

الحملة الوطنية  
للتوعية ضد سرطان الثدي  
٢٠١٥

ما بتنسى شي  
بس معقول تنسى الصورة الشعاعيّة  
ذكّرنا مرّة بالسنة

LEB-MED2020-09/15 This material was printed by Roche.

09-915207/917260 09-642785 09-636735/643552 09-830031	مركز جوني للتصوير على الأشعة وتشخيص الرادار سنتر سانت تريز مختبر فيفدال الطبي مختبر الدكتور إيلي طالب	كسروان
08-377731 08-330024 08-335720 08-373512 08-932310 08-513320	مؤسسة الحريري مركز بعلبك الصحي الإجتماعي مركز شمسطار الصحي (الهيئة الصحية الإسلامية) مركز النبي شيت الصحي (الهيئة الصحية الإسلامية) مركز فرج بلوق الصحي (الهيئة الصحية الإسلامية) مركز مار شربل للتشخيص الشعاعي زحلة مؤسسة الحريري الطبية مركز تعنايل الصحي الاجتماعي	البقاع
06-392020 06-445549 / 03-541631 06-610809	مؤسسة الحريري الطبية مركز طرابلس الصحي الاجتماعي مركز التصوير الشعاعي الطبي مركز محمد الجسر للأشعة	الشمال
07-753505 07-760152 07-470097/470109 07-506777/07506444 07-740070 07-343860/1	مؤسسة الحريري الطبية مركز عين الحلوة الصحي الاجتماعي مركز الجنوب الطبي النبطية (الهيئة الصحية الإسلامية) مركز العناية الطبي الاجتماعي عين إبل الكيان (مركز مصيلح) مركز الصليب الاحمر البازورية مركز الجنوب للتشخيص الطبي (سيما)	الجنوب

01-566222 01-360260 01-660894/663898 01-736086/8/9 01-291003 01-499767 01-472180	مركز السان مارك الطبي مركز الأطباء للأشعة مؤسسة مخزومي مركز الظريف الطبي المركز اللبناني الكندي مركز كاريتاس المركز التحاليل الطبية مؤسسة الحريري الطبية مركز طريق الجديدة الصحي الاجتماعي مركز دار الحوراء (الهيئة الصحية الإسلامية) مركز آيا	بيروت
--	--	-------

01-273029 01-374100/1/2 01-544146/03-964780 01-454005/454006 01-550133 01-817182 01-275820 01-647475/03-898067	المركز اللبناني الفرنسي للأشعة وأمراض الثدي- حارة حريك الجمعية اللبنانية لرعاية المعوقين مركز جنى للتصوير الشعاعي الكيان (مركز بيروت) مركز التأخي الطبية مركز الصليب الاحمر المصيطبة مركز مدكس الطبي مركز حلاق الطبي للتصوير الشعاعي	الجنوب
---	--	--------

01-248575 01-898384 05-550606 04-911179 01-885222 01-241222 05-530960 05-814472 01-248575 05-470986/05-470987	المركز الطبي للتصوير الشعاعي بعيدا مختبر سان جورج الطبي لجنة الأمهات في لبنان / عاليه سنتر تست أند كير مركز السان مارك الطبي - برج حمود مركز السان مارك الطبي - الزلقة مركز حمانا الصحي مركز إيفا المركز الطبي الدورة مركز الاشعة التابع للمركز الصحي الجامعي كلية الصحة - الجامعة اللبنانية	الجنوب
--	--	--------

05-802549 05-502992	مؤسسة الحريري الطبية مركز عرمون الصحي الاجتماعي مركز التشخيصي الطبي	الجنوب
------------------------	--	--------

المراكز الطبية الخاصة

06-691103/690000 06-950150/530 06-411111/2/3 06-210181/210179/210186/205879 06-410025 06-431400 06-200527/200526-03-594900 06-461444/461555/461666 06-430250/625796 06-351670/1/2/3/4/5/6/7 06-660755/6 06-555230/555249 06-930981/2/3/4/5/06-930987 06-625180	مستشفى عكار - رجال مستشفى البرجي مستشفى البير هيكل مستشفى الإسلامي الخيري مستشفى المظلوم مستشفى النبي مستشفى العنان الخيري مستشفى الخير مستشفى شاهين مستشفى سيدة السلام الراهبات الانطونيات مستشفى سيدة زغرتا مستشفى مركز الشمال الإستشفائي مستشفى الكورة مستشفى السلام طرابلس	الشمال
---	---	--------

07-443202/443201/443200 07-725181/724088/723244/723400 07-762542/760455 07-721021/07-723888 07-740343/740198/280580 07-721375/724555/723333/724900/722555 07-741595 / 344423 07-343700 07-442224/443344 07-450100/2/3	مستشفى علاء الدين مستشفى دلاعة مستشفى غندور مستشفى حمود مستشفى جبل عامل مستشفى الجنوب - شعيب مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم) مستشفى حيرام مستشفى خروي العام مستشفى الشهيد صلاح غندور بنت جبيل	الجنوب
--	---	--------

