب التكميلي جعلها تجيد  
التعامل مع مريضة السرطان منذ بداياتها  
مع المرض، مشيرة الى ان العلاج التحفيزي  
بالطاقة الحيوية او بالتأملات يتم من خلاله

خاص / مجلة امرأة المرأة الكويتية

قالت د. هبة نظر المتخصصة العلاجية في  
الامراض النفسية والمعالجة بالطاقة الحيوية  
والطب التكميلي في حديث خاص لـ مجلة  
مرأة المرأة الكويتية أن مريضات السرطان  
بحاجة إلى أماكن لتلقي الرعاية التحفيزية  
على أيدي مختصين بالطب التكميلي مؤكدة  
على ضرورة زيادة الوعي المجتمعي بمرض



# BREAST CANCER سرطان الثدي

■ العلاج التحفيزي  
كالعلاج بالطاقة الحيوية  
او بالتأملات يتم من خلاله  
تحفيز الغدة النخامية لتفرز  
الهرمونات المفيدة للجسم

■ الخلايا السرطانية تنتشر  
بشكل سريع وسط الضغوط  
النفسية والمشاعر السلبية

■ عائلات المريضات بحاجة الى  
توعية نفسية لإجادة الاهتمام  
والتعامل معهن



وبشهادة المختصين في أوروبا درست علوم  
متعددة تخص طاقة وجسم الانسان، ودرست  
دراسات نفسية حديثة تخص أبحاث الدماغ.  
والآن ادرس دكتوراه في الصحة العقلية  
وماجستير مهني في الصحة النفسية بجامعة  
القاهرة وكل دراساتي علاجية فهي لا تخص  
السرطان فقط بل أمراض أخرى .  
ويعتبر السرطان من الامراض النفسية

# BREAST CANCER سرطان الثدي

العمرية بدون آثار جانبية عكس العلاج بالأدوية الكيميائية فالجميع يستطيع ان يجرب هذه الجلسات، المرضى والأصحاء.

## ماهي النصائح العلمية والعملية للمريضة للخروج من حالات اليأس وفقدان الثقة؟

قبل أسبوعين أعطيت ورشة عمل لمريضات مصابات بالسرطان وجزء منهن متعافيات ووجهت إليهن مجموعة من النصائح على شكل تمارين علاجية بالورشة، وعلمتهن طريقة التمرين العلاجي بخطواته، وشعرن بتأثيره على الفور وكانت مدة الورشة 4 ساعات فقط وبشهادتهن كانت الاستفادة كبيرة من طريقة تطبيقها عمليا في نفس الوقت وهي عبارة عن تمارين علمية مدروسة تطبق بخطوات مبسطة وكانت الاستجابة واضحة.

## هل من المقترح تخصيص أماكن لتلقي الرعاية التحفيزية لمريضات السرطان؟

ندعو الى تخصيص أماكن لرعاية مريضات السرطان بأخصائيين متمكنين لتقديم التفكير الإيجابي الصحيح لمريضات السرطان وتدريبهن على التخلص من المشاعر السلبية أو على الأقل تعليمهن كيفية مواجهتها والتعامل معها وبالفعل نتمنى تخصيص تلك الأماكن لإفادة مريضات السرطان.

## ما النصائح التي يمكن تقديمها لعائلات المريضة ومن يتعاملون معها؟



واستطعت ان أرشدها الى التفكير الصحيح وعدم التأثر بالتغيرات السلبية.

## حدثينا عن العلاج التحفيزي لمريضات السرطان وفائدته؟

العلاج التحفيزي في البداية يعلم مريضة السرطان كيف تتقبل فكرة الإصابة بالمرض وانه أصبح في الأونة الأخيرة مرض عادي مثل بقية الأمراض التي تعالج بالأدوية، ولكن اثبتت الأبحاث ان العلاج التحفيزي كالعلاج بالطاقة الحيوية او بالتأملات يتم من خلاله تحفيز الغدة النخامية لتفرز الهرمونات المفيدة للجسم فأقوم بالتوضيح لها بالطريقة العلمية بالفائدة من هذه العلوم وماذا يحدث في الجسم باستخدامها دون الحاجة للعلاج بالأدوية.

## هل هناك حالات معينة تستحق هذا النوع من العلاج؟

انصح الناس دائما بضرورة زيادة الوعي في مجتمعنا، وتخصصاتي العلاجية لا تقتصر على حالات معينة فهي لجميع الفئات

الجسدية ومعناه انه يتأثر بالعوامل النفسية السلبية التي تؤثر على الجسد وتساعد على ظهور مرض السرطان سواء في الثدي أو في أي مكان بالجسم.

تعتبر العوامل الوراثية ضمن أسباب الإصابة بمرض السرطان، ولكن هناك عوامل أكدت الأبحاث والدراسات مدى علاقتها بظهور هذا المرض وتحفيزه مثل الاكتئاب والحزن المتراكم والمتزامن، وعندما ننظر الى حياة بعض المصابين بهذا المرض نجد ان الحزن لديهم متراكم ومتواصل بالإضافة الى التغيرات السلبية المفاجئة لدى المريض كموت أحد عزيز عليه أو صدمة يتعرض لها أو هجر، ويمكن ان يكون لديه صراعا نفسيا منذ الطفولة .

