

الكشف المبكر ينقذ الحياة



مدي انتشار سرطان الثدي

يعتبر سرطان الثدي من الأمراض الأكثر شيوعاً بين النساء، تتفاوت نسبة الإصابة بهذا الداء حيث تبلغ أعلى مستوياتها في الدول الأكثر تطوراً.

يلاحظ تزايد مستمر للإصابات في لبنان حيث تبلغ نسبة الإصابة حالياً حوالي ٨٣ حالة لكل ١٠٠,٠٠٠ امرأة سنوياً. في لبنان يشكل سرطان الثدي أكثر من ثلث الإصابات من مجمل إصابات السرطان لدى النساء و٢١٪ من مجموع حالات السرطان.

العوارض التي يجب الإنتباه لها ومراجعة الطبيب بشأنها

لا يكون سرطان الثدي مؤلماً في بادئ الأمر ولكنه يسبب بعد فترة تغييرات يجب مراجعة الطبيب بشأنها فوراً. هذه التغييرات هي:

- إنتفاخ أو ورم غير عادي داخل أو قرب الثدي حتى المنطقة الممتدة تحت الإبط
- تغيير في حجم أو شكل الثدي
- تغيير في لون أو ملمس الثدي
- إحمرار، حكاك أو طفح جلدي
- ألم في الحلمة أو إفرازات غير مألوفة خاصة إذا كانت دمياً
- إنقلاب في الحلمة، طفح عليها أو حولها

من الجدير ذكره أن هذه التغييرات قد تكون ذات أسباب لا علاقة لها بالسرطان أو قد تكون ناجمة عن أورام حميدة غير مؤذية. المهم هو عدم الإهمال ومراجعة الطبيب فوراً لضمان السلامة والوقاية.

الفئات الأكثر تعرضاً من غيرها للإصابة بسرطان الثدي

- النساء فوق سن الأربعين
- النساء قبل سن الخامسة والثلاثين اللواتي يوجد سرطان الثدي في عائلتهن (أمهاتهن، أخواتهن، خالاتهن، جداتهن)
- النساء اللواتي لم ينجبن أو اللواتي تزوجن وأنجن بعد سن الثلاثين
- النساء اللواتي عانين سابقاً من سرطان الثدي في أحد الثديين
- النساء ذوات الوزن الزائد، وخصوصاً في القسم الأعلى من الجسم

ثلاث خطوات للكشف المبكر لسرطان الثدي

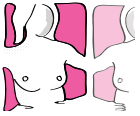
الخطوة الأولى: الفحص الذاتي للثدي

على المرأة أن تخضع للفحص الذاتي للثدي إبتداءً من سن العشرين وذلك مرة في الشهر. يجري هذا الفحص بعد انتهاء الدورة الشهرية بثلاثة لخمسة أيام. إن المرأة التي مرت بسن الأمل معرضة أيضاً للإصابة بسرطان الثدي لذلك ينبغي أن تختار يوم محدد من كل شهر للقيام بالفحص الذاتي.

الوقوف أمام المرأة:

١- إضغطي يديك على وركيك

- قفي مستقيمة مقابل المرأة واليدين حول الأوراك. تأكدي من عدم وجود أي تغييرات في لون أو شكل الثديين أو الحلمتين
- تأكدي من عدم وجود أي تورم أو تجويف
- إن الفرق البسيط في الحجم بين الثديين أمر طبيعي يجب أن لا تقلقي



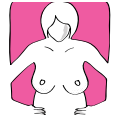
٢- ضعي يديك خلف رأسك

- أديري صدرك يميناً وشمالاً وتأكدي من عدم حصول أي تغيير
- إضغطي برفق على حلمة كل ثدي وتأكدي من عدم وجود أي إفرازات



٣- إنحني واضغطي يديك على وركيك

- ضعي يديك بحزم على خصرك وانحني بخفة أمام المرأة ومدّي كتفيك وكوعك للأمام
- لاحظي أي تغييرات حوالى الثديين



الإستلقاء وتحسس الثديين

- إستلقي على ظهرك. ضعي وسادة تحت كتفك الأيمن. اطوي كوعك الأيمن وضعي يدك اليمنى خلف رأسك
- بواسطة أصابع اليد اليسرى تحسسي الثدي الأيمن برفق بحركات مستديرة وتأكدي من عدم وجود أي ورم أو كتلة وصولاً تحت الإبط. كرري العملية بالنسبة للجهة اليسرى باستعمال اليد اليمنى
- تسهل هذه العملية خلال الإستحمام بواسطة إستعمال الصابون



الخطوة الثانية: الفحص السريري للثدي

إن الفحص السريري للثدي من قبل طبيبك يجب أن يكون جزءاً من الفحص الدوري الذي يجري مرة كل ثلاث سنوات للنساء بين العشرينيات والثلاثينيات ومرّة كل سنة للنساء في سن الأربعين وما فوق.