الجنوب

الجنوب

01-366131/366130/369495/369494 01-474716/8/9 01-821671/851773/853407/8/9/10 01-328800	مستشفى طراد والمركز الطبي (فقط يوم السبت) مستشفى البرج مستشفى الزهراء مستشفى رزق	كسروان
--	---	--------

04-716000 / 718000 04-712111 01-897300/1/2/3/4 01-511488/9/511490/1 05-457112/3/4/5/453500 01-451100/953444 01 682 666	مستشفى أبو جودة مستشفى مركز الشرق الأوسط الصحي مستشفى هارون مستشفى اللبناني الكندي مستشفى قلب يسوع مستشفى سان شارل مستشفى و مركز بلفيو الطبي-المنصورية (Digital Mammography)	الجنوب
--	--	--------

01-546200/1 01-544000/545000/03-544000 01-501500/ 01-501150	مستشفى الحياة مستشفى بهمن مستشفى المشرق	الجنوب
---	---	--------

05-509001/504000/03-319961 05-300882 05-270970	مستشفى عين وزين مستشفى مركز بعقلين الطبي مستشفى بشامون التخصصي	الجنوب
--	--	--------

09-644644/09-639040/3/5 09-540017 09-944255 / 09-541700 09-234201/2 / 234202 09-933334 09-850554	مستشفى سيدة لبنان مستشفى سيدة مارتين مستشفى سيدة المعونات مستشفى سان جورج -عجلتون مستشفى سان لويس مستشفى كسروان الطبي	كسروان / جبيل
---	--	---------------

08-340621/2/3/4 08-660101/102 08-807782/3/4/5/802172 08-371903 / 08-370799 08-901300/1/2/3/4/5/6 08-543150/1/2/3/4 / 03-979792 08-807000/1/2 / 08-811180/1/2 08-635740 08-544022 08-810121 / 810127/2/3 08-200118 08-912444 08-635566	مستشفى دار الأمل الجامعي مستشفى الدكتور حامد فرحات مستشفى تل شيجا مستشفى الططري مستشفى رياق مستشفى البقاع مستشفى خوري العام مستشفى البقاع الغربي (الهيئة الصحية الإسلامية) مستشفى شتورة مستشفى اللبناني الفرنسي مستشفى البتول - الهرمل (الهيئة الصحية الإسلامية) مستشفى ثمين مركز سحمر الصحي (الهيئة الصحية الإسلامية)	الجنوب
---	--	--------

## 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 83 حالة لكل 100,000 امرأة سنوياً. يشكل سرطان الثدي أكثر من ثلث الإصابات بالسرطان لدى النساء و21% من مجموع حالات السرطان في لبنان.

## العوارض التي يجب التنبّه 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
- إجمار، حكاك أو طفح جلدي
- ألم في الحلمة أو إفرازات غير مألوفة خاصة إذا كانت دموية
- إنقلاب في الحلمة، طفح عليها أو حولها

من الجدير ذكره أن هذه التغييرات قد تكون أسبابها مرتبطة بالسرطان دموية أو ناجمة عن أورام حميدة غير مؤذية. المهم هو عدم الإهمال ومراجعة الطبيب فوراً لضمان السلامة والوقاية.

## الفئات الأكثر تعرّضاً من غيرها للإصابة بسرطان الثدي

- النساء فوق سن الأربعين
- النساء قبل سن الخامسة والثلاثين اللواتي ينتمين إلى عائلات لها تاريخ إصابة بسرطان 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 عن سرطان الثدي

### الخطوة الأولى: الفحص الذاتي للثدي

على المرأة أن تجري الفحص الذاتي للثدي إبتداءً من سن العشرين وذلك مرة على الأقل في الشهر. يجري هذا الفحص بعد إنتهاء الدورة الشهرية بثلاثة لخمسة أيام.

#### كيفية إجراء الفحص الذاتي:

#### الوقوف أمام المرآة:

- 1- إضغطي يديك على وركيك
- قفي مستقيمة مقابل المرآة واليدين حول الأوراك. تأكدي من عدم وجود أي تغييرات في لون أو شكل الثديين أو الحلمتين
- تأكدي من عدم وجود أي تورّم أو تجويف. إن الفرق البسيط في الحجم بين الثديين أمر طبيعي. غير مقلق

#### 2- ضعي يديك خلف رأسك

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

#### 3- إنحني واضغطي يديك على وركيك

- ضعي يديك بحزم على خصرك وانحني بخفة أمام المرآة ومدّي كتفيك وكوعك للأمام
- تحققي من أي تغيّرات حوالى ثدييك

#### الإستلقاء وتحسس الثديين

- إستلقي على ظهرك، ضعي وسادة تحت كتفك الأيمن. اطوي كوعك الأيمن وضعي يدك اليمنى خلف رأسك
- بواسطة أصابع اليد اليسرى تحسّسي الثدي الأيمن برفق بحركات مستديرة وتأكدي من عدم وجود أي ورم أو كتلة وصولاً إلى تحت الإبط. كرري العملية في الجهة اليسرى باستعمال اليد اليمنى

