

مركز السلطان قابوس المتكامل لعلاج وبحوث أمراض السرطان
برنامج سرطان الثدي

**المعرفة تمنح
الصفاء، في كل عصر
من الحياة**



الإعداد العلمي
د. عادل محمد العجمي
أ. د ستيفانو زوريدا
زمزم الحبسية

المعرفة تمنح الصفاء، في كل عصر من الحياة

- ما هي مخاطر الإصابة بسرطان الثدي؟
- ماذا عن كيفية إجراء الفحص الذاتي للثدي؟
- ما هو فحص الماموجرام، التصوير الشعاعي للثدي، والموجات فوق الصوتية "إيكوغرافية"؟
- دكتور، هل أنا بحاجة حقًا للخضوع لفحص الماموجرام؟
- ما هو التحديد الشعاعي "ماموجرم" لسرطان الثدي غير الملموس؟

في الثقافة الغربية، تمثلت إحدى الثورات الكبرى في القرن العشرين في مساعي تحرير المرأة. اليوم، وبسهولة متزايدة، صارت النساء يستبقن ويتخذن قرارات، ليس فقط لأنفسهن، ولكن أيضًا لعائلاتهن. إنهن اليوم يلعبن دورًا متزايد الأهمية في الحياة السياسية والاجتماعية والاقتصادية، وصِرْنَ يتولَّين زمام مصيرهن بأنفسهن.

ولكن، وفي خضمّ هذا الواقع الجديد، فإن العديد من النساء ومن كافة المستويات الاجتماعية وفي جميع أنحاء العالم، وبخاصة في الشرق، لا يبالين بالصحة، وعلى نحوٍ أكثر تحديدًا يمكن القول إنهن لا يبالين بصحتهن الشخصية. فهُنَّ يهملن كثيرًا الأعراض المرضية الواضحة، ومن ثم يقعن ضحية لتبعاتها، في حين أنه كان بإمكانهن تفادي كل ذلك بسهولة.

إضافةً إلى الدور الأساسي للطبيب العام، والخبر، والمتابع لكل ما هو جديد، والمستعد دائمًا للاستماع إلى مرضاه وتوجيه النصيحة لهم، ومع استمرار التكنولوجيا في مساعدتنا لتحسين صحتنا والاعتناء بها.. فإنه من الواضح والمؤكد أننا نحن العناصر الفاعلة في المحافظة على صحتنا! لذلك، ومن أجل حماية نفسك، فإنه يكفي القيام ببعض الحركات البسيطة أو إجراء بعض الفحوصات غير الضارة بانتظام، بهدف الوقاية قبل ظهور أية أعراض مرضية.

**المعرفة ليست خطرًا، الخطر قد يكمن
بعدم المعرفة!**

الوقاية من سرطان الثدي

في الواقع، لا توجد أية وقاية حقيقية من الإصابة بمرض السرطان، فالأسباب الحقيقية للإصابة بسرطان الثدي عديدة ولم تحدد بعد بوضوح. ولكننا نعرف بالتأكيد أن التكنولوجيا تساعدنا عبر آلات حديثة متطورة وحسّاسة، لدرجة أنها أصبحت تقريبًا كالعكازة إلى جانب الطبيب. يبقى التصوير الشعاعي للثدي الطريقة الأكثر دقة للكشف المبكر عن سرطان الثدي، وبهذه الطريقة يمكن تقديم علاج أكثر فعالية لهذا المرض الذي يمثل السبب الرئيسي للوفيات عند النساء.

وقد أظهرت الدراسات السريرية في الولايات المتحدة الأمريكية والسويد وهولندا أن التشخيص والعلاج المبكرين يساعدان على خفض معدل الوفيات، وأنه في

حالات التشخيص المبكر للسرطان، عندما لا يكون واضحًا بالفحص السريري وإنما يتم اكتشافه بواسطة الأجهزة الفعّالة، فإن نسبة الشفاء ترتفع إلى ٩٩ ٪ من الحالات. ولهذا، فإن من الضروري إجراء الفحوصات بواسطة الأجهزة الفعّالة، إضافة إلى أهمية دور الفحص الذاتي لتسليط الضوء على وجود عقد صغيرة جدًا في الثدي أو وجود مناطق سمكية متميزة.