وتخصصاتي التي تحدثت عنها في البداية والتي تسمى طب تكميلي بمختلف أنواعها هي ما جعلتني اجيد التعامل مع مريض السرطان منذ بداياته مع المرض وبالفعل راجعتني حالات لم تصاب حتى الآن بالسرطان، ولكن التاريخ العائلي متوارث به مرض السرطان وينتابها حالة من الخوف للإصابة بالمرض،



# BREAST CANCER سرطان الثدي

مثل القلق والخوف من الموت حتى لاتصل الى التوتر والاجهاد النفسي وعلينا ان ننتبه اليها واتعلم كيف نتقبلها ولا نقاومها ونود زيادة الوعي لان المشاعر السلبية تزيد من حركة الخلايا السرطانية ويزيد انتشار المرض ولنتعلم كيفية مقاومتها والتعامل معها .

## هل من كلمة أخيرة؟

أتمنى زيادة الوعي في مجتمعاتنا العربية ويزداد تثقيف الناس أكثر بهذه العلوم التي تتعامل مع كيفية تثقيف الانسان في حياته وتعامله مع جميع أنواع المشاعر وأثبتت أوروبا بأرقام وحالات في بريطانيا والولايات المتحدة ان الطب التكميلي له تأثير على تكيف الانسان مع طبيعة حياته لتصبح حياة صحي وليس نمط حياة خامل او سلبي الذي يؤدي الى الكثير

من الامراض وذلك

لأهمية العامل النفسي

والحياة بنمط حياة

صحي متوازن من

الناحية النفسية

والجسدية

والعقلية.

أي انسان عندما يكتشف هذا المرض عليه ان يخبر عائلته انه مصاب ولا بد ان تعرف عائلة المريض أسلوب التعامل الصحيح مع المريض والمريضات بهذا الوضع دائما يبحثون عن اشخاص يستمعون اليهم ويعطونهم طريقة التفكير العلمية والعملية للتعامل وكيف تجعل المريضة في وضع مستقر وان عائلات المريضات لا بد ان يجلسوا مع الاستشاري النفسي كي يعلمهم طريقة التعامل مع المريضة والاهتمام والاصغاء اليها لان هذا الجو الإيجابي يحد من انتشار الخلايا السرطانية لان الخلايا السرطانية تنتشر بشكل سريع وسط الضغوط النفسية لان الدراسات الطبية الحديثة ان المشاعر السلبية مرضى السرطان تسبب الاجهاد النفسي وانتشار الخلايا السرطانية بشكل أسرع .

## بماذا ننصح مريضات سرطان الثدي؟

نعلمهم طريقة التفكير الصحيحة كي تصبح هي نمط حياتهن وهي كيفية التعامل مع ضغوطات الحياة والنصيحة لا تخص مريضات السرطان فقط ولكن يجب تثقيف الناس بالوعي وطريقة التعامل علميا وعمليا مع أي نوع من المشاعر السلبية التي يتعرض لها الانسان طول اليوم وان لا يرسبها في نفسه او يلجأ الانسان للنوم وهو بداخله مشاعر سلبية حتى لا تزيد وانصح بزيادة الوعي والتثقيف بكيفية التعامل مع ضغوطات الحياة وخاصة مع مريضات السرطان وكيفية التعامل مع المشاعر السلبية حتى لا تتفاقم

# BREAST CANCER سرطان الثدي



أكدت الأبحاث ارتفاع نسبة الشفاء في المرحلة الثانية بنسبة 95%

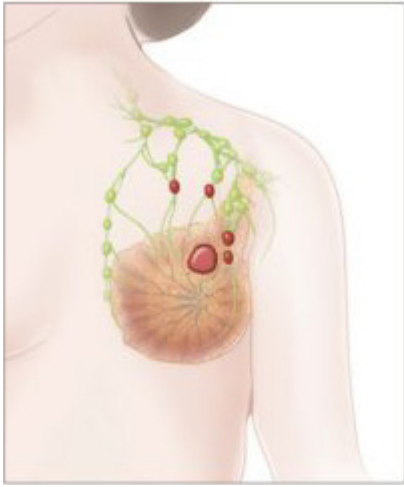
## الكشف عن سرطان الثدي في المرحلة الأولى يقي من الخطر

تعاني العديد من السيدات من الإصابة بسرطان الثدي، المرض اللعين، الذي يبدأ بتغير بسيط في ثديها، لتنتشر الخلايا السرطانية فيما بعد، متغلغلة في جسدها إذا لم يتم علاجها من البداية، حتى يتمكن منها، فتعيش في حرب باردة إما أن تنتصر عليه أو يؤدي بحياتها بحسب موقع (ويب طب). في المرحلة الثانية بنسبة 95% بسبب عدم انتشار السرطان في أجزاء كبيرة من الجسم، حيث يبلغ حجمه من 2 إلى 5 سم، فلم تصل الخلايا السرطانية حينها إلى الغدد الليمفاوية، فتحد من انتشار

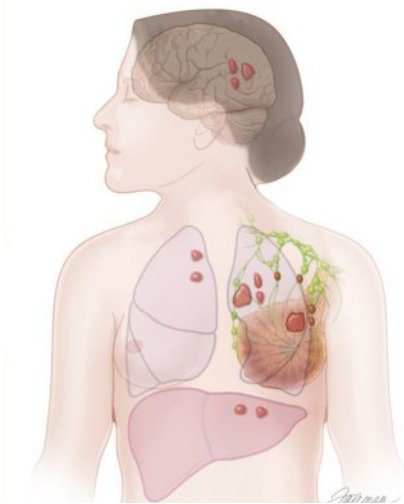


# BREAST CANCER سرطان الثدي

وتقل نسبة الشفاء في هذه المرحلة عن نسبة الشفاء من سرطان الثدي في المرحلة الثانية.



