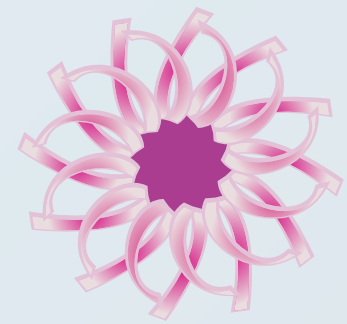




جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION



دليل حملة

#ما تفرق



جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION



بالعادة لما نتكلم عن
سرطان الثدي الأغلب يفكر
انه مرض خاص بالنساء

ولكن سرطان الثدي ممكن يصيب الجنسين

سرطان الثدي لدى الرجال هو نوع نادر من
السرطان ويتكون في انسجة الثدي للرجال
حيث أن نسبة إصابة الذكور بسرطان الثدي
في المملكة العربية السعودية هي 0.6 %

في الغالب يكتشف السرطان عند الرجال على
شكل كتلة صلبة تحت الحلمة



للأسف اغلب الرجال يكتشفون السرطان في
المراحل المتقدمة بسبب تجاهل العلامات





جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION



صحيح ممكن يختلف تركيب الثدي لدى الرجال كونه
يحتوي على كمية قليلة من أنسجة الثدي مقارنة
بالنساء لكن العلامات متشابهة، اللي هي :
**علامات سرطان الثدي عند الرجال متشابهة
للنساء وهي:**



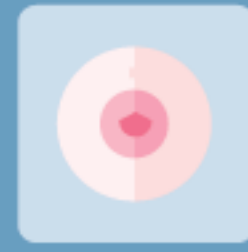
خروج إفرازات من
الحلمة



الإحساس بكتلة في
منطقة الصدر



احمرار الجلد أو
تقشره



انكماش الحلمة
للدخل

عند وجود أي علامة من العلامات السابقة
ينصح بالتوجه للطبيب للكشف





جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION



طرق الكشف عن سرطان الثدي للرجال



الماموجرام



الفحص
السريري للثدي



الرنين
المغناطيسي



الموجات فوق
الصوتية
(التراساوند)



من الممكن ان يكون اكتشاف
سرطان الثدي عند الرجال أسهل بحيث
تكون الكتلة أكثر وضوحًا، لوجود كمية
قليلة من أنسجة الثدي مقارنة بالنساء



خزعة

تشمل العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي لدى الذكور:



مستوى هرمون الاستروجين: ينتج جميع الرجال مستويات صغيرة من هرمون الاستروجين وهو أمر طبيعي تمامًا، ولكن إذا كان هذا المستوى مرتفعًا، فقد يزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي.



العمر: يزداد خطر الإصابة بالسرطان مع التقدم في العمر



التاريخ العائلي لسرطان الثدي: وجود إصابة في تاريخ العائلة يزيد من فرصة الإصابة



السمنة: ترتبط السمنة بزيادة مستويات الاستروجين



متلازمة كلاينفلتر: تحدث هذه المتلازمة حين يولد الذكور بأكثر من نسخة كروموسوم X

علاجات سرطان الثدي لدى الذكور هي نفسها المستخدمة لعلاج سرطان الثدي لدى النساء وقد تكون:



العلاج الجراحي :

استئصال الورم أو الخلايا اللمفاوية



العلاج الإشعاعي:

استخدام أشعة سينية للقضاء على الخلايا السرطانية



العلاج الكيميائي :

علاج دوائي يقوم بتدمير الخلايا السرطانية



العلاج الهرموني :

إعاقة عمل الهرمونات التي تحفز من نمو الخلايا السرطانية



العلاج الموجه :

صُمم العلاج الموجه لتعديل اضطرابات معينة موجودة في الخلايا السرطانية

يختلف نوع العلاج المستخدم من شخص لآخر حيث يتم تحديد النوع بناء على عدة عوامل منها المرحلة , حجم الورم , والصحة العامة للشخص و رأي الطبيب المعالج



بما أن سرطان الثدي يرتبط عادةً بالنساء ممكن
تحس بالضغط والقلق بسبب التشخيص أو العلاج

عشان كذا **مهم** انك تتكلم مع عائلتك، اصدقائك
او اخصائي نفسي لأخذ الدعم النفسي والاجتماعي

صحيح ممكن يكون محرج لك مناقشة التفاصيل في
بداية التشخيص ممكن تحس ان صعب عليك تتكلم
عن المرض واذا صرت تفكر كثير او حسيت بضغط
نفسي لا تخاف هذي **ردة فعل طبيعية** :

خذ وقت لنفسك وتقبل التشخيص قبل ما
تبلغ أي شخص

01

بعدها ممكن تختار **شخص مقرب** منك سواء
من عائلتك او اصدقائك وتشاركه هو الخبر واذا
حببت ممكن تخليه مسؤول أنه يبلغ الآخرين

02

اهم شي **لا تنسى** انو انت وحدك اللي تقدر تحدد
متى الوقت المناسب لتشارك الآخرين خبر
اصابتك

03

نصائح

لحياة افضل باذن الله



قم **بالمشي** لمدة نصف ساعة على الأقل يومياً.



حاول التقليل من استخدام السيارة ومارس بعض **الرياضة** بشكل دوري.



بدلاً من المصعد، الجأ **للسلم** عدة مرات في اليوم.



حاول الإكثار من تناول **الخضروات** و**الفواكه** وقم بشرب كميات كافية من الماء خلال اليوم.

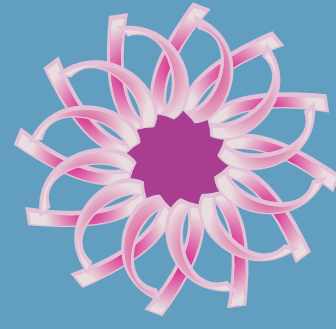


ابتعد بقدر الإمكان عن التوتر والضغط العصبي والنفسي.



وابتعد تماماً عن **التدخين**.





جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION



دليل حملة

#ما تفرق