ونذكّر هنا بما يلي:

- أهمية العمر: بقدر ما تمر السنوات بقدر ما يتعاضم الخطر.
- أهمية مراقبة ظهور عقد صغيرة جدًا في الثدي أو وجود مناطق سمكية متميزة.
- وجود تغيّر في شكل الثدي أو حجمه.

- وجود إفرازات من الحلمة، أو خروج دم أو سوائل لا علاقة لها بالحمل.
- وجود انكماش في جلد الثدي.

فيإذا ما ظهرت أيّ من هذه العلامات السريرية، يجب استشارة الطبيب والخضوع لاختبارات تشخيصية دون الكثير من القلق، ففي كثير من الحالات ليس السرطان هو سبب وجود مثل هذه العلامات.

وعلى جميع النساء، حتى في حالة عدم وجود علامات سريرية، الأخذ بتوصيات الأخصائيين التالية:

- ينبغي على النساء بعد سن ٢٠ عامًا أداء الفحص الذاتي بشكل دوري ومنتظم.

■ التصوير بالموجات فوق الصوتية (سونار) الملون، علمًا بأن ليس للفحص آثار جانبية، فالموجات فوق الصوتية وصلت إلى درجة عالية من الموثوقية، ويجب عملها دوريًا اعتبارًا من سن ٢٠ - ٢٥ مرة واحدة كل عام.

■ ينبغي على النساء فوق سن الـ ٤٠ إجراء فحص الماموغرام (التصوير الشعاعي) مرة كل سنة.

■ في حالة وجود اثنين من أفراد الأسرة أو أكثر مصابين بسرطان الثدي، فإنه يجب استشارة الطبيب المختص لتقييم مدى الحاجة للخضوع لاختبارات خاصة (جينية)، وتقديم موعد فحص الماموغرام الأول إلى عمر ٣٥ سنة.

■ في حالة وجود تورم مشكوك فيه فإن التصوير الشعاعي للثدي والفحص بالموجات فوق الصوتية (الإيكوغرافي) يتوجب القيام به، بغض النظر عن العمر. اتبعي هذه التعليمات وتوصيات طبيبك.

■ سرطان الثدي ينمو ببطء شديد، وقد يحتاج لعامين قبل أن يمكن تحسُّسه، مع بعض الاهتمام يمكنك اكتشافه في مرحلة مبكرة.

■ كلما كان الورم صغيرًا ومحدَّدًا موضعيًّا بشكل جيد فإن إمكانية الشفاء تكون مرتفعة أكثر. إن سرطان الثدي الذي يتم علاجه في وقت مبكر تزداد فرص الشفاء منه.

■ التصوير الشعاعي للثدي وفحص الموجات فوق الصوتية ليسا ترفًا، فهما يمكن أن ينقذا حياتك!

ما هو خطر الإصابة بسرطان الثدي ؟

زادت حالات الإصابة بسرطان الثدي في العقود الأخيرة، ويعود ذلك لجملة من الأسباب، أبرزها:

- الزيادة الكبيرة في متوسط العمر (على الأقل في البلدان الغربية).
- اتباع نظام غذائي غني بالدهون غير المشبعة.
- العمر المتأخر للحمل الأول.
- انخفاض عدد الولادات والرضاعة.
- الإصابة بسرطان الثدي سابقًا.

ثمة عامل آخر، على الرغم من أنه نادر، ويتمثل في وجود ناقلات للجينات الوراثية ذات الطفرة BRCA1-BRCA2 لدى بعض النساء الشابات، مما يعني وجود استعداد وراثي لديهن للإصابة بسرطان الثدي، ومن ثم

ارتفاع احتمالية إصابتهم به، أو لأنهن من عائلات بها حالات إصابة بسرطان الثدي.

مع ذلك، يجب أن نضع في اعتبارنا أن ما لا يقل عن ٥٠ ٪ من حالات الإصابة بسرطان الثدي هي "متباعدة"، أي لا علاقة لها بالعوامل المذكورة أعلاه، لهذا السبب نحن نتكلم عن ضرورة إجراءات الوقاية الثانوية أو التشخيص المبكر.

كيف نقوم بإجراء الفحص الذاتي للثدي؟

٣ خطوات يمكن أن تنقذ حياتك!!

إذا قمّت به بانتظام، فإن الفحص الذاتي الدوري يتيح معرفة أفضل للشكل الطبيعي الذي يتوّضّع به الثدي في الصدر، وهذا يسمح بعدم التهويل، ويمكن أن يعطي مساهمة جيدة لعملية التشخيص.

