أكتوبر الوردي الشهر العالمي للتوعية حول سرطان الثدي

تقوم حول العالم حملة في أكتوبر من كل عام ومنذ عام 2006 ويعم اللون الوردي والشريط الوردي المواقع وصفحات التواصل الاجتماعي وحتى الشوارع، تقام العديد من الفعاليات والمبادرات، والهدف؟ نشر الوعي حول أكثر أنواع السرطانات شيوعاً لدى السيدات وهو **سرطان الثدي**، لزيادة ثقافة النساء خصوصاً والمجتمع عموماً بخطر سرطان الثدي وأهمية الفحص الدوري والكشف المبكر في الحد من أخطار المرض.

صورة الشريط الوردي

سرطان الثدي

يحدث سرطان الثدي عندما تنمو خلايا غير طبيعية في نسيجه، وتبدأ بالتكاثر بشكل غير طبيعي ويُعد من أكثر السرطانات انتشاراً عند النساء، على الرغم من أنه قد يصيب الرجال أيضاً، وفي المراحل المتقدمة ينتشر الورم إلى أجزاء أخرى من الثدي أو ينتقل إلى مناطق أخرى في الجسم إذا لم يحدث كشف مبكر وتدخل طبي في المراحل الأولى.

شُخصت إصابة 2.3 مليون امرأة بسرطان الثدي عام2020 ، وسُجلت 685 000 حالة وفاة بسببه على مستوى العالم، وفي نهاية عام2020 ، كان هناك 7.8 مليون امرأة على قيد الحياة تم تشخيص إصابتهن بسرطان الثدي في السنوات الخمس الماضية، مما يجعله أكثر أنواع السرطان انتشاراً في العالم

لا تظهر أي أعراض للأسف على معظم الناس عند إصابتهم حديثاً لكن لسرطان الثدي العديد من الأعراض، وفي المراحل المتقدمة تصبح أكثر وضوحاً وتشمل:

- كتلة في الثدي أو سماكة، دون ألم في كثير من الأحيان.
- تغير حجم الثدي أو شكله.
- احمرار في الجلد.
- تغيير في مظهر الحلمة أو تغيير في الجلد المحيط بالحلمة.
- سائل غير طبيعي أو دموي من الحلمة.

صورة الاعراض

أنشأت **منظمة بنفسج** مشفى الأمل للنساء والأطفال في مدينة اعزاز عام 2016 لدعم القطاع الصحي بهدف وصول إلى خدمات الطبية إلى شريحة أكبر من المجتمع، حيث يستقبل المشفى الحالات عبر 3 أجنحة أساسية، في حين يصل عدد المستفيدين إلى أكثر من 2000 حالة أسبوعياً من نساء وأطفال.

يتم الفحص السريري كخطوة أولى في **مشفى الأمل** للكشف عن سرطان الثدي وإذا شعرت الطبيبة أن المريضة قد تكون مصابة بالمرض تحيلها للعيادات المتخصصة الأخرى للقيام بالفحص بأشعة الماموغرام.

عوامل ترفع احتمال الإصابة بسرطان الثدي

تزيد عوامل معينة خطر الإصابة بسرطان الثدي:

- السمنة.
- العمر.
- وتعاطي الكحول على نحو ضار.
- وجود سوابق إصابة بسرطان الثدي في الأسرة.
- وسوابق تعرض للإشعاع.
- سجل الصحة الإنجابية (مثل العمر عند بداية الدورة الشهرية وعند الحمل الأول).
- تعاطي التبغ.
- العلاج الهرموني التالي لانقطاع الطمث.
- الطفرات الجينية.

ومع ذلك نصف حالات سرطان الثدي تقريباً تصيب نساءً **ليس** لديهن عوامل خطر محددة للإصابة بسرطان الثدي بخلاف الجنس (أنثى) والعمر (أكثر من 40 عاماً).

للوقاية ننصحكِ بـ:

- تجنب الكحول.
- ارضاع أطفالك طبيعياً ما استطعت.
- تناول الطعام الصحي.
- الحفاظ على وزن ضمن الحدود الطبيعية.
- الحفاظ على ممارسة الرياضة ثلاث مرات اسبوعياً على الأقل.
- القيام بالفحص الدوري إذا كنت متجاوزة الأربعين سنة.
- معرفة تاريخ عائلتك الطبي لأن وجود تاريخ إصابة بالمرض قد يزيد من احتمالية خطر إصابتك بسرطان الثدي وهذا سيتطلب إجراء المزيد من الاختبارات الجينية وبدء الفحوصات في سن مبكرة.

لا تقلقي

معظم كتل الثدي ليست سرطانية، ومن المرجح أن تُعالج كتل الثدي السرطانية بنجاح عندما تكون صغيرة وقبل أن تنتشر إلى الغدد الليمفاوية المجاورة.

الفحص الدوري والكشف المبكر يرفع احتمالية نجاتك بنسبة **95%**، ويخفض معدل الوفيات بنسبة قد تصل إلى **30%**, حتى ان علاجات سرطان الثدي أكثر فعالية ويمكن تحملها بشكل أفضل عند البدء بها مبكراً.
جهاز تصوير الأنسجة الشعاعي الماموغرام أصبحت متوفر في معظم المستشفيات والمراكز الصحية بتكلفة معقولة.
منظمة بنفسج تقدم مبلغ وقدره 30 دولار أمريكي لمرة واحدة للعاملات في مدارس الشمال السوري ضمن حملة دعم التعليم لتغطية تكاليف الفحص الثدي.

وختاماً لا تستهيني بأي اشارة تلاحظينها أو تغيير يطرأ على جسمك وسارعي بإجراء الفحوصات اللازمة فأنت أهم مما تظنين بكثير لعائلتك وللكثيرين.

المصدر: https://www.who.int/ar