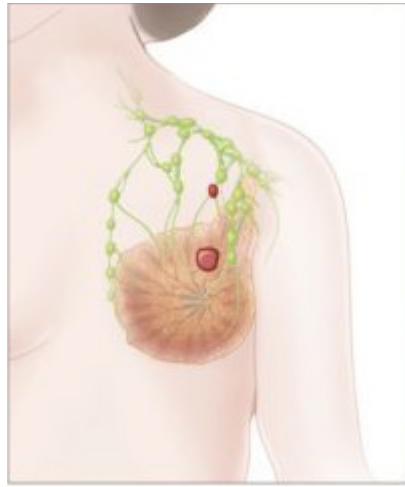
**المرحلة الرابعة**



تنتشر الخلايا السرطانية في هذه المرحلة إلى مناطق أخرى من الجسم، حيث يصل السرطان خلال هذه المرحلة إلى مناطق أخرى في الجسم مثل الكبد، وتقل نسب الشفاء في هذه المرحلة.

يوجد السرطان حينها في مكان محدود ولا تنتشر في باقي أجزاء الجسم، حيث لا يتعدى حجم الخلايا السرطانية عن 2 سم، وفي هذه المرحلة لا يصل السرطان إلى الخلايا الليمفاوية التي توجد تحت الأبط.

**المرحلة الثانية**



يتوسع انتشار الخلايا السرطانية، فتصل الخلايا السرطانية إلى الخلايا الليمفاوية تحت الإبط. ترتفع نسبة الشفاء من سرطان الثدي في المرحلة الثانية، بسبب قلة المساحة التي يشغلها. يصل حجم الورم في هذه المرحلة من 2 إلى 5 سم.

**المرحلة الثالثة**

تزداد مساحة الورم، عن 5 سم، وتوجد الخلايا السرطانية ملتصقة بجدار الثدي والخلايا الليمفاوية، حيث تصل إلى منطقة تحت الأبط.

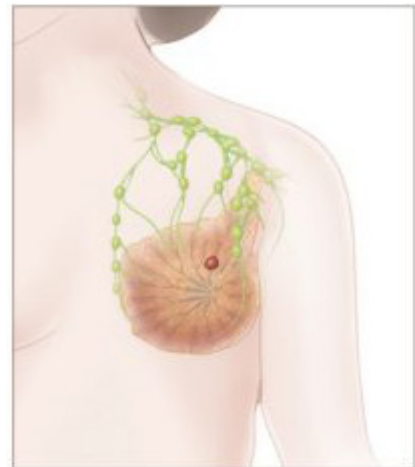
السرطان، نقلاً عن موقعي «cancer» و«verywellhealth». ويمر المرض بأربعة مراحل وهي :

**المرحلة صفر**



والتي يقتصر فيها وجود السرطان في الخلايا التي تقوم بإفراز الحليب، حيث تبدأ خلايا القنوات المكونة للحليب في التحول إلى خلايا سرطانية.

**المرحلة الأولى**



# BREAST CANCER سرطان الثدي



تلاحظ السيدة وجود تغير في شكل الثدي، كوجود كتلة في الثدي، أو تغير ملمس الجلد، ضمور في حلمة الثدي. ويفضل أن يتم هذا الفحص بشكل شهري بعد سن الثلاثين.

## الفحص الإشعاعي

ما يطلق عليه الماموجرام، ويتم إجراؤه بعد سن الأربعين، حيث يتم خلاله تصوير الثدي بأشعة الماموجرام.



طريق تحسس الثدي وتدليكه باستخدام الاصابع في حركة دائرية، وخاصة منطقة ما وراء الحلمة، فضلاً عن تحسس المنطقة تحت الأبط لملاحظة أي تغيرات. وتبدأ الفتيات بهذا الفحص من بعد سن 20، ومن الأفضل أن يتم بشكل دوري في كل شهر بعد انتهاء الدورة الشهرية.

## الفحص السريري

والذي يقوم بها طبيب مختص، عندما

## أهمية الكشف المبكر لرفع نسبة الشفاء من سرطان الثدي في المراحل الأولى

يساعد الكشف المبكر على سرطان الثدي، في رفع مستوى الشفاء بنسبة قد تصل الى 99%، حيث يكون المرض في طور النمو، فيمكن الاعتماد حينها على الأدوية، وإبعاد السيدات عن مخاطر العلاج الإشعاعي، واحتمالية استئصال الثدي بالكامل.

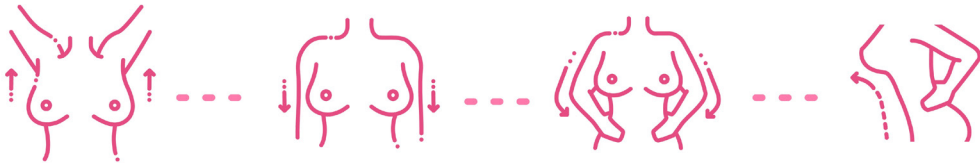
ففي المرحلة الثانية يساعد في زيادة نسبة الشفاء من سرطان الثدي، أما الكشف بالمرحلة الأولى يقي من الإصابة بمرض سرطان الثدي.

## ماهي طرق الكشف المبكر عن سرطان الثدي؟

### الفحص الذاتي

والتي تقوم به السيدة بنفسها في المنزل، عن

## Breast Self-Examination



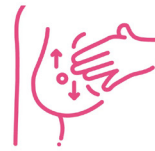
Look in the mirror visual inspection of the breasts with the arms in different positions.



