



هذه الوثيقة عبارة عن ملخص بلغة مبسطة، مستندة إلى مواد تثقيف مرضى سرطان الثدي الصادرة عن مؤسسة بي سي للسرطان (يناير 2022). (وهي تهدف إلى مساعدتك على فهم سرطان الثدي، ولا تغني عن استشارة فريق الرعاية الصحية الخاص بك).

## ما هو سرطان الثدي؟ 1.

سرطان الثدي هو سرطان يبدأ في أنسجة الثدي. يتكون الثدي من نسيج دهني، وغدد منتجة للحليب (فصوص)، وأنابيب صغيرة (قنوات) تنقل الحليب إلى الحلمة. تبدأ معظم سرطانات الثدي في القنوات أو الفصوص. يمكن أن يُصيب سرطان الثدي الأشخاص من جميع الأجناس. ورغم أنه أكثر شيوعاً بين النساء، إلا أنه قد يُصيب الرجال أيضاً. ويُحسّن الكشف المبكر عن سرطان الثدي بشكل كبير من فرص نجاح العلاج. أحياناً ينتشر السرطان إلى الثدي من جزء آخر من الجسم. هذا ليس سرطان الثدي، بل يُسمى سرطان الثدي النقيلي.

## كتل الثدي وتغيرات الثدي 2.

معظم كتل الثدي ليست سرطانية. في الواقع، ما يصل إلى 9 من كل 10 كتل في الثدي حميدة (غير سرطانية). (يمكن أن تتسبب التغيرات الهرمونية في الشعور بألم أو تكتل أو تورم في الثدي، خاصة قبل الدورة الشهرية). ينبغي عليك استشارة طبيب أو ممرضة مختصة إذا لاحظت ما يلي :- ظهور كتلة جديدة أو سماكة في الثدي أو تحت الإبط وجود كتلة تنمو أو لا تختفي - تغيرات في حجم الثدي أو شكله - ظهور تجعدات أو انكماشات أو احمرار أو تورم في جلد الثدي - تغيرات في الحلمة، مثل انقلابها للداخل أو تقشرها - إفرازات دموية أو مائية من الحلمة . من غير المرجح أن تكون الكتل المؤلمة سرطانية، ولكن يجب فحص أي تغيير مستمر.

## كيف يتم تشخيص سرطان الثدي؟ 3.

يمكن استخدام عدة اختبارات للكشف عن سرطان الثدي

- تصوير الثدي بالأشعة السينية: تصوير متخصص للثدي بالأشعة السينية
  - الموجات فوق الصوتية: تساعد في تحديد ما إذا كانت الكتلة صلبة أم مملوءة بالسوائل
  - التصوير بالرنين المغناطيسي: يُستخدم أحياناً للحصول على صور أكثر تفصيلاً
  - الخزعة: يتم أخذ عينة صغيرة من الأنسجة وفحصها تحت المجهر
- الخزعة هي الطريقة الوحيدة لتأكيد الإصابة بسرطان الثدي. في حال اكتشاف السرطان، تُجرى فحوصات إضافية لتحديد ما إذا تُساهم في نمو السرطان. تُساعد هذه النتائج في HER2 كانت الهرمونات (الإستروجين أو البروجسترون) (أو بروتين يُسمى توجيه قرارات العلاج.



## سرطان الثدي معلومات للمرضى وعائلاتهم أنواع سرطان الثدي 4.

. تصنف سرطانات الثدي إلى غير غازية أو غازية

- سرطان الثدي غير الغازي: توجد الخلايا السرطانية داخل القنوات أو الفصيصات
    - شائع، ويمكن علاجه بشكل كبير، وغالباً ما يكون قابلاً للشفاء (DCIS) سرطان الأفتية الموضعي
  - سرطان الثدي الغازي: انتشرت الخلايا السرطانية إلى أنسجة الثدي المحيطة
    - سرطان الأفتية الغازي هو النوع الأكثر شيوعاً
    - سرطان الفصيص الغازي هو ثاني أكثر أنواع السرطان شيوعاً
- . وهناك أيضاً أنواع نادرة من سرطان الثدي، بما في ذلك سرطان الثدي الالتهابي ومرض باجيت في الحلمة

## ما معنى كلمة "مرحلة"؟ 5.

. يصف تصنيف المراحل مدى انتشار السرطان في الجسم وما إذا كان قد انتشر

- المرحلة 0: سرطان غير غازي (سرطان الأفتية الموضعي أو سرطان الفصيص الموضعي)