في الحمام "تحت الدش"

تحت الدش أو في حوض الاستحمام تنزلق الأيدي بسهولة أكثر على الجلد باستعمال الصابون، والكشف عن وجود نتوءات غير نظامية صغيرة سطحية يكون سهلًا. مع ذلك، تذكري أن الفحص الذاتي في الحمام هو مجرد مرحلة أولى، وأن الفحص الذاتي يجب أن يكتمل، سواء أمام المرأة أو بالاستلقاء.

أمام المرأة

لفحص ثدييك، ضعي ذراعيك على طول الجسم ثم ارفعيهما فوق الجسم إلى الأعلى، تذكري أنه نادرًا ما يكون الثديان متطابقين تمامًا. حاولي أن تتحسّسي أي تغيير في الشكل مع مرور الوقت، ومعرفة ما إذا كانت هناك نتوءات صغيرة أو انحسار في الجلد أو أي تغييرات

لافتة في الحلمة. ثم ضعي يديك على الوركين واضغطي
لأسفل بشدة لشدّ عضلات الصدر، ودائمًا راقبي أي
تغييرات تطرأ على شكل الثدي.

الاستلقاء

لفحص الثدي الأيمن، ضعي وسادة تحت كتفك الأيمن
ويديك اليمنى خلف رأسك. بيدك اليسرى وبأصابع
مشدودة، اضغطي على الثدي بلطف وعلى شكل دوائر
متحدة المركز، وكأنك تتابعين حركة مدار الساعة.
حدّدي في البداية الدائرة الخارجية، ابدئي بالتحسس
باعتبار أن المرجعية في الجزء العلوي من الثدي الأيمن.
دعي أصابعك تنزلق باتجاه الساعة الواحدة وهلم جرًّا
حتى تعود إلى ١٢ ظهرًا. لا بد أن نضع في اعتبارنا أن ٦٠ ٪
من الغدد الثديية موجودة في هذا المربع العلوي الخارجي،

وهنا ستجدين أكبر قدر من الاتّساق في الثدي.
لتحديد دائرة متحدة مركزية جديدة، انقلي أصابعك نحو
الحلمة، وافحصي بالطريقة نفسها الثدي بأكمله، بما في
ذلك الحلمة. كرّري هذا الإجراء بالنسبة للجانب الآخر
من الثدي عن طريق وضع وسادة تحت كتفك الأيسر
ووضع يدك اليسرى خلف رأسك، حاولي تخزين تركيبة
الثدي باللمس في الذاكرة.

وأخيرًا، اضغطي بلطف على قاعدة كل حلمة بواسطة
الإبهام والسبّابة للتحقق مما إذا كان هناك خروج لأي
سائل.

لا تنسي ذلك الجزء من الثدي باتجاه الترقوة والجزء الآخر
نحو الإبط. في حالة وجود إفرازات أو وجود تورم أو
منطقة صلبة، راجعي طبيبك.

لماذا يجب فحص الثديين بانتظام؟

سرطان الثدي، وللأسف حتى هذا اليوم، يتم اكتشافه من المرأة نفسها، واللجوء إلى التصوير الشعاعي الدوري للثدي ليس منتشرًا على نطاق واسع.

صحيح أن المراقبة الذاتية التي تقومين بها مفيدة، لكن على أية حال، تذكّري أن الفحص الذاتي يعطيك راحة البال والمساعدة، ولكن ليس الأمان!!

متى تكون هناك ضرورة للقيام بالفحص الذاتي للثدي؟

عمل الفحص الذاتي الدوري ينبغي أن يتم مرةً كل ثلاثة أشهر على الأقل، بعد أيام قليلة من الحيض، عندما يكون الثدي أقل حساسية وأقل انتفاخًا.

ماذا تفعلين إذا كنت ترين شيئاً مختلفاً؟

خلال الفحص الذاتي للثدي، إذا ما أحسستِ بوجود عُقد أو إفرازات من الحلمة، استشيري طبيبك، ولكن لا تجعلِي الذعر يسيطر عليك، فإن غالبية العقيدات ليست مرتبطة بأصول سرطانية، وفقط الطبيب المختص وحده يمكنه إجراء التشخيص الصحيح.