Gently use  
the pads of fingertips



Wedge Pattern



Vertical strip pattern



Clock Pattern





أكتوبر الوردي



# BREAST CANCER سرطان الثدي

## سرطان الثدي ربما يعود أو ينتشر انتبهي!

سرطان الثدي المتكرر هو السرطان الذي يعود بعد العلاج الأولي. على الرغم من أن العلاج الأولي مفضل في علاج كل السرطانات، فإن قليلاً من الخلايا قد يقاوم ويعيش. تُصبح هذه الخلايا السرطانية غير المعروفة سرطان الثدي المتكرر. ربما تصابين بسرطان الثدي المتكرر بعد شهور أو سنين من علاجه. ربما يعود السرطان إلى نفس المكان الذي كان فيه من قبل (التكرار في مكانه) أو ينتشر في أماكن أخرى في جسمك (التكرار البعيد).

إخبارك بأنك مصابة بسرطان الثدي المتكرر أصعب من التشخيص الأولي. لكن إصابتك بسرطان الثدي المتكرر بعيدة عن اليأس. ربما يزيل العلاج سرطان الثدي المتكرر في نفس المكان أو في منطقة أخرى بعيدة. حتى لو لم يكن العلاج متاحاً، فقد يُسيطر على المرض لفترات طويلة من الوقت.





# BREAST CANCER سرطان الثدي

## الأعراض

أن السرطان قد عاود الظهور في العُقَد اللمفية القريبة.  
أعراض عودة الظهور الموضعي وعلاماتها قد تتضمن نتوءاً أو تورماً  
في العقد اللمفاوية (العُقَد اللمفية) المتمركزة في:  
تحت ذراعك، قرب عظمة الترقوة، في التجويف الذي فوق عظم  
الترقوة، في عنقك

## التكرار البعيد

يعني التكرار البعيد (النقيلي) أن السرطان قد انتقل إلى أجزاء  
بعيدة في الجسم؛ تكون في الأغلب العظام والكبد والرئتين.  
وتشمل مؤشرات المرض والأعراض ما يلي:

- ألم مستمر ومتفاقم، مثل آلام الصدر أو الظهر أو الورك
- سعال مستمر، صعوبة في التنفس، فقدان الشهية، نقص الوزن دون قصد، صداع شديد.

## النوبات المرضية، متى تزور الطبيب

وبعد أن ينتهي علاجك من سرطان الثدي، سيضع طبيبك، على الأرجح، جدولاً زمنياً لإجراء فحوصات المتابعة لك. ويتحقق طبيبك، أثناء فحوصات المتابعة، من عدم وجود أي أعراض أو علامات تدل على عودة السرطان. كما يُمكنك إخطار طبيبك بظهور أي علامات أو أعراض جديدة. حددي موعداً مع طبيبك إذا ظهرت عليك أي مؤشرات أو أعراض مستمرة تُثير قلقك.

## الأسباب

يحدث سرطان الثدي المتكرر عندما تنتقل الخلايا التي كانت جزءاً من سرطان الثدي الأساسي بعيداً عن الورم الأصلي، وتختبئ بالقرب من الثدي أو في منطقة

تتنوع علامات وأعراض سرطان الثدي المتكرر حسب المكان الذي يتكرر فيه ظهور السرطان.

## النكسة الموضعية

عند النكسة الموضعية، سيظهر السرطان في نفس منطقة ظهوره الأولى.

إذا استؤصل الورم، فقد يُعاود الظهور في النسيج المتبقي من الثدي. إذا خضعت لاستئصال الثدي، فقد يُعاود السرطان الظهور في النسيج الذي يبطن جدار الصدر أو في الجلد.

علامات النكسة الموضعية وأعراضها في نفس الثدي

قد تشتمل على ما يلي:

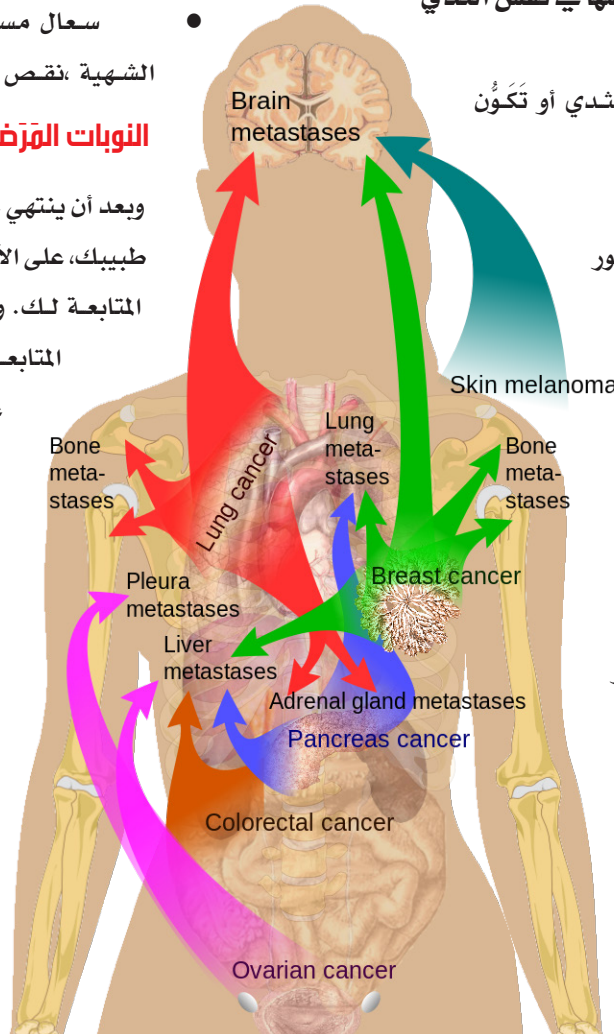
- ظهور كتلة جديدة في الثدي أو تكوّن منطقة صلبة غير منتظمة
- تغيّرات في جلد الثدي
- التهاب في البشرة أو ظهور جزء من البشرة به احمرار
- نجيج الحلمة (خروج إفرازات من حلمة الثدي)