- المرحلة الأولى: ورم صغير، لم ينتشر إلى الغدد الليمفاوية

- المرحلة الثانية: ورم أكبر و/أو إصابة العقد اللمفاوية المجاورة

- المرحلة الثالثة: ورم كبير أو إصابة العديد من العقد الليمفاوية

- المرحلة الرابعة: انتشر السرطان إلى أجزاء أخرى من الجسم

. تساعد هذه المرحلة فريق الرعاية الصحية الخاص بك على تخطيط العلاج ومناقشة التوقعات

## خيارات العلاج 6.

. يعتمد العلاج على نوع ومرحلة السرطان، ونتائج الاختبارات، وحالتك الصحية العامة

### جراحة

- استئصال الورم: يزيل الورم مع الحفاظ على الثدي
- استئصال الثدي: إزالة الثدي بالكامل
- جراحة العقد اللمفاوية: للتحقق مما إذا كان السرطان قد انتشر



## سرطان الثدي معلومات للمرضى وعائلاتهم علاج إشعاعي

يستخدم العلاج الإشعاعي أشعة سينية عالية الطاقة لقتل الخلايا السرطانية. وغالبًا ما يُعطى بعد استئصال الورم، وأحيانًا بعد استئصال الثدي.

### العلاج الجهازي

تؤثر هذه العلاجات على الجسم بأكمله، وقد تشمل ما يلي :- العلاج الكيميائي  
العلاج الهرموني (مثل تاموكسيفين أو مثبطات الأروماتاز -) العلاجات التي تخفض أو تمنع هرمون الإستروجين -

## 7. الآثار الجانبية والتعافي

بعد العلاج، يعاني بعض الأشخاص من :- ألم أو تيبس في الذراع أو الكتف  
تتميل تحت الإبط - إرهاق - تورم في الذراع (الوذمة اللمفية) -  
يمكن أن تساعد التمارين والعلاج الطبيعي والحركة المبكرة في التعافي. كما يمكن لفريق الرعاية الصحية الخاص بك المساعدة في إدارة الآثار الجانبية.

## 8. المتابعة بعد العلاج

تُعدّ مواعيد المتابعة المنتظمة مهمة بعد العلاج. وقد تشمل هذه الزيارات فحوصات بدنية، وتصوير الثدي بالأشعة السينية ومراقبة الآثار الجانبية أو عودة المرض.  
بمرور الوقت، قد تتم مشاركة رعاية المتابعة الخاصة بك بين أخصائيي السرطان وطبيب العائلة.

## 9. عوامل خطر الإصابة بسرطان الثدي

تشمل عوامل الخطر ما يلي:  
التقدم في السن -  
التعرض طويل - (BRCA1 أو BRCA2 مثل) وجود تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الثدي - بعض الطفرات الجينية الموروثة -  
الأمم لهرمون الإستروجين - زيادة الوزن أو السمنة - تعاطي الكحول - التعرض السابق للإشعاع في منطقة الصدر  
لا توجد عوامل خطر واضحة لدى العديد من المصابات بسرطان الثدي

## 10. الوقاية والفحص

يمكنك تقليل المخاطر عن طريق

الحفاظ على وزن صحي -  
ممارسة النشاط البدني بانتظام - الحد من تناول الكحول - اتباع نظام غذائي متوازن - تجنب التدخين -



## سرطان الثدي معلومات للمرضى وعائلاتهم الفحص

- يوصى بإجراء  
تصوير الثدي بالأشعة السينية بانتظام بدءاً من سن الأربعين
- فحص التصوير بالرنين المغناطيسي للأشخاص المعرضين لخطر وراثي مرتفع للغاية
- إن معرفة الشكل والملمس الطبيعيين لثديكِ يمكن أن يساعدكِ على ملاحظة التغييرات مبكراً

### الدعم والموارد 11.

قد يكون تشخيص الإصابة بسرطان الثدي تجربةً صعبةً للغاية. يتوفر الدعم لتلبية الاحتياجات الطبية والنفسية على حدٍ سواء. يمكن لفريق الرعاية الصحية الخاص بك مساعدتك في التواصل مع مصادر التثقيف والاستشارة ودعم المتعافيات. إذا كانت لديك أسئلة أو مخاوف، فتحدث مع فريق الرعاية الخاص بك - فهم موجودون للمساعدة.