## 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، ومرة كل سنة للنساء في سن الأربعين وما فوق.

## الخطوة الثالثة: الصورة الشعاعية للثدي أو ما يعرف بالماموغرام

#### ما هو الفحص الشعاعي للثدي؟

يعتبر الفحص الشعاعي للثدي من أهم الطرق التي يمكن من خلالها التعرّف على سرطان الثدي قبل الشعور به جسدياً. إن هذا الفحص هو عبارة عن تصوير الثدي بأشعة قادرة 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 تشكّل 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 90% من الحالات. يصوّر كل ثدي في اتجاهين كما هو متبع في حملات الكشف المبكر عن سرطان الثدي عالمياً. إن التعاون مع أخصائي التصوير مهم جداً، لذلك يمكن 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. تتزايد نسبة إحتمال الإصابة بسرطان الثدي مع التقدم في السن. لذلك ننصحك بعدم التردد بإجراء هذه الصورة حتى بعد سن الستين عاماً. وينصح بإجراء صورة (الماموغرام) في سن مبكر (قبل الأربعين) إذا تمّ تشخيص إصابات بسرطان الثدي عند المقرّبات من أفراد العائلة (الوالدة، الخالة، الجدة، الأخوات). يجب إعادة اجراء الفحص سنوياً للنساء فوق سن الأربعين حتى إذا كانت النتائج جيدة.

#### كيف يجب أن تستعدي لإجراء التصوير الشعاعي؟

يجب التأكد أولاً بأنك لست حاملاً (الرجاء مراجعة الطبيب إذا لم تكوني متأكّدة). يجب الإمتناع عن وضع أية مساحيق وعلطور ودهون أو مزيل الرائحة على الصدر وتحت الإبط قبل التصوير.

#### ماذا يحدث لو افترضنا ظهور كتلة غير مألوفة في صورة الثدي؟

معظم الأورام هي حميدة في 80% من الحالات. لرفع الشك في أية كتلة غير مألوفة، يجب آنذاك مراجعة الطبيب لإجراء الفحوصات التكميلية لوضع تشخيص نهائي.

#### هل من حاجة الى اجراء الصورة الصوتية للثدي؟

لا حاجة لإجراء الصورة الصوتية قبل / او مع الصورة الشعاعية.

ويجب على الطبيب طلب الصورة الصوتية فقط بعدالحصول على نتائج الصورة الشعاعية ومراجعة نتائجها.

## المستشفيات الحكوميّة

مستشفى الكرنيتينا  
مستشفى رفيق الحريري الجامعي  
01-442108/10  
01-830000

مستشفى البوار فتوح كسروان الحكومي  
مستشفى ظهر الباشق  
مستشفى بعبد الحكومي  
09-440440/445252/445353  
04-872147 / 872150  
05-920755/040/1

مستشفى صور الحكومي  
مستشفى مرجعيون الحكومي  
مستشفى صيدا الحكومي  
مستشفى سبلين الحكومي  
مستشفى ميس الجبل الحكومي  
مستشفى بنت جبيل الحكومي  
مستشفى حاصبيا الحكومي  
مستشفى الرئيس نبيه بزّي الجامعي الحكومي  
مستشفى تبين الحكومي  
07-740293/343640  
07-830066/7  
07-721606/751329/722130  
07-971725  
07-866104  
07-550420/30  
07-550420/000  
07-766717/766777/766888  
07-325526/28

مستشفى طرابلس الحكومي  
مستشفى سير الضنية الحكومي  
مستشفى بشري الحكومي  
مستشفى تنورين الحكومي  
مستشفى إهدن الحكومي  
06-385300  
06-491911/2/3/5  
06-671357  
06-520555/862/3/5-520450/51  
06-561702/561701

مستشفى بعلبك الحكومي  
مستشفى الهرمل الحكومي  
مستشفى راشيا الحكومي  
مستشفى الرئيس الياس الهراوي الحكومي - زحلة  
08-370885/1  
08-225310/2/3  
08-591503/5  
08-825600

## المستشفيات الخاصة

مستشفى حداد راهبات الوردية  
مستشفى اللبناني الجعيتاوي  
مستشفى القديس جاورجيوس  
مستشفى العناية بالألم والطفل  
مستشفى الرسول الأعظم  
مستشفى الساحل  
01- 581140/1/2/3/ 01-447980/1  
01-577177/277/377/477  
1287  
01-788770/795589/788768  
01-452700/456456  
01-858333

## على صحّة السلامة الصورة الشعاعية مرّة كلّ سنة إبتداءً من سنّ الأربعين.

تستمرّ الحملة من 1 تشرين الأول وحتى نهاية العام في:

#### المستشفيات الحكوميّة:

- الصورة الشعاعية مجاناً  
- الصورة الصوتية للثدي بكلفة 30 ألف ل.ل. (بناءً على طلب الطبيب)

#### المستشفيات الخاصة والمراكز الطبية المعتمدة:

- الصورة الشعاعية بكلفة 40 ألف ل.ل.  
- الصورة الصوتية للثدي بكلفة 40 ألف ل.ل. (بناءً على طلب الطبيب)

للإستفسار أو الشكاوى  
1214



BreastCancerLebanon