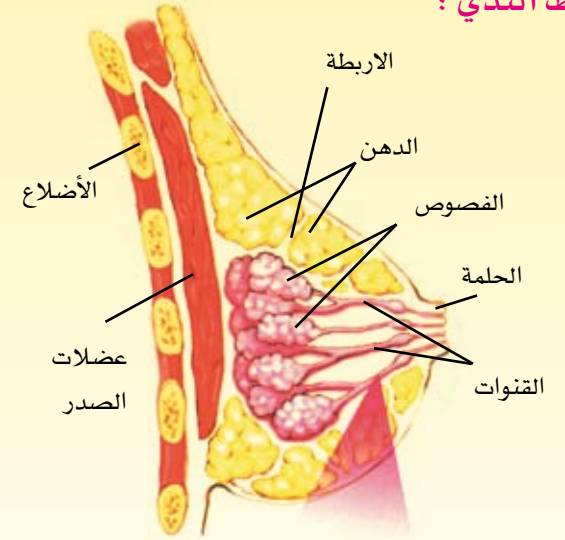


الثدي

الأثداء ، المعروفة أيضاً بالغدد الثديية ، هي زوج من الأعضاء الغدية التي تنتج الحليب استجابة للتغيرات الهرمونية عند الولادة . إنها مكونة بشكل رئيسي من نسيج دهني يبدأ في أعلى الصدر ويمتد أسفلاً ودائرياً إلى الإبط . إنها مدعمة بالأربطة والعضلات الكبيرة . كل ثدي يحتوي على 15 - 20 فص مع عدد من الفصيصات والقنوات المحاطة بنسيج دهني داعم . كل فصيص له حوالي 30 قناة رئيسية مفتوحة على الحلمة . المنطقة ذات اللون الداكن حوالي الحلمة تدعى هالة الثدي . عند حافة الهالة هناك غدد كبيرة تنتج سائل لتزييت الحلمة . في كل إبط هناك حوالي 20 - 30 عقدة لمفاوية (غدد) التي تصرف السائل من الثدي . هذه تشكل جزء من الجهاز اللمفاوي الذي يساعد الجسم على محاربة المرض .

مخطط الثدي :



من الشائع أن يكون أحد الثديين أكبر من الآخر وهذا طبيعي تماماً. تشير الحملات عادةً إلى الأمام ، بالرغم من أنها تبدو مختلفة من ثدي لآخر .من الطبيعي أن تبدو إحدى الحملات أو كلاهما مقلوب للداخل وهذا قد يكون موجوداً لديك منذ الولادة أو يحدث عند نمو الثديين . الحملات لا ينمو فيها الشعر لكن بعض النساء اللاتي لديهن بعض الشعرات حول الهالة. القليل من النساء لديهن ثدي إضافي أو زوج من الأثداء تدعى بالأثداء الملحقة . عادة تكون هذا الأثداء في أسفل الإبط. بعض النساء لديهن حلمة أو حملات إضافية تكون عادة فوق البطن . لا تشكل الأثداء أو الحملات الإضافية مشكلة وليس هناك حاجة لإزالتها .

التغيرات الطبيعية وحالات الثدي الحميدة

يتغير نسيج الثدي مع زيادة العمر . حيث يفقد قوته ويزيد ارتخائه والغدد تستبدل بالشحوم . يلاحظ هذا التغير لهبوط معدلات الاستروجين وتوقف الدورة الشهرية . عندما تأخذين العلاج الهرموني البديل قد يتغير حجم الثدي . في معظم الأحيان يكون التغير طبيعياً بسبب تقدم الثدي وهرمه وتشمل هذه التغيرات الترهل ، الألم ، الكتل ومشاكل الحملات، جميع هذه التغيرات مرتبطة باختلاف في مستويات الهرمونات الأنثوية الإستروجين والبروجسترون . قد تذهب هذه التغيرات إلى ما فوق الحد الطبيعي وقد تشخص على أنها حالات ثدي حميدة . مثل الألم الشديد قد يتطلب هذه للعلاج.

