



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

# دليل حملة اعرف واطمئن



## لماذا نهتم بالكشف المبكر عن سرطان الثدي؟

• يُعدّ سرطان الثدي أكثر أنواع السرطان شيوعًا على الصعيدين العالمي والإقليمي والوطني، وهو أكثر أنواع السرطان شيوعًا بين النساء في المملكة.

في عام ٢٠١٩، تم تشخيص حوالي ٤٥٪ من حالات سرطان الثدي في المملكة في مراحل متقدمة (المرحلة الثالثة أو الرابعة). هذا يختلف عن الدول المتقدمة حيث يتم اكتشاف معظم الحالات في مراحل مبكرة. التشخيص المتأخر يؤدي إلى:

- انخفاض فرص الشفاء
- علاجات أكثر صعوبة وتكلفة
- زيادة معدل الوفيات

## الكشف المبكر من خلال التصوير الشعاعي للثدي (الماموجرام) بشكل دوري يحسن النتائج بشكل كبير:

- معدل البقاء على قيد الحياة لمدة ٥ سنوات يتجاوز ٩٩٪ للمرحلة الأولى
- معدل البقاء على قيد الحياة ينخفض إلى ٨٧٪ للمرحلة الثانية و٧٥٪ للمرحلة الثالثة و٣١٪ للمرحلة الرابعة
- الكشف المبكر قد يقلل من الحاجة إلى علاجات مكثفة مثل استئصال الثدي الكامل

## ما هي العلامات التي تستدعي مراجعة الطبيب؟

- وجود كتلة في الثدي: قد تكون صلبة أو لينة أو مستديرة أو ملساء.
- مناطق صغيرة متصلبة: قد لا تكون كتلة واضحة لكنها تختلف عن ملمس الثدي الطبيعي.
- تغير في حجم أو شكل الثدي: خصوصًا إذا حدث بشكل مفاجئ أو في ثدي واحد فقط.
- تغيرات في الجلد:

مثل:

- تقشر الجلد
- تجعد أو انكماش الجلد
- تغير اللون
- التهاب الجلد
- إفرازات من الحلمة (مثل خروج سائل شفاف أو مائل إلى الأحمر)

وجود هذه الأعراض لا يعني بالضرورة وجود سرطان، لكن يجب تقييمها طبيًا للتأكد من السبب.

## اكتشاف كتلة في الثدي قد يكون مقلقًا، لكن من المهم معرفة أن:

معظم كتل الثدي ليست سرطانية، كثير من الحالات تكون بسبب:

- أكياس مملوءة بالسوائل
- أورام حميدة
- تغيرات ليفية كيسية في الثدي

**احجز موعدًا مع الطبيب.**  
**قبل الموعد حاولي ملاحظة بعض التفاصيل مثل مكان الكتلة، حجمها، شكلها، ملمسها، أو ما إن كانت تسبب ألمًا أم لا.**

**ما هي المعلومات التي قد تساعد الطبيب في تقييم الحالة**

**بشكل أفضل؟**

- ما إذا كان هناك تورم في الغدد اللمفاوية تحت الإبط أو قرب الترقوة
- ألم في الثدي أو الحلمة
- تغيرات في جلد الثدي أو الحلمة
- التاريخ العائلي للأمراض السرطانية

## تشخيص سرطان الثدي غالباً يبدأ بـ:

١. الفحص السريري للثدي

حيث يقوم الطبيب بفحص الثديين بحثاً عن أي تغيرات غير طبيعية.

٢. تصوير الثدي بالأشعة (الماموجرام)

وهو تصوير بالأشعة السينية يستخدم بشكل شائع للكشف المبكر عن سرطان الثدي.

٣. الأشعة الصوتية للثدي (Ultrasound)

تستخدم الموجات الصوتية لإظهار صور لأنسجة الثدي.

