

سرطان الثدي

Breast Cancer

Cancer cells are abnormal cells. Cancer cells grow and divide more quickly than healthy cells. Some cancer cells may form growths called tumors. All tumors increase in size, but some tumors grow quickly, others slowly. Cancer cells can spread to other parts of the body through the blood and lymph systems. This is called metastasis.

Breast cancer is when cancer starts in the breast. Breast cancer can be found by mammogram, by a woman feeling a lump or by a doctor's exam. To find breast cancer, it is important to:

- Do monthly self breast exams.
- Have a yearly exam by your doctor if you are over 40. These are done less often for younger women.
- Have a mammogram each year after age 40.

Breast Tissue

A woman's breasts may feel more firm and lumpy before menopause. A woman has less estrogen after menopause, so the breasts feel much softer and less lumpy.

The firm, lumpy tissue can hide a small lump making it hard to feel. By checking your breasts each month, you become familiar with your breast tissue and notice changes. Small lumps can also be found by a mammogram or by a doctor during your exam. Some lumps are so small that only a mammogram can find them.

الخلايا السرطانية هي خلايا غير طبيعية. كما أن الخلايا السرطانية تنمو وتنقسم أسرع من الخلايا الصحية. وقد تُشكل بعض الخلايا السرطانية نموًا يسمى الورم. جميع الأورام يزداد حجمها، لكن بعض الأورام تزداد بشكل سريع، والبعض الآخر يزداد بشكل بطيء. يمكن أن تنتشر الخلايا السرطانية إلى أجزاء أخرى من الجسم عبر الدم والنظم الليمفاوية. وهذا يطلق عليه النقيلة.

سرطان الثدي هو ذلك الذي يبدأ من الثدي. ويمكن اكتشاف سرطان الثدي من خلال أشعة الثدي أو شعور المرأة بورم أو من خلال فحص الطبيب. لاكتشاف سرطان الثدي، من المهم:

- إجراء فحوصات ذاتية للثدي شهريًا.
- إجراء فحص سنوي من قبل طبيبك إذا كان عمرك يزيد عن 40 سنة. ويقبل إجراء هذه الفحوصات بالنسبة للنساء الأصغر سنًا.
- احرص على إجراء أشعة للثدي (ماموغرام) سنويًا بعد سن الأربعين.

نسيج الثدي

قد يكون الثدي للمرأة أكثر تصلبًا وتكتلًا قبل انقطاع الطمث، حيث يقل هرمون الإستروجين بعد انقطاع الطمث، لذا يكون الثدي أكثر ليونة وأقل تكتلًا بكثير.

ويمكن أن تُخفي الأنسجة الثابتة والصلبة ورماً صغيراً يجعل من الصعب الشعور به. ومن خلال فحص الثدي شهريًا، تصبحين على معرفة بأنسجة الثدي وتلاحظين التغيرات. يمكن اكتشاف الأورام الصغيرة أيضًا من خلال أشعة الثدي أو من خلال طبيب أثناء الفحص. تكون بعض الأورام متناهية الصغر بحيث لا يمكن اكتشافها إلا من خلال أشعة الثدي.

Tests

If a lump is found, a mammogram or ultrasound will be done. A biopsy is often done to check if the lump is cancer and if so, what type. A biopsy is a procedure to remove tiny pieces of tissue. The samples are then checked by a doctor. If the biopsy finds cancer, more tests may be done to see if the cancer has spread to other parts of your body.

Types of Treatment

Based on your biopsy results and the type of cancer, you and your doctor will decide the best treatment for your breast cancer. Here are the treatments that may be done:

Surgery

Surgery is done to remove as much of the cancer as possible. Either the whole breast is removed, called **mastectomy**, or a part of the breast is removed, called **lumpectomy**. With either surgery, lymph nodes under the arm are checked for cancer. You and your doctor may also talk about **reconstruction surgery**. This surgery is done to create the look of a normal breast.

You may still need to have more treatment. Having a mastectomy or lumpectomy does not guarantee that the breast cancer is gone from the entire body. Small cancer cells that are too small to detect may remain in the body.