ما هو التصوير الشعاعي للثدي والفحص بالموجات فوق الصوتية؟

التصوير الشعاعي للثدي هو تصوير بسيط بالأشعة السينية يسمح بالكشف في مرحلة مبكرة عن وجود الأورام عندما تكون صغيرة جدًا، سواءً كانت سرطانية أو غير سرطانية، ليتم التحقق منها خلال الزيارات العادية وبالتحسس.

يتم تنفيذ التصوير الشعاعي بأجهزة مصممة خصيصًا لإظهار تركيبة الثدي، وهو يستخدم أشعة X في التصوير. اليوم، يتم استخدام التصوير الشعاعي الرقمي للثدي "full field" على نحو واسع، وذلك باستخدام جهاز كشف رقميًا عوضًا عن الأفلام التقليدية، وهذا النوع يعد أحدث جيل من التصوير الشعاعي للثدي، وهو يقدم أعلى جودة من الصور وبجرعة منخفضة من الإشعاع، مما يسمح بمشاهدة وجود الأورام الصغيرة بسهولة أكثر، مع إمكانية معالجة الصور عبر التكبير الإلكتروني، واستغلال النقيض، والانعكاس.. إلخ، واستغلال الإمكانيات الهائلة التي تتيحها هذه التقنية، مثل التسجيل بمساعدة الحاسوب.

ومن الضروري خلال الفحص القيام بالحد الأدنى من الضغط على الثدي، والذي يضمن تشخيصًا نوعيًا ويسمح باستكشاف كامل لبنية الثدي باستعمال جرعات منخفضة من الإشعاع.

ضغط الثدي يتم بشكل خفيف وتدرجي، بحيث يكون الفحص محتملاً تمامًا. خبرة في الأشعة مهمة، فالصور من النوعية الجيدة هي التي تسمح بقراءتها بشكل صحيح.

التصوير الشعاعي للثدي هو الأكثر دقة!

التصوير الشعاعي للثدي هو الأسلوب الأكثر موثوقية وكفاءة لاكتشاف السرطان مبكرًا جدًا، بشكل أكبر مما قد يسمح به الفحص بالتحسس، وهو يتم بواسطة

جرعة من الأشعة ليست ضارة (١٪ مقارنة مع الأشعة المقطعية للصدر).

منذ الستينيات، استمرت دقة التشخيص بالموجات فوق الصوتية والتصوير الشعاعي للثدي في التحسن المستمر. واليوم، يُعتقد بأنه لم يتم الكشف فقط عن ١٠ ٪ من هذه الأورام عن طريق هذه الوسائل.

كلما كان الورم صغيرًا ومحددًا بشكل جيد كانت فرص الشفاء أكثر. التصوير الشعاعي للثدي واستخدام الموجات فوق الصوتية قادر على تسليط الضوء على ما لا يمكن اكتشافه بالتحسس سريريًا (وجود تكتُّسات صغيرة على سبيل المثال)، وذلك بفضل تقنية دوبلر الملون واستخدام المجسّات الخطية ذات الترددات العالية. وتقنية دوبلر الملون تظهر وجود عقدة صلبة من

السائل الصلب، واحتمالية وجود غطاء نباتي داخلي، وقد حُلَّت الآن محل تقنية duttogalattografia القديمة في تحديد الأورام الحليمية ينترادوكتال. إذا تم تشخيص المرض في مرحلة مبكرة، وقبل إصابة الغدد الليمفاوية الإبطية، فإن معدل نجاح العلاج والشفاء تصبح كاملة. وهذا هو السبب في أن عددًا متزايدًا من الأطباء ينصحون النساء بعمل فحص التصوير الشعاعي (الماموجرام) بانتظام ودورية.

سرطان الثدي يمكن هزيمته

وإذا كانت نتائج الماموجرام إيجابية؟

لا حاجة للخوف من التشخيص، ولكن من الضروري التفكير في القيام بالتشخيص. اليوم، يزداد عدد النساء المصابات بسرطان الثدي واللاتي سُفين بعد استئصال جزء صغير من الغدة. هذه النتائج أصبحت ممكنة بسبب التصوير الشعاعي للثدي وأيضًا بفضل التقدم في طب الجراحة، والعلاج الإشعاعي والعلاجات الطبية التي أصبحت أقل عدوانية وأكثر تركيزًا.

ومن المهم التحدث بهدوء مع الطبيب عن العلاج الواجب اتباعه، والفهم الجيد للتعليمات ووضعها موضع التنفيذ بعناية.