علامات النكسة الموضعية وأعراضها في جدار الصدر بعد استئصال الثدي قد تشتمل على ما يلي:

- عقدة أو أكثر من العقد غير المؤلمة على جلد جدار الصدر أو تحته
- تكوّن قطعة جديدة سميقة بمحاذاة الندبة الناتجة عن استئصال الثدي أو بالقرب منها

## عودة الظهور الموضعي

عودة سرطان الثدي للظهور يعني



# BREAST CANCER سرطان الثدي

الأولي لسرطان الثدي يزيد من خطر تكرار الإصابة به. حجم ورم أكبر. تزداد نسبة خطورة الإصابة بسرطان الثدي المتكرر لدى النساء اللاتي أُصبن بأورام ذات حجم أكبر.

## حواف ورم إيجابية أو قريبة

يُحاول الجراح أثناء العملية الجراحية إزالة السرطان إلى جانب كمية صغيرة من الأنسجة السليمة التي تحيط به. ثم يفحص أخصائيو الباثولوجيا حواف النسيج للبحث عن الخلايا السرطانية. فإذا كانت الحواف خالية من السرطان عند فحصها تحت المجهر، تكون تلك الحواف سلبية. وإذا احتوى أي جزء من الحواف على خلايا سرطانية (حافة إيجابية)، أو كانت الحافة بين الورم والأنسجة الطبيعية قريبة، يرتفع خطر تكرار الإصابة بسرطان الثدي.

## عدم الخضوع للمعالجة الإشعاعية بعد استئصال الورم

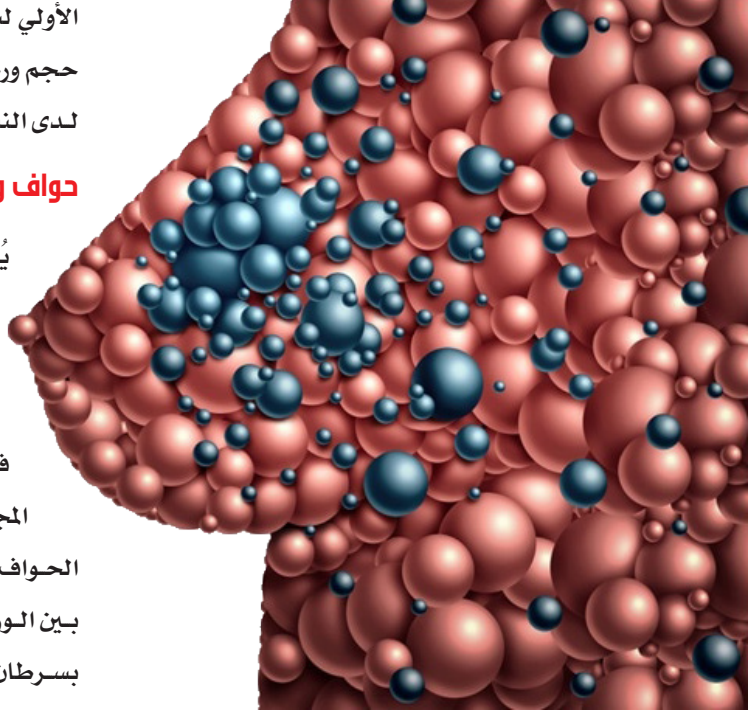
تخضع معظم النساء اللاتي اخترن استئصال الكتلة الورمية في الثدي (استئصالاً موضعياً واسعاً) للمعالجة الإشعاعية للحد من خطر تكرار الإصابة بالورم. وتزداد فرص النساء اللاتي لا يخضعن للمعالجة الإشعاعية في تكرار الإصابة بسرطان الثدي الموضعي.

## السن الأصغر

تواجه النساء الأصغر سناً، وخاصةً من تقل أعمارهن عن 35 عاماً عند وقت تشخيص سرطان الثدي الأصلي، نسبة خطر أعلى في الإصابة بسرطان الثدي المتكرر.

سرطان الثدي الالتهابي. تواجه النساء المصابات بسرطان الثدي الالتهابي خطراً أكبر لمعاودة الإصابة الموضعية

عدم تلقي علاج الغدد الصماء لسرطان الثدي الإيجابي لمستقبلات الهرمون. قد يؤدي عدم تلقي علاج الغدد الصماء إلى زيادة خطر تكرار الإصابة لدى النساء المصابات بنوع معين من سرطان الثدي. خلايا سرطان ذات خصائص معينة. إذا كان سرطان الثدي لديك غير مستجيب للعلاج بالهرمونات أو العلاجات الموجهة لجين



أخرى في الجسم. ثم لاحقاً تبدأ الخلايا في النمو من جديد. كان الهدف من العلاج الكيميائي أو الإشعاعي أو العلاج الهرموني أو غيره من أنواع العلاج الأخرى التي قد تكونين خضعت لها بعد تشخيص إصابتك بسرطان الثدي للمرة الأولى، هو قتل أي خلايا سرطانية ظلت موجودة بعد الجراحة. لكن في بعض الأحيان لا تتمكن أنواع العلاج هذه من قتل جميع الخلايا السرطانية. في بعض الأحيان، قد تظل الخلايا السرطانية خاملة للعديد من السنوات، ولا تتسبب في إحداث الضرر. ثم يحدث شيء ما يجعل الخلايا تنشط، لتنمو وتنتشر إلى أجزاء أخرى من الجسم. إن السبب وراء حدوث هذا ليس واضحاً.