٤. خزعة الثدي (Biopsy) - عند الحاجة

إذا أظهرت الفحوصات السابقة نتائج غير طبيعية، يقوم الطبيب بأخذ عينة صغيرة من أنسجة الثدي لفحصها تحت المجهر. يُعد هذا الفحص الطريقة الوحيدة المؤكدة لتشخيص الإصابة بالسرطان.

ليس بالضرورة أن يحتاج كل شخص إلى جميع هذه الفحوصات: فريق الرعاية الصحية يحدد الفحوصات المناسبة حسب الحالة.

## مراحل سرطان الثدي:

تتراوح مراحل سرطان الثدي من المرحلة ٠ إلى المرحلة ٤:

• كلما كان الرقم أقل كان السرطان في مرحلة مبكرة

• والمراحل المبكرة تكون أكثر قابلية للعلاج

لذلك يعتبر الكشف المبكر أحد أهم العوامل في تحسين فرص.

## Why don't we prioritize early cancer detection?

- Breast cancer is the most common cancer globally, regionally, and nationally, and it is the most common cancer among women in the Kingdom.

As of 2019, approximately 45% of breast cancer cases in Saudi Arabia are diagnosed at advanced stages (stage III or IV). This differs from developed countries where most cases are found early. Late diagnosis leads to:

- Lower chances of cure
- More difficult and expensive treatments
- Higher mortality rates

Early and periodic detection through mammography screening significantly improves outcomes:

- 5year survival rate exceeds 99% for stage I disease -
- Survival drops to 87% for stage II, 75% for stage III, and 31% for stage I
- Early detection can reduce the need for intensive treatments like mastectomy

## What are the signs that warrant a doctor's visit?

- A lump in the breast: It may be firm, soft, round, or smooth.
- Small, continuous areas of firm breast tissue: This may not be a lump but differs from the normal breast's feel.

**• A change in the size or shape of the entire breast: This is especially important if it occurs suddenly or in only one breast.**

• Skin changes:

For example:

- Peeling skin
- Wrinkling or shrinkage of the skin
- Discoloration
- Skin inflammation
- Fluid discharge (such as clear or reddish fluid)

**The presence of these symptoms does not necessarily mean cancer, but they should be medically evaluated to confirm the cause.**

**Finding a lump in the breast can be alarming, but it is important to know that:**

**Most lumps are not cancerous, and many are not due to:**

- Cysts
- Benign tumors
- Fibrocystic changes in the breast

Before booking an appointment with a doctor, try to note some details such as its location, size, shape, texture, and whether it was painful.

## **What information might help the doctor better assess the situation?**

- Is there swelling in the lymph nodes under the armpit or near the collarbone?
- Breast or nipple pain
- Skin or nipple changes
- History of cancer treatment

## **Breast cancer often begins with: Diagnosis**

### 1. Clinical breast exam:

The doctor examines the breasts for any abnormal changes.

### 2. Mammogram:

This is an X-ray imaging test commonly used for the early detection of breast cancer.

### 3. Breast ultrasound:

This uses sound waves to create images of breast tissue.

Not everyone needs all these tests; the healthcare team will determine the appropriate tests based on the individual case.

### 4. Breast Biopsy - When Needed

If previous tests show suspicious findings, a tissue sample is taken from the breast for microscopic examination.

This is the only test that can definitively confirm a cancer diagnosis

Not every person necessarily needs all of these tests; the healthcare team determines the appropriate tests according to the condition.

### **Breast Cancer Stages:**

Breast cancer stages range from stage 0 to stage 4:

- The lower the number, the earlier the cancer is.
- Early stages are more treatable.

**Therefore, early detection is one of the most important factors in improving the chances of survival.**



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

### References :

- ◆ Ministry of Health
- ◆ Cleveland Clinic
- ◆ Breast Cancer Research Foundation
- ◆ Mayo Clinic
- ◆ American Cancer Society
- ◆ Alessy S, Al-Zahrani A, Alhomoud S et al
- ◆ Towards a comprehensive cancer control policy in Saudi Arabia
- ◆ The Lancet Oncology, 2025; 26, e360-e368