كيف تحمين نفسك؟

اتباع التوصيات التي سبق ذكرها سوف يوفر الكثير من

القلق. التصوير الشعاعي للثدي ليس ترفاً، بل يمكن أن ينقذ حياتك! لا أحد يملك الرغبة للتفكير في السرطان، ومع ذلك، هناك أمران جيدان لتذكرهما:

سرطان الثدي يمثل ٣٢ ٪ من مجموع أمراض السرطان عند النساء.

ولكن، تذكرني قبل كل شيء أن المرأة التي تعاني من سرطان الثدي تشفى في ٩٠ ٪ من الحالات إذا تم اكتشافه في وقت مبكر.

**التصوير الشعاعي للثدي ليس ترفاً، بل
يمكن أن ينقذ حياتك!**

دكتور، هل أنا بحاجة حقًا إلى الخضوع لتصوير شعاعي للثدي؟

بما أن التشخيص المبكر للورم هو الشرط الرئيسي للعلاج والشفاء، وهو متعذر بواسطة التحسس، فإنه يجب على المرأة الخضوع للتصوير الشعاعي للثدي دوريًا مرة كل سنة، اعتبارًا من سن الـ ٤٠.

ومن المناسب تقديم موعد إجراء هذا الفحص إلى سن الـ ٣٥ في حالة وجود حالات لسرطان الثدي أو القولون أو سرطان المبيض في الأسرة، وفي أي سن في حالة وجود العقيدات.

الأسئلة التي سوف تسألينها أو الأعدار التي قد ترينها كافية لعدم إجراء الفحص:

تبين الإحصاءات أن حالات الإصابة بسرطان الثدي في

ازدياد مطّرد، ومع ذلك، فقد انخفض معدل الوفيات الناتجة عن الإصابة به بسبب إجراء الفحص الذاتي المنتظم للثدي ومراجعة الطبيب الاختصاصي، والتصوير الشعاعي للثدي واستخدام الموجات فوق الصوتية. عندما يتم الكشف عن سرطان الثدي في وقت مبكر فإن نسبة البقاء على قيد الحياة عند النساء تصل إلى ٩٩ ٪، أما إذا تم اكتشاف المرض وهو في مرحلة أكثر تقدّمًا فإن نسبة الشفاء والبقاء على قيد الحياة تنخفض بشكل كبير.

العديد من النساء لا يزلن مترددات في إجراء فحص الماموجرام، مع خلق آلاف الأعذار لتجنب ذلك!!

■ لا توجد أي حالة إصابة بسرطان الثدي في عائلتي، لذلك ليس لدي أي سبب للشعور بالقلق.

٧٠ ٪ من حالات الإصابة بسرطان الثدي تحدث بشكل شبه نادر في الأسرة. كل امرأة معرضة للإصابة بسرطان الثدي. النساء اللواتي يلجأن لهذا النوع من الجدل يزدن من تفاقم خطر الموت بسرطان الثدي؛ لأنه من غير المحتمل أن يتم الكشف عنه في وقت مبكر.

■ التعرض للتصوير الشعاعي للثدي مؤلم، وأنا مقتنعة بأن ضغط الثدي يسبب المرض.

لا غنى عن ممارسة بعض الضغط على الثدي لإجراء فحص الماموجرام، الضغط يسهّل رؤية الهياكل الثديية ويسمح أيضًا بتخفيف جرعة الإشعاع المعطاة. الضغط لا يغير بأي شكل من الأشكال نسيج الثدي ومظهره،

وغالبية النساء اللاتي يخضعن لفحص الثدي بالأشعة لا يشعرن بأي ألم بسبب ضغط الثدي لفترة قصيرة جدًا من الزمن.

النساء اللواتي لديهن ثدي حسّاس بشكل خاص أو متوتر (كما قد يحدث في مرحلة ما قبل الحيض) قد يشعرن بانزعاج خفيف. وعلى أية حال، فإن ضغط الثدي لا يسبب أي ضرر.

■ ماذا يحدث جرّاء التعرض لأشعة X؟

التطورات في مجال التصوير الشعاعي للثدي خفّضت بشكل كبير الجرعة المعطاة، وكمية الإشعاع ليست بتلك الدرجة التي تؤدي لإحداث زيادة في حالات السرطان، مع التصوير الشعاعي الرقمي الجديدة للثدي فإن احتمالية المخاطرة قد أصبحت منتفية تقريبًا.

