



دليل حملة

#النتيجة-خير

ما هو الكشف المبكر؟

هو اكتشاف وتشخيص الورم مبكرا قبل ظهور الأعراض

طيب متى أبدأ بالكشف المبكر عن سرطان الثدي؟

الالتزام بالكشف المبكر مرة كل سنتين أو حسب توصية الطبيب باستخدام جهاز الماموجرام

من عمر 40 سنة وأكبر

الاهتمام بصحة الثدي عندنا، والحرص على الانتباه لأي أعراض أو علامات لكن يوجد بعض الحالات تكون معرضة لخطر الإصابة بسرطان الثدي بنسبة أكبر وقد يتم البدء بالفحص

أقل من 40 سنة

في هذا العمر

- في حال تعرض منطقة الصدر للعلاج الإشعاعي بعمر صغير
- في حال وجود استعداد وراثي
- في حال وجود تاريخ عائلي لسرطان الثدي أو المبيض

ما المقصود بالتاريخ العائلي؟

- حالة واحدة أو أكثر لسرطان الثدي بعمر 45 سنة أو أقل عند الأقارب من الدرجة الأولى (الأم، الأخت، البنت)
- حالة واحدة أو أكثر لسرطان المبيض عند الأقارب من الدرجة الأولى بأي عمر
- حالة واحدة أو أكثر للإصابة بسرطان الثدي والمبيض عند نفس القرينة من الدرجة الأولى أو الثانية

طيب إيش أسوي في حال عندي تاريخ عائلي بالإصابة بسرطان الثدي أو المبيض؟

- أبدأي الكشف المبكر بالمماموجرام قبل 10 سنوات من عمر القريب المصاب من الدرجة الأولى ولكن ليس قبل عمر 30 سنة
- نذكرك أن التاريخ المرضي من جهة الأب يؤثر بنفس تأثير جهة الأم

بادر الآن واحجز موعد للكشف المبكر وكن الداعم الأول لمن حولك مهما كانت النتيجة، لأن دائماً

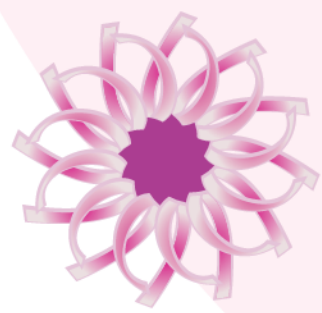
#النتيجة - خير



شريك رئيسي



برنامج المسؤولية الاجتماعية
من روشن



جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION



التحالف السعودي لجمعيات السرطان
Saudi Alliance of Cancer Associations

#النتيجة - خير

البداية



ونذكرك الكشف ما يأخذ أكثر من 20 دقيقة من وقتك

شريك رئيسي

روشن
ROSHN

إرشادات مهمة

قبل موعد الكشف بالمamogram



تجنب استخدام مزيل العرق
أو العطور في منطقة الابط
أو حول الثدي



لبس ملابس مريحة
من قطعتين حتى
يسهل خلعها



تبلغ الطبيب
أو أخصائي الأشعة عند
وجود احتمالية حمل



يفضل يكون موعد الكشف
بالمamogram خلال العشر أيام
الأولى من بداية الدورة الشهرية

ممكن يكون فيه ألم بسيط ومحتمل خلال إجراء أشعة الماموجرام، راح يختفي
بعد الانتهاء من الأشعة بإذن الله

لكن نقدر ناخذ نوع مسكن ألم مناسب قبل إجراء الكشف

شريك رئيسي

روشن
ROSHN

خائفين من الكشف ! يدنا في يدكم

بادر الآن واحجز موعد
للكشف المبكر وكن الداعم
الأول لمن حولك مهما
كانت النتيجة، لأن دائماً

#النتيجة - خير



شريك رئيسي

روشد
ROSHN

وزارة الصحة

موفرة لنا الكشف مجاناً
في المستشفيات والمراكز الحكومية،
وحتى بعض المستشفيات الخاصة
تعاونت مع جمعية زهرة

ووفرت خصومات للكشف المبكر



بادر الآن واحجز موعد للكشف المبكر وكن الداعم
الأول لمن حولك مهما كانت النتيجة، لأن دائماً