كوني واعية لثديك

إن الوعي للثدي جزء هام من الإعتناء بجسمك . كونك واعية لثديك يعني أنك على وشك أن تصبجي متألفة مع أذناك والطريقة التي يتغيران فيها خلال حياتك . إنه يعني معرفة كيف يبدو الثدي وإن تشعرين به بشكل طبيعي وتشعرين بالثقة تجاه أي تغير تلاحظينه من شأنه أن يكون غير طبيعي .

قومي بإجراء الفحص الذاتي شهريا ، وفي نفس الوقت من كل شهر بإمكانك الرجوع إلى النشرة الخاصة بالفحص الذاتي لتعلمي كيفية إجراؤه .

ما هي التغيرات التي علي أن أكون واعية لها ؟

عليك أن تكوني واعية لأي تغيرات جديدة ومختلفة بالنسبة لك مثل :

- التغير في الحجم - قد يصبح أحد الثديين أكبر أو أخفض بشكل ملحوظ .
- انقلاب الحلمة أو تغير مكانها أو شكلها .
- طفح جلدي حول أو على الحلمة .
- إفرازات من إحدى الحملات أو كليهما .
- تجاعيد أو غمازات في الجلد .
- تضخم تحت الإبط أو حول عظمة الترقوة (حيث توجد العقد اللمفاوية) .
- كتلة أو سماكة في الثدي تشعرين بأنها مختلفة عن بقية نسيج الثدي .
- ألم مستمر في احد أجزاء الثدي أو في الإبط.

الوعي تجاه الثدي - نظام 5 نقاط

- ١ - اعلمي ما هو طبيعي لك .
- ٢ - تعريفي على التغيرات التي عليك النظر إليها وتحسيسها .
- ٢ - انظري واشعري .
- ٤ - انقلي أي تغيرات للطبيب العام دون تأخير .
- ٥ - احضري جلسات تصوير الثدي الروتينية إن كنت في سن 40 فما فوق.

ما الذي علي فعله إن وجدت أي تغير ؟

ستعرفين أكثر من أي شخص آخر كيف يبدو الثدي بشكل طبيعي لذا إذا لاحظتي تغيراً راجعي الطبيب العام . لا تقلقي وتعتقدي أنك تسببين انزعاجاً لا مبرر له ، وتذكري أن معظم تغيرات الثدي لن تكون سرطانياً ، غالبية التغيرات تكون طبيعية أو حالات ثدي حميدة ، حتى إذا كنت أحياناً تحتاج للمعالجة أو المتابعة .

عندما يفحص الطبيب أذناك قد يؤكد لك مرة أخرى أنه لا يوجد أي شيء يدعو للقلق .(إذا كان يعتقد أن التغير متعلق بهرموناتك، فسوف

يطلب منك العودة للعبادة في وقت آخر من دورتك الشهرية). بدلاً من ذلك ، قد يقرر الطبيب إرسالك لعيادة مختصة بالثدي للمزيد من الفحوصات المفصلة .

التصوير من أجل سرطان الثدي

ثمانين بالمئة من حالات سرطان الثدي تحدث للنساء بسن الخمسين وتستمر هذه الخطورة بالزيادة مع تقدم السن . المهم تذكر انك لا زلت بحاجة لتصبجي واعية تجاه الثدي . ويجب أن تقلي أي تغيرات إلى الطبيب العام دون تأخير.

ينصح بالفحص الدوري عن طريق عمل أشعة الثدي(الماموجرام) سنويا ما بعد الأربعين .

عدد قليل من النساء سوف يطلب منهن العودة لفحوصات إضافية بعد تصوير الثدي الروتيني . هذا لا يعني بالضرورة أنك مصابة بسرطان الثدي وقد يكون ذلك بسبب أن تصوير الثدي غير واضح أو أنه قد أظهر شيئاً ما يحتاج للمزيد من الفحوصات .

لا جلك سيداتني

الوعي تجاه الثدي



الكشف المبكر ينقذ الحياة

استئصال نسيج داخلي وفحصه مجهرياً Core biopsy

تستعمل إبرة أكبر حجماً للحصول على عينة من النسيج بعد اعطائك تخدير موضعي في المنطقة المطلوبة أولاً . يأخذ الأخصائي عدة عينات في نفس الوقت . ويتم إرسال عينات النسيج إلى المختبر ليتم فحصها تحت المجهر أو الميكروسكوب للتشخيص . بمجرد انتهاء مفعول التخدير قد تشعرين بألم في ثدييك . ويمكنك أخذ مسكنات للألم .