■ قمْتُ بعمل زراعة للثدي، قيل لي إنه من غير المفيد

عمل تصوير شعاعي للثدي.

حتى النساء اللواتي أُجريت لهن عملية زراعة ثديي
يستطعن، إلا في حالات خاصة، الخضوع للتصوير
الشعاعي. وبالطبع، يجب استخدام إجراءات خاصة في
مثل هذه الحالة، وربما يتطلب الأمر الحصول على صور
إضافية باستخدام أجهزة الموجات فوق الصوتية أو
التصوير بالرنين المغناطيسي.

■ هل تحل الموجات فوق الصوتية محل التصوير

الشعاعي للثدي؟

بشكل عام، الفحص بالموجات فوق الصوتية هو إجراء
مكمل لفحص الثدي بالأشعة. في بعض الحالات،

وخاصة مع أحدث أجيال التكنولوجيا، فإن الموجات فوق الصوتية هي البديل المثالي للفحص بالأشعة بسبب كثافة الثدي. يتم تشخيص الأورام غير السرطانية النموذجية في سن الشباب، ويجري تشخيصها عبر الموجات فوق الصوتية.

يجب استخدام أداة "مخصصة" للثدي مع موجات محددة. البحوث في مجال الموجات فوق الصوتية تخطو خطوات عملاقة ستجعل هذا النوع من الفحص أكثر دقة في تشخيص أورام الثدي.

وبنفس الأسلوب، من الممكن سحب أو استئصال بعض الخلايا أو أخذ أجزاء من الأنسجة المصابة. وإذا شخّص الطبيب المختص الورم بأنه غير خبيث فإنه يمكن تجنب التشريح المختبري غير الضروري للخلايا.

■ ليس لدي الوقت، عملي وعائلي أكثر أهمية.

تخصيص بضع ساعات لإجراء هذا النوع من الفحوص قد ينقذ حياتك، في حين أن الإهمال يمكن أن يهدد وجودك نفسه. إذا كانت عائلتك هي الشاغل الرئيسي لك فإن هذا بحدّ ذاته يعتبر حافزًا يوجب عليك التمتع بصحة جيدة؛ لتكوني قادرة على الاستمرار في الاهتمام بأسرتك ورعايتها. حتى لو كنتِ تولين الكثير من الأهمية لحياتك المهنية، فإنك بلا شك لست بحاجة لمن يقنعك بأنك لابد أن تكوني بصحة جيدة كي تتمكني من تحقيق النجاح على الصعيد المهني.

■ **لدي مرض فيروسيتيك ولا أستطيع إجراء الفحص الشعاعي أو الفحص الذاتي للثدي، قالوا لي إن أنسجة الثدي كثيفة جدًا لإجراء الماموجرام في أفضل الظروف.**

وجود أكياس في الثدي هو حدث عادي جدًا، ولا ينبغي أن يُفهم على أنه مرض، ومن جانب آخر فإنها لا تزيد من احتماليات الإصابة بالسرطان. مع ملاحظة أن وجود الأكياس في الثدي شائع لدى النسوة التي وصلن سن الـ ٤٥، وهي المرحلة التي تدخل فيها المرأة إلى سن العجز.

وبالفعل، في ظل وجود العديد من الأكياس فإن الفحص الذاتي يصبح أكثر صعوبة، ولكن إذا اعتادت المرأة على إجراء الفحص الذاتي بشكل دوري فإنها ستعود على جسّ العقيدات. تحليل نتائج تصوير الثدي

ذي الأنسجة الكثيفة يصبح أكثر صعوبة، ولكن التقدم التكنولوجي الأخير، وبالذات من خلال استخدام التقنية الرقمية، أتاح الحصول على نتائج ممتازة، إضافةً إلى أن الاستعانة بالموجات فوق الصوتية له أهمية خاصة في مثل هذه الحالات.

■ كل عام أقوم بإجراء تصوير شعاعي للصدر، لو كنت مصابة بسرطان الثدي فأعتقد أن التصوير سيكشفه.

هذا مستحيل، الماموجرام هو فحص يتطلب أجهزة خاصة مخصصة فقط لفحص الثدي. الأجهزة والأفلام والإجراءات المستخدمة في التصوير الشعاعي للصدر مختلفة تمامًا في طبيعتها. سرطانات الثدي، وباختصار، لا يمكن اكتشافها عبر إجراء تصوير شعاعي للصدر باستخدام أشعة X.