الخطوة الثالثة: الصورة الشعاعية أو ما يعرف بالماموغرام

ما هو الفحص الشعاعي للثدي؟

يعتبر الفحص الشعاعي للثدي من أهم الطرق التي يمكن من خلالها التعرف على سرطان الثدي قبل الشعور به جسدياً. إن هذا الفحص هو عبارة عن تصوير الثدي بأشعة إكس وهو قادر على اكتشاف التغييرات الصغيرة والدقيقة للأنسجة التي قد تتحول أو قد تحولت إلى ورم خبيث إذا لم تعالج في وقت مبكر.

كيف يتم تصوير الثدي؟

يتم تصوير الثدي بواسطة جهاز أشعة خاص بحيث يوضع الثدي بين طبقتين من البلاستيك لأخذ الصورة. إن تصوير الثدي بأشعة إكس هي طريقة سهلة وفعّالة ولا تستغرق سوى بضع دقائق. قد تشكل في بعض الأحيان إنزعاجاً بسيطاً ولكنها غير مؤلمة على الإطلاق. إن هذا الأسلوب في التصوير آمن للغاية لأنه لا يستخدم إلا جرعات قليلة من الأشعة. وهو يمكن الطبيب الأخصائي من تحديد وجود التغييرات غير الطبيعية في أكثر من ٩٠٪ من الحالات. يصور كل ثدي مرتين كما هو متبع في حملات الإكتشاف المبكر لسرطان الثدي عالمياً. إن تعاونكم مع أخصائي التصوير مهم جداً، لذلك يمكنك الإفصاح عن أي إنزعاج أو ألم خلال التصوير.

لماذا يجب إجراء الفحص الشعاعي وكم مرة؟

إن التصوير الشعاعي للثدي (الماموغرام) هو الضمانة الوحيدة للكشف المبكر. يجب إجراء هذا الفحص مرة كل سنة للنساء فوق سن الأربعين وحتى الخامسة والسبعين. تتزايد نسبة احتمال الإصابة بسرطان الثدي مع التقدم في السن. لذلك ننصحك بعدم التردد بإجراء هذه الصورة خاصة إذا كنت قد بلغت الأربعين. وينصح بإجراء صورة (الماموغرام) في سن مبكر (قبل الأربعين) إن وجدت إصابات بسرطان الثدي عند المقربات من أفراد العائلة (الوالدة، الحالة، الجدة، الأخوات).

كيف يجب أن تستعدّي لإجراء التصوير الشعاعي؟

يجب التأكد أولاً بأنك لست حاملاً (الرجاء مراجعة الطبيب إذا لم تكوني متأكدة). يجب الإمتناع عن وضع أية مساحيق وعلطور ودهون أو مزيل الرائحة على الصدر وتحت الإبطن قبل التصوير. يجب أن تجرى الصورة بعد انتهاء الدورة الشهرية بثلاثة إلى خمسة أيام.

ماذا يحدث لو افترضنا وجود شيء غير طبيعي في صورة الثدي؟

إن معظم الأورام أو الأكياس الغشائية هي أورام حميدة في ٨٠٪ من الحالات وليست سرطانية. أما إذا كان هناك شك في وجود أي شيء غير مألوف، يجب آنذاك مراجعة الطبيب لإجراء الفحوصات التكميلية أو العلاج اللازم.