## عوامل الخطر

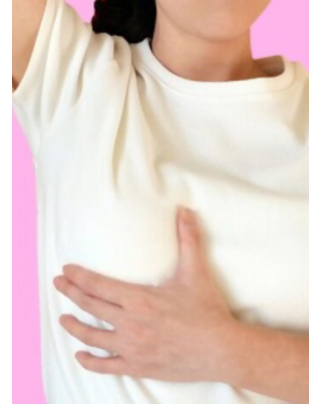
بالنسبة إلى الناجيات من سرطان الثدي، فإن العوامل التي تزيد من خطر تكرار الإصابة تتضمن ما يلي:

## إصابة عقدة لمفية

إن وجود السرطان في العقدة اللمفية القريبة عند إجراء التشخيص



# BREAST CANCER سرطان الثدي



الثدي والثلاثي كُنَّ مصابات بورم كبير الحجم أو بسرطان الثدي الالتهابي إذا ما خضعن للعلاج الإشعاعي.

## العلاج الاستهدافي

إذا كانت حالة السرطان لديك ترتبط بزيادة إنتاج بروتين HER2، فقد تساعد الأدوية التي تستهدف هذا البروتين في تقليل فرصة معاودة الإصابة بالسرطان.

## أدوية بناء العظام

يقلل تناول أدوية بناء العظام احتمالية معاودة الإصابة بسرطان العظام (الثقيلة العظمية) بين النساء المعرضات لاحتمالية كبيرة لمعاودة الإصابة بسرطان الثدي.

## الحفاظ على وزن صحي

قد يساعد الاحتفاظ بوزن صحي في تقليل فرص معاودة الإصابة بسرطان الثدي.

## ممارسة الرياضة

قد تقلل ممارسة الرياضة بانتظام فرص معاودة الإصابة بسرطان الثدي.

اختيار نظام غذائي صحي. احرصى أن تشمل حميتك الغذائية الكثير من الخضراوات والفاكهة والحبوب الكاملة. وفي حال تناول الكحوليات، فجيب ألا تتجاوز الكمية مشروباً واحداً في اليوم.

HER2 (سرطان الثدي الثلاثي السلبي)، فقد تكونين أكثر عرضة لتكرار الإصابة بسرطان الثدي.

## السُّمنة

تزداد نسبة خطورة تكرار الإصابة إذا كان مؤشر كتلة جسمك (BMI) مرتفعاً.

## الوقاية

من الإستراتيجيات ذات الصلة بتقليل احتمالية معاودة الإصابة بسرطان الثدي:

## العلاج الهرموني

قد يؤدي الخضوع للعلاج الهرموني بعد العلاج الأولي إلى تقليل فرص تكرار الإصابة بسرطان الثدي إذا كنت مصابة بنوعه الإيجابي لمستقبلات الهرمونات. قد يستمر العلاج الهرموني لمدة خمس سنوات على الأقل.

## العلاج الكيميائي

بالنسبة إلى النساء المصابات بسرطان الثدي المعرضات لفرص متزايدة لمعاودة الإصابة بالسرطان، ثبت أن العلاج الكيميائي قد قلل فرص معاودة الإصابة بالسرطان، وأن السيدات اللاتي يتلقين علاجاً كيميائياً يعشن فترة أطول.

العلاج الإشعاعي. تقل فرص معاودة الإصابة بالسرطان بين للنساء اللاتي عولج سرطان الثدي لديهن بجراحة استبقاء

## الشريط الوردي وعلاقته بسرطان الثدي

الشريط الوردي (Pink ribbon) هو الرمز الدولي للتوعية بسرطان الثدي. الشرائط الوردية، واللون الوردي بشكل عام، تميز مرتديها بالدعم المعنوي للنساء المصابات بسرطان الثدي. يكثر رؤية الشرائط الوردية خلال شهر التوعية عن سرطان الثدي الشريط الوردي شعار التوعية بسرطان الثدي أي الخلايا السرطانية وهي خلايا غير طبيعية تنمو وتتضاعف بصورة خارجة عن نطاق السيطرة. عندما تتكاثر الخلايا السرطانية تشكل كتلة أو ورمًا في الجسم.





# BREAST CANCER سرطان الثدي

## سرطان الثدي

عندما تتحول بعض الخلايا في أنسجة الثدي إلى خلايا سرطانية تصاب المرأة بسرطان الثدي.

أهمية الإكتشاف المبكر لسرطان الثدي يزيد الإكتشاف المبكر من احتمال الخضوع لعلاج مبسط، وكذلك من احتمال الشفاء الكامل بإذن الله تعالى. إن الخطر الأكبر في سرطان الثدي يكمن في انتشار الورم إلى أعضاء أخرى مثل الرئة فحينها يصعب القضاء عليه. ولكن غالباً ما يحصل الإنتشار في المراحل المتقدمة ومن هنا تكمن أهمية الاكتشاف المبكر.