■ بالنسبة إلي، وقد وصلت إلى هذا العمر، لست بحاجة للخضوع لفحص الماموجرام، فأنا متقدمة في العمر، ولا أعتقد أن هناك احتمالاً للإصابة بسرطان الثدي، ومن ثم لا بد من الموت بشئ ما.

ليس كذلك، خطر الإصابة بسرطان الثدي يزداد مع التقدم في السن، فكلما كنتِ أكبر سنًا أصبح خطر الإصابة واردةً بشكل أكبر.

إذا تم اكتشاف السرطان في وقت مبكر فإن نسبة البقاء على قيد الحياة تكون مرتفعة، بغض النظر عن العمر. صحيح أننا عاجلاً أو آجلاً سنموت، ولكن لماذا نموت بسبب مرض يمكن علاجه؟

■ فترات الانتظار طويلة جدًا، وهذا ما يجعلني قلقة.

في الواقع، إذا ما تم اكتشاف أن لديك عقدة، وقرّر طبيبك إجراء فحص الماموجرام على وجه السرعة فلا يوجد أي انتظار.

الانتظار يتعلق فقط بإجراءات الرقابة الوقائية العادية في ظل غياب الأعراض، وهو نتيجة لحقيقة أن عدد النساء اللواتي يطلبن التصوير الشعاعي للثدي في تزايد مستمر، لذا فإن المراكز المتخصصة أصبحت تتحمل بشكل متزايد أعباء العمل. ولكن لا تفقدي الصبر؛ فمن الأفضل القيام ببرمجة مناسبة للوقت للحصول على موعد للتصوير الشعاعي للثدي الجيد في أحد المراكز الممتازة، والتي يقوم بها مهنيون مختصون. إنها حياتك، لا تضعيها في أيدي الآخرين، وكوني على ثقة أن هذا الإجراء يخدم مفهوم الصحة العامة.

■ تعرضت للعديد من العمليات الجراحية، وحتى الآن تم اكتشاف العقيدات غير السرطانية، وأنا واثقة بأن الأمور في المستقبل لن تتغير.

اليوم، بفضل التقدم في مجال التصوير الشعاعي للثدي والموجات فوق الصوتية، لم يعد من الضروري أخذ عيّنات للحصول على التشخيص الدقيق للعقيدة، ولكن يكفي ببساطة أخذ عيّنة بالشفط بواسطة الإبرة وبتوجيه إشعاعي.

■ لقد أجريت فحص ماموجرام للثدي وكل شيء على ما يرام. لماذا تكرار ذلك؟

لأن التصوير الشعاعي للثدي لا يعطي مناعة، ولأن بعض السرطانات ربما لم يكتشفها الفحص في المرة السابقة، على الرغم من وجودها، والتي إذا تم اكتشافها في المرة

اللاحقة فثمة وقت كافٍ للعلاج ومن ثم إمكانية التماثل للشفاء. مع ملاحظة أنه من الضروري في بعض الأحيان تكرار فحص الماموجرام مرة ثانية إذا لم يكن الفحص الأول من النوعية الجيدة.

إجراء التصوير الشعاعي للثدي بصورة دورية منتظمة يسمح بالتأكد من أن أنسجة الثدي لا تزال خالية من أية ظواهر غير عادية، وأنه ليس هناك تطور لأيّة ظاهرة مشكوك بها قد أن تسبب ضررًا لا يمكن تلافيه.

■ **ثدي صغيرة جدًا، فلو كان عندي شيء ما فأنا متأكدة بأنني كنت سألاحظه.**

لا علاقة لحجم الثديين بتطور السرطان أو عدمه ولا برؤيته. بالطبع، من السهل جسّ العقيدات باللمس في ثدي صغيرة، ولكن هذا لا يحدث دائمًا.

التصوير الشعاعي للثدي يمكّن من الكشف عن وجود السرطان قبل إمكانية الجسّ بالأيدي، حتى في الثدي الصغير. التحديد الشعاعي لموقع إصابة الثدي غير القابل للجسّ.

بعض التوصيات قبل إجراء الفحص لتحديد منطقة الورم:

تذكري عدم رش بودرة التلك أو مزيل العرق في يوم الفحص.

في الأيام التي تسبق الفحص تجنبي تناول، المشروبات والقهوة والشاي، والشوكولاته أو التي تحتوي على الغازات والكافيين.