#النتيجة - خير



شريك رئيسي

روشن
ROSHN

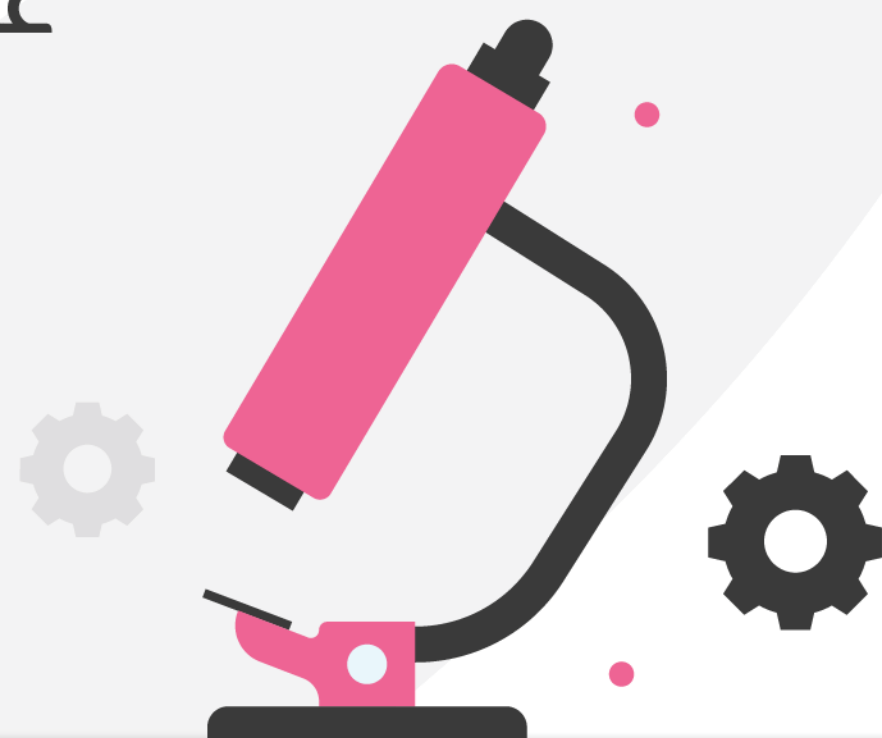


وجود **أقارب من الدرجة الاولى** مصابين بسرطان
الثدي بإمكانه زيادة احتمالية الإصابة، لكن هذا ما يعني
أن الفرد ممكن يصاب به بشكل مؤكد لأن فقط

5% - 10%

من حالات سرطان الثدي مرتبطة **بالطفرات الوراثية!**

وبالمقابل، ممكن يصاب فرد لا يوجد لديه تاريخ
عائلي بسرطان الثدي أيضا!



بس مهم نلتزم بالكشف المبكر في حال
وجود التاريخ العائلي بشكل دوري



عزيزي الرجل .. دورك مهم وأساسي!

دورك هو مقصور على المعرفة بس بل على وعيك
ودعمك دورك كداعم يبدأ هنا ..

بدعم **أمك** ..

أختك ..

زوجتك ..

بنتك ..

و تشجيعهم على الالتزام بإجراء الكشف المبكر لسرطان
الثدي لأن وعيك من وعيهم!

لازم نعرف ان مرض سرطان الثدي ممكن يصيب كلا الجنسين وما يختص بجنس او عمر معين

لكن نسبة اصابته عند الرجال أقل منها عند النساء



طيب هل الأعراض نفسها عند الجنسين
صحيح اللي هي:

1. الإحساس بكتلة في الثدي
2. إفرازات من الحلمة
3. انكماش الحلمة للداخل
4. احمرار وتقشر الجلد



طيب وش أهم عوامل الخطورة
للإصابة بسرطان الثدي عند الرجال

1. التقدم في العمر
2. التاريخ العائلي أو الوراثي
3. مستويات عالية من هرمون الاستروجين
4. التعرض السابق للعلاج الإشعاعي على منطقة الصدر
5. التدخين

عشان كذا خلك دائما واعى وملتزم بأسلوب حياة صحى للوقاية من سرطان الثدي بإذن الله ومهم إنك ما تهمل أي أعراض غير طبيعية تظهر لك

راح نشارككم طرق فتح حوار مع من يعز عليكم عشان تشجعونهم الكشف المبكر

نبدأ الموضوع بجملة تبين اهتمامنا فيهم
(مثل؛ انت غالية علي وحابه اتكلم معاك
بموضوع مهم!)