## فحص الثدي بالأشعة

بسرطان الثدي، فيجب عليها استشارة الطبيب لتحديد برنامج خاص لها للتأكد من عدم اصابتها بالمرض.

## اكتشاف سرطان الثدي مبكراً

يجب على كل امرأة أن تقوم بفحص ثديها بنفسها بعد سن العشرين. إذا اعتادت المرأة على فحص ثديها بنفسها مرة كل شهر، تصير طبيعة ثديها مألوفاً لثديها وبالتالي يسهل عليها ملاحظة أي تغير قد يطرأ على الثدي سواء كان في الحجم أو في الملمس. بعد سن الأربعين، يجب على المرأة أن تجري فحصاً للثدي عند طبيبها الخاص مرة كل سنة.

بعد سن الأربعين، يجب على المرأة أن تجري فحصاً للثدي بالأشعة مرة كل سنة، أو وفقاً لنصيحة الطبيب. أما المرأة التي سبق وأصيبت أمها أو أختها

## أهمية صورة الأشعة للثدي

في المراحل الأولى من سرطان الثدي غالباً لا توجد أي أعراض. وهنا تكمن أهمية صورة الأشعة للثدي التي تكشف التغيرات

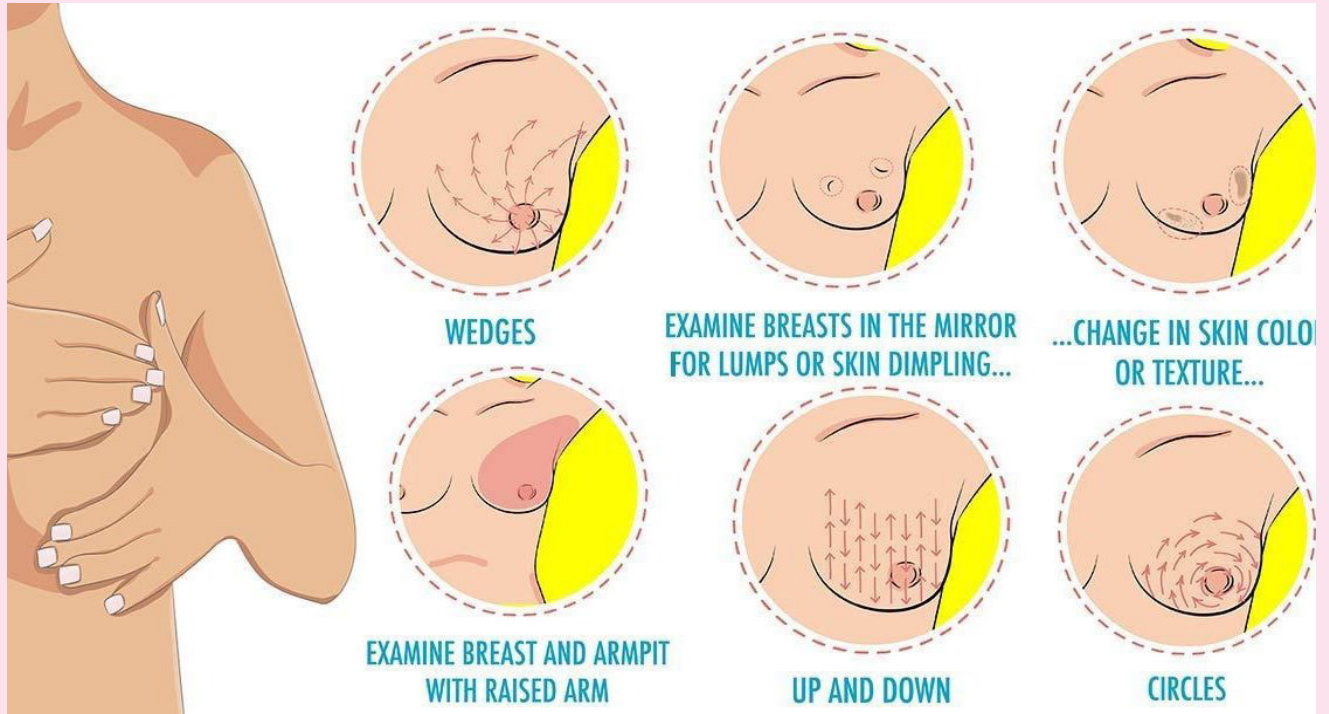
## أعراض سرطان الثدي

تكون كتلة أو سماكة في الثدي التي يمكن تحسسها باليد، وغالباً ما تكون الكتلة غير



ال صغيرة التي لا يمكن كشفها بصرياً أو بالحس اليدوي، مما يفيد في العلاج المبكر قبل تطور المرض.

# BREAST CANCER سرطان الثدي



يتكاثر سريعاً و قد يدمر أنسجة الجسم السليمة. كما يمكن لبعض الخلايا في الورم أن تنفصل وتنتشر بعيداً إلى أجزاء أخرى من الجسم وقد تشكل خطراً على الحياة.

## الحماية من سرطان الثدي

تجنبي المأكولات الغنية بالدهون: إن تناول المأكولات الغنية بالدهون وزيادة الوزن من العوامل التي قد تزيد من خطر الإصابة بأمراض عدة منها السرطان.

مارسي الرياضة على قدر المستطاع: إن النشاط الجسدي له فوائد عدة ومنها الحماية من الأمراض. إن مجرد المشي لمدة

الثدي، فإن العلاج المبكر ضروري جداً.

