



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

# دليل

قدها



[www.zahra.org.sa](http://www.zahra.org.sa)



@zahra\_ksa

## ما هو سرطان الثدي المتكرر؟

هو سرطان الثدي الذي يعود بعد العلاج الأولي وقد يحدث ذلك بعد أشهر أو سنوات من الشفاء بإمكانه العودة في نفس المكان الذي ظهر فيه أول مرة أو بالقرب منه أو في أجزاء أخرى من الجسم

## ما هو سبب حدوثه:

قد يحدث سرطان الثدي المتكرر بسبب انفصال بعض الخلايا السرطانية من الورم الأصلي واختبائها وعدم تمكن العلاج من القضاء عليها ومن ثم تعود للنمو والانقسام مجددًا

يختلف خطر عودة السرطان من شخص لأخر ويعتمد على عدد من العوامل

## من العوامل التي ممكن تزيد من خطر تكرار الإصابة بسرطان الثدي لا سمح الله

1. **العمر:** تعد النساء اللاتي أصبن بعمر مبكر-أصغر من ٣٥ - أكثر عرضة
2. **حجم الورم:** تزداد نسبة الإصابة لدى النساء اللاتي أصبن سابقاً بورم ذو حجم كبير
3. **العقد اللمفاوية:** يزداد الخطر كلما كان السرطان منتشرًا في عدد أكبر من العقد اللمفاوية
4. **نوع السرطان:** يمكن أن يكون احتمال عودة سرطان الثدي بعد العلاج أعلى مع بعض أنواع السرطان مقارنة بالأخرى.
5. **السمنة:** تؤدي زيادة مؤشر كتلة الجسم إلى زيادة احتمال تكرار الإصابة

## أنواع سرطان الثدي المتكرر

**التكرار الموضعي:** يحدث عند نمو خلايا سرطانية جديدة في نفس منطقة الثدي للورم الأصلي، في حالة خضوع الشخص لاستئصال الورم تكون عودة سرطان الثدي في أنسجة الثدي المتبقية وفي حالة استئصال الثدي قد يعود في الجلد أو الأنسجة المبطنة لجدار الصدر.

**التكرار القريب:** عودة السرطان بالقرب من الورم الأصلي، في العقد اللمفاوية في الإبط (العقد اللمفاوية الإبطية) أو العقد القريبة من عظم الترقوة، أو الموجودة حول الرقبة.

**التكرار البعيد:** يشير تكرار سرطان الثدي البعيد إلى أن السرطان قد عاد مرة أخرى ولكن في مناطق بعيدة عن موقعه الأصلي في الثدي، مثل العظام، أو الرئة، أو الكبد، أو الدماغ.

تختلف أعراض سرطان الثدي المتكرر بناء على نوعه، وفي بعض الحالات قد لا تظهر أعراض على المريض وتكتشف عودة السرطان أثناء إجراء فحص بدني للثدي أو أشعة الماموجرام.

## أعراض السرطان المتكرر الموضعي :

- وجود كتلة أو تكون منطقة صلبة غير منتظمة
- حدوث تغيرات في جلد الثدي
- احمرار او تهيج جلد الثدي
- تغيرات في الحلمة

## أعراض السرطان المتكرر القريب:

- كتلة أو تورم في منطقة الإبط في نفس الجانب الذي ظهر فيه السرطان سابقًا، أو في منطقة عظم القص أو الترقوة.
- ألم مستمر في منطقة الصدر.
- ألم أو تنميل في الكتف أو الذراع.

## أعراض السرطان المتكرر البعيد :

- آلام العظام.
- الشعور بالتعب والضعف العام.
- فقدان الشهية وخسارة الوزن.
- سعال مستمر وصعوبة التنفس.
- صداع حاد.

\*عند ملاحظة أي أعراض أو علامات مثيرة للقلق  
قومي بمراجعة الطبيب

## الوقاية من عودة سرطان الثدي

- لا توجد طريقة محددة تمنع عودة سرطان الثدي، ولكن توجد بعض الإرشادات لتقليل خطر عودة سرطان الثدي بإذن الله :
- الالتزام بتناول العلاج الموصوف بعد علاج سرطان الثدي بناء على تعليمات الطبيب.
  - الإقلاع عن التدخين.