بعدها ممكن نشاركهم بمعلومة
عامة ونسألهم اذا يعرفونها؟

دائماً نحاول يكون كلامنا صادق ويلامس
مشاعرهم ؛ نقدر نشاركهم بتجربة شخصية
أو لأحد نعرفه مثل
(شفتي أم فلان ما شاء الله عليها راحت
تكشف لأنها حريصة على صحتها)

نقترح عليهم إجراء الكشف المبكر مثل:
(قد فكرتي تسوين الكشف؟)

في حالة الموافقة

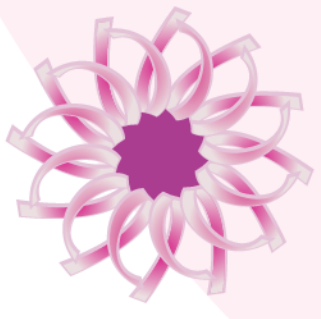
نساعدهم ، مثلاً ن حجز لهم الموعد،
أو نروح معهم للموعد

في حالة الرفض

نناقش معهم الأسباب اللي تمنعهم
من إجراء الكشف، هل هو خوف أو
معلومات خاطئة نحتاج نصحبها

ممكن بالبداية تواجهون رفض للموضوع أو عدم اهتمام، لا تكون هذه المحاولة
آخر محاولتكم وحاولوا مره ثانية بطريقة مختلفة

في حال كنتم ما تفضلون تكلمونهم بشكل مباشر، **ممكن تستخدمون الواتساب** وترسلون
لهم رسائل عن سرطان الثدي توضح أهمية الكشف ومواقع العيادات



جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION



التحالف السعودي لجمعيات السرطان
Saudi Alliance of Cancer Associations

#النتيجة-خير



تذكير!

بادروا اليوم لحجز موعد
للكشف المبكر وخلوكم
الداعم الأول لمن حولكم
مهما كانت النتيجة،
لأن دائماً

#النتيجة-خير



شريك رئيسي

روشن
ROSHN



جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION



التحالف السعودي لجمعيات السرطان
Saudi Alliance of Cancer Associations

واجهتِ خوفك وفحصتِ!!

لا تنسين غيرك شجعهم وخليك سبب
في اطمئنانهم على صحتهم مهما
كانت النتيجة، لأن دائماً ..

#النتيجة - خير



شريك رئيسي

روشن
ROSHN

توصيات تساعد في تقليل احتمالية الإصابة بسرطان الثدي - بإذن الله



إشاعات متداولة عن سرطان الثدي

لبس حمالة الصدر بشكل دائم لا يزيد من احتمالية الإصابة بسرطان الثدي



حالات الصدر تزيد من نسبة الإصابة بسرطان الثدي

الدراسات العلمية لم تثبت وجود علاقة بين استخدام مزيلات العرق والإصابة بسرطان الثدي



مزيلات العرق تزيد من نسبة الإصابة بسرطان الثدي

الضربات والصدمات على الصدر لا تسبب سرطان الثدي!



تلقي الضربات على الصدر يسبب سرطان الثدي

فحص الماموجرام ما يسبب في انتشار الورم في حال وجوده، هو فقط يكتشفه ويستخدم فيه كمية قليلة وآمنة من الأشعة



فحص الماموجرام ممكن ينشر الورم إذا كان موجود

بالعكس! تدرون ان ظهور الأعراض معناته ان سرطان الثدي مو في بدايته!