Radiation Therapy

When a lumpectomy is done, it is often followed by **radiation therapy**. Radiation therapy is done to treat the entire breast. Radiation therapy often begins 4 to 6 weeks after surgery.

الاختبارات

في حالة اكتشاف ورم، سيتم استخدام أشعة الثدي أو الموجات فوق الصوتية. وغالبًا ما يتم أخذ عينة نسيجية للتحقق مما إذا كان هذا الورم سرطانيًا أم لا، وتحديد نوعه إذا كان كذلك. وأخذ العينة النسيجية هو إجراء لاستئصال أجزاء صغيرة من الأنسجة. يتم بعد ذلك فحص العينات من قبل طبيب. وإذا أظهرت العينة النسيجية وجود سرطان، فقد يتم إجراء مزيد من الاختبارات لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر إلى أجزاء أخرى من جسمك.

أنواع العلاج

وفقًا لنتائج العينة النسيجية ونوع السرطان، سوف تقرر أنت وطبيبك أفضل علاج لسرطان الثدي الذي تعاني منه. فيما يلي العلاجات التي يمكن القيام بها:

الجراحة

يتم إجراء الجراحة لإزالة أكبر قدر مستطاع من السرطان. تتم إزالة الثدي بالكامل، فيما يطلق عليه **استئصال الثدي**، أو تتم إزالة جزء منه، فيما يطلق عليه **استئصال الكتلة (الورمية)**. ومع كلا النوعين من الجراحة، يتم التحقق من العقد الليمفاوية أسفل الذراع لمعرفة ما إذا كان السرطان قد انتشر إليها أم لا. قد تتحدثين أنت وطبيبك أيضًا حول إجراء **جراحة استثنائية**. ويتم إجراء هذه الجراحة لإعطاء مظهر الثدي الطبيعي.

وقد تكونين لا زلت بحاجة إلى مزيد من العلاج. لا يضمن استئصال الثدي أو استئصال الكتلة الورمية أن سرطان الثدي قد اختفى من الجسم بالكامل. فقد تبقى خلايا سرطانية في الجسم تكون متناهية الصغر بحيث لا يمكن اكتشافها.

العلاج الإشعاعي

عند استئصال الكتلة الورمية، غالبًا ما يتبعها **علاج إشعاعي**. ويتم إجراء العلاج الإشعاعي لمعالجة الثدي بالكامل. غالبًا ما يبدأ العلاج الإشعاعي من 4 إلى 6 أسابيع بعد الجراحة.

Hormone Therapy and Chemotherapy

Treatment may be needed to target cancer cells that may be remaining in the body. It may be done before surgery to shrink a tumor or after surgery to kill cancer cells that may have spread or that remain in the body.

- **Hormone therapy** is medicine in pill form taken to work against estrogen in the body. The most common side effect is signs of menopause.
- **Chemotherapy** is medicine given as a pill or in an IV (intravenous) tube in a vein. The medicine kills cancer cells. Common side effects include feeling tired, hair loss and nausea. These side effects are often temporary.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

العلاج الهرموني والعلاج الكيماوي

قد يكون العلاج مطلوبًا لاستهداف الخلايا السرطانية التي ربما تكون متبقية في الجسم. وربما يتم القيام به قبل الجراحة لتقليص الورم أو بعد الجراحة لقتل الخلايا السرطانية التي ربما تكون قد انتشرت أو تكون متبقية في الجسم.

- **العلاج الهرموني** هو دواء في شكل أقراص يتم تناوله للعمل بشكل مضاد للإستروجين في الجسم. والتأثير الجانبي الأكثر شيوعًا هو ظهور أعراض انقطاع الطمث.
- **العلاج الكيماوي** هو الدواء الذي يتم إعطاؤه في شكل أقراص أو من خلال أنبوب وريدي (IV) يوضع في الوريد. وهذا الدواء يقتل الخلايا السرطانية. وتشمل التأثيرات الجانبية الشائعة الشعور بالإرهاق وفقدان الشعر والغثيان. وغالبًا ما تكون هذه التأثيرات الجانبية مؤقتة.

تحدثي إلى الطبيب أو الممرضة إذا ما كانت لديك أي أسئلة أو مشكلات.