المستشفيات الحكومية

01-442108 / 10 01-830000	مستشفى الكرنطينا مستشفى رفيق الحريري الجامعي	بيروت
04-872147 / 872150 05-920755 / 040 / 1 07-971725 / 07-971723 / 971722 09-440440 / 445252 / 445353	مستشفى ضهر الباشق مستشفى بعيدا الحكومي مستشفى سبلين الحكومي مستشفى البوار فتوح كسروان الحكومي	جبل لبنان
06-385300 06-491911/2 / 3 / 5 06-671357 06-520555 / 862 / 3 / 5 06-520450 / 51 06-561702/561701 06-693944	مستشفى طرابلس الحكومي مستشفى سير الضنية الحكومي مستشفى بشري الحكومي مستشفى تنورين الحكومي مستشفى إهدن الحكومي مستشفى الدكتور عبد الله الراسي حلبا الحكومي	الشمال
07-740293 / 343640 07-721606 / 751329 / 722130 07-325526 / 28 07-830066 / 7 07-766717 / 766777 / 888 07-452007 07-866104 07-550420 / 30	مستشفى صور الحكومي مستشفى صيدا الحكومي مستشفى تبنين الحكومي مستشفى مرجعيون الحكومي مستشفى الرئيس نبيه بري الجامعي الحكومي مستشفى بنت جبيل الحكومي مستشفى ميس الجبل الحكومي مستشفى حاصبيا الحكومي	الجنوب
08-370885 / 1 08-225310 / 2 / 3 08-591503 08-825600	مستشفى بعلمك الحكومي مستشفى الهرمل الحكومي مستشفى راشيا الحكومي مستشفى الرئيس الياس الهراوي الحكومي — زحلة	القلع

المستشفيات الخاصة

01- 581140 / 1 / 2 / 3 / 01-447980 / 1	مستشفى حداد راهبات الوردية
01-577177 / 277 / 377 / 477	مستشفى اللبناني الجعيتاوي
01-200800 / 328800	مستشفى رزق
1287	مستشفى القديس جاورجيوس
01-850236 / 823663 / 850216 / 850213	مستشفى بيروت
01-788770/795589 / 788768	مستشفى العناية بالأأم والطفل
01-665511 / 15 / 01-636000	مستشفى المقاصد
01-452700 / 456456	مستشفى الرسول الأعظم
01-858333	مستشفى الساحل
01-821671 / 851773 / 853407 / 8 / 9 / 10	مستشفى الزهراء
01-248750 / 7	مستشفى مار يوسف
04-716000 / 718000	مستشفى أبو جودة
04-712111	مستشفى مركز الشرق الأوسط الصحي
04-983770	مستشفى بحنس
01-897300 / 1 / 2 / 3 / 4	مستشفى هارون
01-546200 / 1	مستشفى الحياة
01-481333 / 481788	مستشفى الحايك
01-511488 / 9 / 511490 / 1	مستشفى اللبناني — الكندي
05-457112 / 3 / 4 / 5 / 453500	مستشفى قلب يسوع
05-451100 / 953444	مستشفى سان شارل
01-544000 / 545000 / 03-544000	مستشفى بهممن
01-501500 / 01-501150	مستشفى المشرق
09-644644 / 09-639040 / 3 / 5	مستشفى سيدة لبنان
09-540017	مستشفى سيدة مارتين
09-944255 / 09-541700	مستشفى سيدة المعونات
09-234201 / 2 / 234202	مستشفى سان جورج
09-933334	مستشفى سان لويس
05-270970	مستشفى بشامون التخصصي
05-509001 / 504000 / 03-319961	مستشفى عين وزين
07-996014	مستشفى منذر الحاج

بيروت

الداخلية

كسروان — جبيل

عاليه

الشمون

06-691103 / 690000	مستشفى عكار — رحال
06-950150 / 530	مستشفى البرجي
06-411111 / 2 / 3	مستشفى البير هيكل
06-210181 / 210179 / 210186 / 205879	مستشفى الاسلامي الخيري
06-410025	مستشفى المظلوم
06-207000	مستشفى المنلا
06-661204 / 663576 / 663575 / 660576	مستشفى سيدة زغرتا
06-431400	مستشفى النيني
06-692056 / 692055 / 690537	مستشفى مركز اليوسف الطبي
06-411700 / 411701 / 2 / 4 / 5 / 6	مستشفى السلام طرابلس
06-200527 / 200526-03-594900	مستشفى الحنان الخيري
06-351670 / 1 / 2 / 3 / 4 / 5	مستشفى سيدة السلام الراهبات الانطونيات
07-443202 / 443201 / 443200	مستشفى علاء الدين
07-725181 / 724088 / 723244 / 723400	مستشفى دلاعة
07-762542 / 760455	مستشفى غندور
07-721375 / 724555 / 723333 / 724900 / 722555	مستشفى الجنوب — شعيب
07-442224 / 443344	مستشفى خروبي العام
07-721021 / 07-723888	مستشفى حمود
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100 / 2 / 3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
08-660101 / 102	مستشفى الدكتور حامد فرحات
08-807782 / 3 / 4 / 5 / 802172	مستشفى تل شيحا
08-810121 / 08-810127 / 2 / 3	مستشفى اللبناني الفرنسي
08-807000 / 1 / 2 / 08-811180 / 1 / 2	مستشفى خوري العام
08-901300 / 1 / 2 / 3 / 4 / 5 / 6	مستشفى رياق
08-635743	مستشفى البقاع الغربي سحمر (الهيئة الصحية الإسلامية)