- اتباع نظام غذائي.
- ممارسة الرياضة بانتظام.
- الحفاظ على وزن صحي.
- الحد من التوتر، والاهتمام بتحسين الصحة النفسية.

## **الالتزام بالفحوصات الدورية**

بعد انتهاء علاج سرطان الثدي الأولي سيتم وضع جدول متابعة لك في البداية، غالبًا ستكون مواعيد زيارات المتابعة كل بضعة أشهر، وكلما طالت مدة شفائك من السرطان كلما قلت احتياجاتك لعدد زيارات المتابعة، وبعد ٥ سنوات، عادة ما تصبح الزيارة مرة في السنة تقريباً

## What is recurrent breast cancer?

It is breast cancer that returns after initial treatment and may occur months or years after recovery. It can return in or near the same place where it first appeared or in other parts of the body.

### Why it happens:

Recurrent breast cancer may occur because some cancer cells break away from the original tumor and go into hiding, and treatment is unable to kill them, so they grow and divide again. The risk of cancer recurrence varies from person to person and depends on a number of factors.

### Factors that may increase the risk of breast cancer recurrence, God forbid

- **Age:** Women who have had breast cancer at an earlier age - younger than 35 - have a higher risk of recurrence.
- **Tumor size:** Women who have previously had a large tumor have an increased risk of recurrence.
- **Lymph nodes:** The risk increases the more lymph nodes the cancer has spread to.
- **Type of cancer:** The likelihood of breast cancer returning after treatment can be higher for some types of cancer than others.
- **Obesity:** An increased body mass index (BMI) increases the likelihood of recurrence.

## Types of recurrent breast cancer

**Local recurrence:** Occurs when new cancer cells grow in the same area of the breast as the original tumor. If a person undergoes a lumpectomy, breast cancer may return in the remaining breast tissue, and if a mastectomy is performed, it may return in the skin or tissue lining the chest wall.

**Proximal recurrence:** The cancer returns near the original tumor, in lymph nodes in the armpit (axillary lymph nodes), nodes near the collarbone, or around the neck.

**Distant recurrence:** Distant breast cancer recurrence indicates that the cancer has come back but in areas far from its original location in the breast, such as the bones, lung, liver, or brain.

Symptoms of recurrent breast cancer vary depending on its type, and in some cases the patient may have no symptoms and discover the cancer has returned during a physical breast exam or mammogram.

### Symptoms of localized recurrent cancer:

- A lump or irregular hard area
- 
- Changes in the skin of the breast
- 
- Redness or irritation of the breast skin
- 
- Changes in the nipple

## Symptoms of proximal recurrent cancer:

- A lump or swelling in the armpit on the same side as the previous cancer, or in the area of the sternum or collarbone.
- Persistent pain in the chest area.
- Pain or numbness in the shoulder or arm.

## Symptoms of distant recurrent cancer:

- Bone pain.
- 
- Feeling tired and generally weak.
- 
- Loss of appetite and weight loss.
- 
- Persistent cough and difficulty breathing.
- 
- Severe headache.

**\*If you notice any symptoms or signs of concern, see your doctor**

## Preventing Breast Cancer Recurrence

**There is no specific way to prevent breast cancer recurrence, but there are some guidelines to minimize the risk of breast cancer recurrence:**

- Commit to taking the prescribed treatment after breast cancer treatment according to your doctor's instructions.
- Quit smoking.



- Follow a diet.
- Exercise regularly.
- Maintain a healthy weight.
- Reduce stress and pay attention to improving mental health.

### **Commit to regular checkups**

After your primary breast cancer treatment is over, you will initially be scheduled for follow-up visits, often every few months. The longer you are cancer-free, the fewer follow-up visits you will need, and after 5 years, it is usually about once a year

## **References:**

**American cancer Society**

**Mayo Clinic**

**Breast Cancer Organization**

**Cleveland clinic**