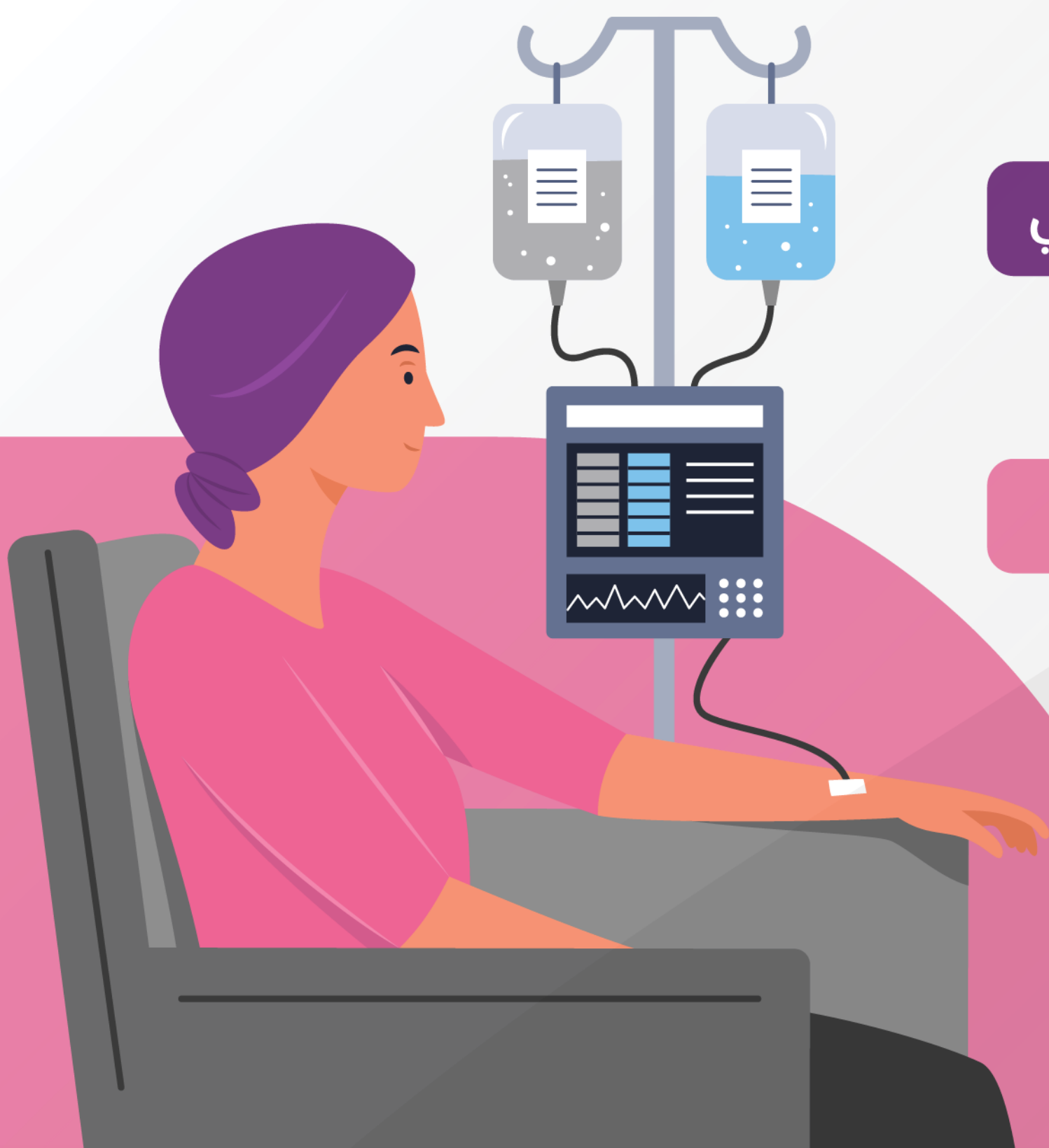
إذا ما كان عندي أعراض لسرطان الثدي فما أحتاج أكشف عنه

عشان كذا صار من المهم نبدأ بالكشف المبكر بشكل دوري وندخله ضمن نمط حياتنا الصحية

لا لا تصدق اللي يقولون!

سرطان الثدي ماله علاج فعال غير الكيماوي
ولازم كل المرضى يأخذونه

العلاج الكيميائي مو العلاج الوحيد لسرطان الثدي، لكنه
أكثر علاج شائع، فيه عدة علاجات مختلفة :



العلاج الجراحي

العلاج الإشعاعي

العلاج الهرموني

العلاج المناعي

العلاج البيولوجي

وتذكر انه نوع العلاج يعتمد على عدة عوامل مثل:
مرحلة ونوع السرطان، الحالة الصحية، وتقييم الطبيب

وبكذا وصلنا معكم لنهاية حملتنا هذه السنة،

بس هذا ما يعني إن فترة الكشف انتهت!

بالعكس تقدرتون تحجزون موعدكم خلال السنة
كاملة **مو بس في أكتوبر!**

ونتمنى إنكم
تحرصون على
الكشف بشكل دوري
مهما كان وقته
وخلوكم الداعم الأول
لمن حولكم مهما
كانت النتيجة، لأن
ياذن الله دائماً

#النتيجة - خير



دليل حملة

#النتيجة-خير