المراكز الطبية الخاصة

01-566222	مركز سان مارك الطبي — جعيتاوي
01-885222	مركز سان مارك الطبي — زلقا
01-241222	مركز سان مارك الطبي — برج حمود
01-341229	المجموعة الطبية المتحدة
01-855595	مؤسسة الحريري الطبية مركز طريق الجديدة الصحي الإجتماعي
01-499767	مركز كاريتاس

01-374100 / 1 / 2	الجمعية اللبنانية لرعاية المعوقين	بيروت
01-817182	مركز الصليب الأحمر المصيطبة	
01-736086 / 8 / 9	مركز الظريف الطبي	
01-660894 / 663898	مؤسسة مخزومي	
01-454005 / 454006	الكيبان (مركز بيروت)	
01-248575	المركز الطبي للتصوير الشعاعي الدورية	المتن
01-291003	المركز اللبناني الكندي	بعبدا
01-472180	المركز التحاليل الطبية	
05-530960	مركز حمانا الصحي	
01-544146 / 03-964780	مركز جنى للتصوير الشعاعي	
05-802549	مؤسسة الحريري الطبية مركز عرمون الصحي الاجتماعي	عاليه
05-801971	مركز خلدة للتحاليل الطبية والتصوير الشعاعي	
05 / 550606	لجنة الأمهات في لبنان	
05-502992	مركز التشخيصي الطبي	الشوف
09-636735 / 643552	مختبر فيفدال الطبي	كسروان
09-830031	مختبرات د. إيلي طالب للتحاليل الطبية	
09-330131	المركز الصحي الاجتماعي	
09-642785	سنتر سانت تريز كسروان	
06-392020 / 1	مؤسسة الحريري الطبية مركز طرابلس الصحي الاجتماعي	الشمال
06-610809	مركز محمد الجسر للأشعة	
06-545490	مستوصف شكا الخيري	
07-753505	مؤسسة الحريري الطبية مركز عين الحلوة الصحي الاجتماعي	الجنوب
07-740070	مركز الصليب الأحمر صور	
07-343860 / 1	مركز الجنوب للتشخيص الطبي (سيما)	
07-506777 / 07-506444	الكيبان (مركز مصيلح)	
07-343860 / 1	مركز الجنوب للتشخيص الطبي (سيما)	
08-513322 / 3	مؤسسة الحريري الطبية مركز البقاع الصحي الاجتماعي	البقاع
08-377731 / 2	مؤسسة الحريري مركز بعلبك الصحي الاجتماعي	
08-241231	مؤسسة الحريري مركز عرسال الحكومي الصحي الاجتماعي	

على صحة السلامة الصورة الشعاعية مرة كل سنة إبتداءً من سن الأربعين.

تقدم الحملة حتى نهاية العام في:

- المستشفيات الحكومية
- الصورة الشعاعية للثدي مجاناً
- الصورة الصوتية للثدي بكلفة ٣٠ ألف ل.ل. (بناءً على طلب الطبيب)
- المستشفيات الخاصة والمراكز الطبية المعتمدة
- الصورة الشعاعية للثدي بكلفة ٤٠ ألف ل.ل.
- الصورة الصوتية للثدي بكلفة ٤٠ ألف ل.ل. (بناءً على طلب الطبيب)

للإستفسار أو الشكاوى

1214

www.moph.gov.lb

الجمهورية اللبنانية
وزارة الصحة العامة

