

نشرة التثقيف الصحي " العدد العاشر "



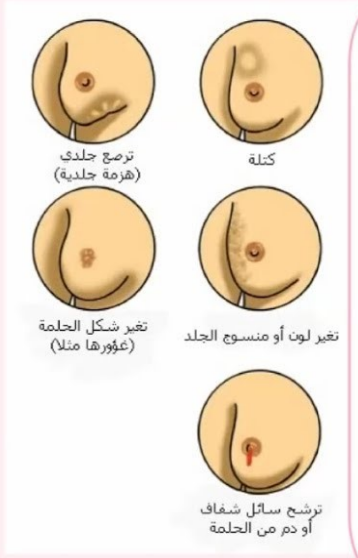
كيف نحارب سرطان الثدي

كلمة للاطمئنان

- ٨٠% من أورام الثدي حميدة وليست سرطانية.
- معدل الشفاء من سرطان الثدي يصل الى ٩٥% من حاله الاكتشاف المبكر.
- السرطان في المراحل المبكرة يمكن استئصاله مع المحافظة على الثدي.



الأعراض والعلامات لسرطان الثدي



- ظهور جسم غريب (ورم) غالبا غير مؤلم ناشف ومتعرج الحدود- في الثدي و تحت الإبط
- تغير في شكل او حجم الثدي.
- نزول افرازات من الحلمة غالبا دموية ومن الممكن ان تكون صفراء او خضراء او حتى بيضاء تشبه الصديد.
- تغير في شكل او لون الحلمة او جلد الثدي: مثل تعرج الجلد او انكماشه, ارتداد الحلمة للداخل, ظهور قشور على الجلد او الحلمة او تحول الجلد الى شكل مثل قشر البرتقال.
- أحمرار الجلد أو ظهور اوردة كبيرة عليه.
- ألم أو تضخم أو عدم ارتياح في ناحية من الثدي.



كل ما يجب عليك
فعله !

- الفحص الذاتي للثدي كل شهر بعد انتهاء الدورة الشهرية ، يجب الاهتمام بفحص الثدي ذاتيا كل شهر لتحديد أي كتل في الثدي، وبهذه الطريقة، يمكنك منع ظهور سرطان الثدي في وقت مبكر مما يجعل علاجها أكثر سهولة، فالفحص الذاتي للثدي هو أداة فحص مفيدة ومهمة.
- فحص الثدي بجهاز (الماموغرام) كل سنة بعد بلوغك سن الاربعين ، يكشف ٩٠% من الحالات.

