

اعراض سرطان الثدي:

- كتلة أو تورم في الثدي أو تحت الإبط.
- تغيرات في شكل أو حجم وجلد الثدي .
- تغيرات في الحلمة.
- ألم في الثدي أو الحلمة.
- تورم أو عقد في منطقة تحت الإبط.



سرطان الثدي

وكيفية الوقاية منه



اعداد شعبية الاعلام والاتصال الحكومي
بالتعاون مع وحدة شؤون المرأة
ووحدة الإرشاد التربوي

سرطان الثدي هو نوع من السرطان ينشأ في خلايا الثدي. يمكن أن يتطور في أحد الثديين أو كليهما، وغالباً ما يتسبب في ظهور كتل أو تغيرات في شكل الثدي. يعتبر سرطان الثدي من أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين النساء، ولكنه يمكن أن يصيب الرجال أيضاً.

عوامل الخطورة: تتضمن العوامل الوراثية، العمر، الهرمونات، اسلوب الحياة غير الصحي

حقائق: سرطان الثدي يأتي بالترتيب الأول بين أكثر أنواع السرطان شيوعاً.

سرطان الثدي أكثر شيوعاً بين السيدات بعمر ٣٥ عاماً فأكثر.

أكثر من ٥٠% من الحالات يتم كشفها بمراحل متقدمة، مما يرفع من معدل الوفيات ويقلل فرص الشفاء، فضلاً عن ارتفاع تكلفة العلاج.



أهمية الكشف المبكر عن سرطان الثدي:

- الكشف المبكر من أهم استراتيجيات الوقاية الثانوية.
- الهدف منه تشخيص سرطان الثدي بمراحل المرض المبكرة، وتسهيل وسائل الوصول لمزيد من إجراءات التشخيص والمعالجة في المستشفيات.
- يجرى الكشف المبكر من أجل تحسين نوعية ونتيجة معالجة حالات سرطان الثدي، وزيادة معدل الشفاء إلى أكثر من 90%، وخفض معدل الوفيات بنسبة قد تصل إلى 3%.

نصائح لتقليل الإصابة بسرطان الثدي:

- الفحص الدوري.
- اتباع نمط حياة صحي .
- تجنب التدخين .
- الرضاعة الطبيعية.
- الحفاظ على وزن صحي وممارسة الرياضة.
- حملات التوعية والتثقيف الذاتي..
- التغذية السليمة.
- التقليل من التعرض للمواد الكيميائية.

- أهمية التوعية بسرطان الثدي: تساهم حملات التوعية في زيادة الوعي حول أهمية الفحص المبكر، مما يمكن أن يساعد في الكشف عن المرض في مراحله المبكرة، مما يزيد من فرص العلاج الناجح.
- يمكنك التواصل مع الجمعيات التي تهتم بالتوعية بسرطان الثدي للحصول على معلومات وموارد إضافية.
- من المهم أيضا استشارة طبيب مختص لأي استفسارات أو مخاوف تتعلق بالصحة.