أشعة الثدي (الماموجرام)

أشعة الثدي هي أشعة سينية على الثدي breast x-ray . سوف تطلب منك اختصاصية الأشعة (خبيرة في أخذ صور بالأشعة للثديين) بخلع ملابسك حتى الوسط والوقوف أمام جهاز أشعة الثدي . ثم تقوم الاختصاصية بسند كل ثدي بدوره بين لוחي الأشعة السينية حتى يكون الثدي منضغطاً ومسطحاً . ويتم أخذ صورتين لكل ثدي حتى يمكن مشاهدتهما من زاويتين مختلفتين . قد تجد بعض السيدات أن هذا الأمر غير مريح أو ربما مؤلماً ولكنه يستغرق ثواني معدودة فقط . يتم فحص الثدي بالأشعة للسيدات فوق عمر 35 سنة فقط لأن نسيج الثدي لدى السيدات الأصغر سناً يكون كثيفاً بعدد أكثر من الغدد مما يمنع إعطاء صورة جيدة . وكلما ازداد عمر السيدة تقل كثافة وعدد الغدد وتزيد الشحوم فيصبح اختراق الأشعة لنسيج الثدي أكثر سهولة وهذا يعطي صورة جيدة .

الرسم المقطعي للثدي بالأموح الفوق صوتية (السونار)

يتم استخدام موجات صوتية ذات تردد عالي لإنتاج صورة للثدي . وسوف تطالبن بخلع ملابسك حتى الوسط ثم الاستلقاء على سرير وذراعيك فوق رأسك . وسوف يتم دهان بعض الهلام على الثدي ثم يتم تحريك مجس الفحص حول الثدي وهذا هو نفس الأسلوب المستخدم لمشاهدة الجنين في رحم الأم أثناء فترة الحمل .

فحص الخلايا بالشفط بإبرة رفيعة (FNAC)

يتم فحص الخلايا بالشفط بإبرة رفيعة ويتم مسح الخلايا على شريحة زجاجية ، ثم يتم إرسال العينة إلى المختبر حيث يتم فحصها تحت الميكروسكوب . يستخدم الأخصائي النتيجة لمساعدته في اتخاذ قراره لعمل أي اختبارات أخرى أو علاج آخر مطلوباً .

الإحالة إلى عيادة الثدي

ما هو المتوقع ؟

سوف يسألك الطبيب / الممرضة بضعة أسئلة عن الأعراض التي لديك . وربما يطلبون منك تعبئة استمارة استبيان قصيرة بأسئلة عن تاريخك الصحي وتاريخ أفراد الذين عانوا من مشاكل الثدي وعن أي أدوية تتناولينها .

ثم يتبع ذلك فحص الثدي . حيث يقوم الطبيب / الممرضة بفحص ثديك وأنت جالسة وكذلك وأنت مستلقية . وبعد فحص الثديين ، سوف يقوم الطبيب / الممرضة عادة بفحص الغدد الليمفاوية في منطقة الإبط .

قد تحتاجين عندئذ إلى عمل مزيد من الإختبارات . وعادة ما تشمل هذه الاختبارات:

1- أشعة الثدي (ماموجرام)

2- فحص بالأموح الفوق صوتية (السونار)

Ultrasound scan

3- فحص الخلايا بالشفط بإبرة رفيعة (FNAC)

(Fine Needle Aspiration Cytology)

4- استئصال نسيج داخلي وفحصه مجهرياً (وسوف تعرفين المزيد من المعلومات عن هذه الاختبارات بعد قليل) .

وإن فحص الثدي بالتصوير (أشعة الثدي ماموجرام / الفحص بالأموح الفوق صوتية) واستئصال النسيج الداخلي وفحصه مجهرياً (الحصول على خلايا بالشفط بإبرة رفيعة FNAC أو عينة النسيج الداخلي) تعرف هذه مجتمعة بالتقييم الثلاثي .

© Breast Cancer Care