## وجود كتلة في الثدي

في حال اكتشاف كتلة في الثدي، فهذا لا يعني حتماً أن المرأة مصابة بالسرطان، لكنه يتطلب إجراء فحوصات على وجه السرعة لتحديد طبيعة الكتلة.

الفرق بين الورم الحميد والورم الخبيث إن وجود ورم في الثدي لا يعني حتماً سرطان الثدي. فإن الورم قد يكون حميداً أو خبيثاً.

الورم الحميد هو غير سرطاني. إن الورم غير السرطاني لا ينتشر في الجسم وعادة لا يشكل خطورة. أما الورم الخبيث فهو ورم سرطاني،

مؤلمة.

اختلاف في حجم أو شكل أحد الثديين مقارنة مع الثدي الآخر، وزيادة سماكة بشرة الثدي أو تجعدها، وقد تشبه البشرة قشرة البرتقالة وكذلك إفراز من الحلمة غير الحليب، وقد يكون الإفراز ممزوجاً بالدم وانقلاب الحلمة إلى الداخل بحيث لا يمكن سحبها إلى الخارج وتقرح حلمة الثدي.

## استشارة الطبيب

مجرد ملاحظتك لأي من الأعراض المذكورة في الفقرة السابقة، يجب أن تستشير طبيبك الخاص. لأنه في حال وجود سرطان



# BREAST CANCER سرطان الثدي



## العلاج بالأشعة:

حتى بعد استئصال الورم جراحياً، قد تحتاج المريضة للعلاج بالأشعة. يبدأ العلاج بالأشعة بعد عدة أسابيع من الجراحة.

يستخدم العلاج بالأشعة غالباً بعد الجراحة للقضاء على أي خلية سرطانية قد تبقى بعد العملية. وذلك لتفادي نمو السرطان من جديد. وأحياناً قد يستخدم العلاج بالأشعة قبل الجراحة لتقليص حجم الورم تسهيلاً للعملية.

## العلاج الكيميائي

### والعلاج الهرموني:

قد يلجأ الأطباء لهذا النوع من العلاج لتقليص حجم الورم قبل الجراحة أو للتأكد من خلو الجسم كلياً من السرطان.

العلاج الكيميائي يعطى عن طريق الوريد ويهدف إلى قتل الخلايا السرطانية. قد تعاني المريضة بعد تلقيها العلاج الكيميائي من بعض الأعراض الجانبية المؤقتة مثل الإرهاق والغثيان وتساقط الشعر.

أما العلاج الهرموني فيعطى للقضاء على

نصف ساعة يومياً قد يعود بفائدة كبيرة على الجسم. أَرْضَعِي مولودك الجديد: أثبتت البحوث أن الرضاعة الطبيعية لفترة طويلة تحمي الأم من سرطان الثدي.

أحرصِي على الحصول على معدل كافٍ من فيتامين (د): لقد أشارت الدراسات أن فيتامين (د) قد يحمي من الإصابة بسرطان الثدي. تعاني الكثير من السيدات من نقص فيتامين (د) دون علمهن. نحصل على فيتامين (د) من بعض المأكولات كالسمك وصفار البيض ومشتقات الحليب، لاسيما المعززة بفيتامين (د). يكون فيتامين (د) في هذه المأكولات غير فعال عادة، ويتحول إلى فعال عند تعرّضنا لأشعة الشمس المباشرة وغير المباشرة.

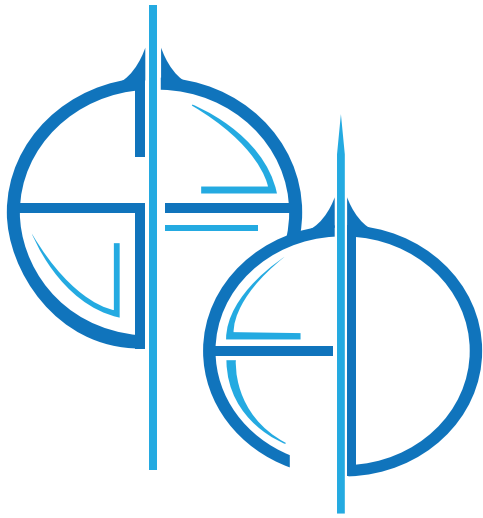
## طرق علاج سرطان الثدي

إن العلاج المتبع يختلف باختلاف نوع الخلايا السرطانية الموجودة، والذي تقرره نتيجة فحص الخزعة ومرحلة المرض.

## الجراحة:

يقوم الجراح باستئصال السرطان، وقد يستأصل الكتلة فقط أو يضطر لإستئصال الثدي بكامله. وحتى في حالة استئصال الثدي كاملاً، من الممكن للمرأة أن تستعيد المظهر الطبيعي للثدي وذلك بإجراء عملية تجميلية.

مفعول - سرطان الثدي - يفرزه الجسم والذي يساعد على نمو السرطان. والأعراض الجانبية المرافقة لهذا العلاج تشبه أعراض انقطاع الطمث أو الحيض. إن الاكتشاف المبكر والعلاج المبكر لسرطان الثدي يحسنان من فرص الشفاء بإذن الله. يتم الاكتشاف المبكر عن طريق إجراء فحص الثدي وصورة أشعة للثدي (الماموغرام) بطريقة منتظمة.



مَبْرَة السعد  
للمعرفة والبحث العلمي

Al Saad Foundation  
For Knowledge & Scientific Research

تابعونا من خلال موقعنا:

[www.alsaadfoundation.org.kw](http://www.alsaadfoundation.org.kw)