ارتدي طقم من قطعتين، وهذا سيجعل من السهل خلع الملابس والبدء بالفحوصات.

عملية تحديد المنطقة المشتبه بها:

إذا أظهر تصوير الثدي وجود ورم ذي طبيعة مشبوهة فلا بد من إخضاعه للاستئصال الجراحي، والورم المشبوه غير قابل للتحسس، فمن الضروري أن يقوم في الأشعة بتحديد ذلك بواسطة الإشعاع، وهو إجراء بسيط جدًا ومشابه للتصوير الإشعاعي للثدي.

في الماضي، كانت الطريقة المتبعة تتمثل في إدخال إبرة مجهزة ومربوطة بسلك معدني معقوف في نهايته، وعندما يغوص رأس الإبرة في المنطقة المصابة يتم سحب الإبرة، بينما يبقى طرف السلك المعقوف في المنطقة المتورمة، ثم يقوم الجراح باتّباع المسار فيجد المنطقة المتورمة.

اليوم، في معظم المرافق الحديثة يتم حقن مواد مشعّة في محيط الورم، والتي من شأنها أن تكون بمنزلة

دليل للجراح للقيام بعملية الاستئصال باستخدام مسبار يعطي رنينًا مستمرًا، ويزداد كثافة كلما اقترب من الورم .ROLL

إجراءات عملية تحديد منطقة الورم:

يلتقط الفني سلسلة من الصور الشعاعية للثدي بطريقة مماثلة للتصوير الشعاعي للثدي، وسوف يسهل هذا التعرف على احتمالية الإصابة بالمرض.

يقوم الفني المختص بحقن جرعة صغيرة جدًا من المواد المشعة في اتجاه المنطقة؛ لتحديد المكان بدقة.

يتم أخذ صورة ثانية بالأشعة السينية للتأكد من درجة التباين في الورم.

يمكنك الاسترخاء، فقد انتهت إجراءات التحديد، وبإمكان الجراح البدء بالعملية.

إن القراءة المتأنية لهذا الكتيب والأسئلة
التي ستسألينها فيَّ الأشعة ستساعدك
في التحضير لهذا الفحص. من المهم أن
تستوعي بشكل صحيح هذه الإجراءات
التي تسبق عملية الجراحة.

عبر أكثر من ٣٥ عامًا، خضعت ملايين النساء للتصوير الشعاعي للثدي. مع مرور الوقت، شهدت الأجهزة المستخدمة تقدمًا ملحوظًا، ووضعت الهيئات الوطنية والدولية قواعد لمعايير أكثر دقة فيما يتعلق بنوعية المعدات المستخدمة في التصوير الشعاعي للثدي، سواء لعملية التشخيص، أو لبرنامج العلاج ككل (من التخطيط إلى العلاج والسيطرة على النتائج).

يتم تطبيق هذه القواعد بشكل صارم ومستمر، ويتم رصد النتائج في مراكز الجودة التابعة للمؤسسة التي ترعى صحتك.

ببليوغرافيا:

الجمعية الأمريكية للسرطان - مبادئ توجيهية لالتقاء السرطان السريرية، ٢٠٠٢ م.

المدونة الأوروبية لمكافحة السرطان والتبرير العلمي: النسخة الثالثة. حوليات علم الأورام ١٤/٧، ٢٠٠٣ م

المبادئ التوجيهية الأوروبية لضمان الجودة في فحص التصوير الشعاعي للثدي. الطبعة الثالثة، ٢٠٠١ م.

سرطان الثدي علاج Racomandations، مكتب التقييم المستقل، IEO ٢٠١٠ م.

بنيامين أندرسون، إدواردو Cazap، ناجي الصغير وآخرون. تعظيم الاستفادة من سرطان الثدي.

الإدارة في البلدان المنخفضة والمتوسطة الموارد: الملخص التنفيذي للثدي الآراء الصحية المبادرة العالمية، ٢٠١٠ م. انسيت ٢٠١١ Oncol ؛ ١٢ : ٩٨-٣٨٧.

الآراء الصحية المبادرة العالمية، ٢٠١٠ م. انسيت ٢٠١١ Oncol ؛ ١٢ : ٩٨-٣٨٧.

الآراء الصحية المبادرة العالمية، ٢٠١٠ م. انسيت ٢٠١١ Oncol ؛ ١٢ : ٩٨-٣٨٧.

