

جامعة فرحات عباس سطيف 1  
معهد الهندسة المعمارية وعلوم الأرض  
وحدة الطب الوقائي

## حملة تحسيسية حول سرطان الثدي



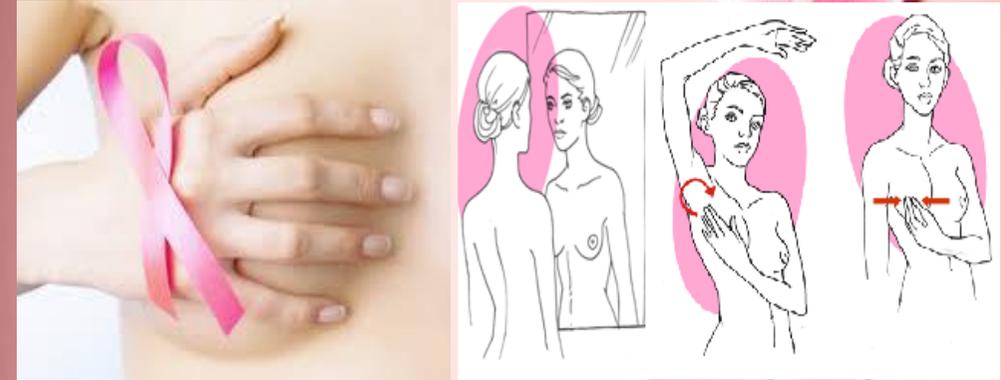
سرطان الثدي ...  
الشف المبكر خير  
من العلاج

أكتوبر  
الوردي

## ماهو المطلوب؟

المطلوب حسب تعليمات وإرشادات المراكز و الجمعيات الصحية المتخصصة في مجال أورام الثدي ما يلي:

- 1-حافضي على فحص نفسك دوريا كل شهر
- 2-الحصي ثدييك دوريا بالأشعة مرة كل سنتين من سن الأربعين إلى الخمسين ثم سنويا بعد ذلك
- 3-اختاري مركزا يوجد به أطباء متخصصون حيث إن متابعة العلاج مع نفس الأطباء يمكنهم من مراجعة الملفات و مقارنة الأشعة سنويا و بذلك يمكن اكتشاف اي تغيير بسهولة



## النصائح

- 1-التقليل من أكل الدهون
- 2-تجنب السمنة
- 3-الإكثار من أكل أطعمة الألياف
- 4-الإكثار من أكل الفواكه و الخضار
- 5-مراجعة الطبيب عند ظهور أي عوارض مرضية على الثدي
- 6-الفحص الدوري

## أعراض و علامات سرطان الثدي

لا تظهر عادة اية أعراض للإصابة بسرطان الثدي في مراحله المبكرة و قد تظهر علامات و أعراض الإصابة بسرطان الثدي على النحو التالي :

تنوعات صلابة تحت الجلد في منطقة الثدي أو الغبط  
تغير ملمس الجلد و طبيعته و لونه في منطقة الثدي  
خروج إفرازات غير طبيعية من حلمة الثدي و أحيانا يحدث انكماش للحلمة  
آلم و تيبس الثدي و شعور بثقل في الثدي



## تشخيص سرطان الثدي

يعتمد الطبيب في تشخيصه لسرطان الثدي على الفحص الفيزيائي (السريري) و التصوير الإشعاعي (الذي يعرف بالماموغرافيا) بحيث يراقب أي تغيرات في شكل الثدي أو وجود كتل تحت الجلد أو وجود إفرازات حلبية مائلة للصفرة و يتم تأكيد الإصابة غالبا بسحب خزعة نسيجية من الثدي و دراستها مخبري. يوجد أيضا فحص ذاتي للكشف المبكر لسرطان الثدي و يمكن الكشف أيضا ' و التصوير بالأشعة فوق الصوتية IRM باستخدام التصوير بالرنين المغناطيسي '



## CANCER DU SEIN

## سرطان الثدي

هو شكل ن أشكال الأمراض السرطانية التي تصيب أنسجة الثدي و غدد الحليب حيث يتكون على شكل ورم خبيث بإمكانه غزو خلايا الأنسجة التي تعتبر أساس تكوين الثدي



## أسباب سرطان الثدي

يعد المسبب الأساسي للإصابة بسرطان الثدي مجهولا إلا أنتوافر بعض العوامل كالعامل الوراثي قد يزيد من فرصة الإصابة بالمرض إضافة إلى عوامل أخرى منها :

وجود بعض التنوعات أو الكتل الحميدة في الثدي  
البلوغ المبكر أو انقطاع الطمث المتأخر  
السمنة  
التعرض للإشعاعات  
تناول بعض الأدوية التي تحتوي على الهرمونات  
تناول الأطعمة الغير صحية