جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION

دليـل حملة

بين تفاصيل الصورة



www.zahra.org.sa @zahra_ksa

العلاقة بين كثافة الثدي وسرطان الثدي

أولًا: ما المقصود بكثافة الثدي؟

يتكوّن الثدي من عدة أنواع من الأنسجة، تشمل:

- الأنسجة الكثيفة: وتشمل الغدد والقنوات الحليبية والأنسجة الليفية الداعمة.
- الأنسجة الدهنية: وتتكوّن بشكل رئيسي من الخلايا الدهنية.

تشير كثافة الثدي إلى نسبة الأنسجة الكثيفة مقارنة بالأنسجة الدهنية. وعندما تكون كمية الأنسجة الكثيفة أكبر نسبيًا، يُوصف الثدي بأنه ذو كثافة عالية.

وجود أنسجة ثدي كثيفة أمر شائع وطبيعي، ولا يعني بحد ذاته وجود مرض أو سرطان.

ثانيًا: كيف يتم تحديد كثافة الثدي؟

لا يمكن تحديد كثافة الثدي من خلال شكل الثدي أو حجمه أو الفحص الذاتي، وإنما يتم تقييمها من خلال تصوير الثدي بالأشعة السينية (الماموجرام).

بعد إجراء الماموجرام، يقوم طبيب الأشعة بتقييم كمية الأنسجة الدهنية مقارنة بالأنسجة الكثيفة الظاهرة في الصور، ومن ثم تحديد فئة كثافة الثدي. وقد تُستخدم بعض البرامج الحاسوبية للمساعدة في تقييم الكثافة، مع مراجعة النتيجة من قبل طبيب الأشعة.

تصنيف كثافة الثدي

من أكثر التصنيفات استخدامًا تصنيف الكلية الأمريكية للأشعة (ACR)، والذي يقسم كثافة الثدي إلى أربع فئات:

- **الفئة A | دهني بشكل شبه كامل**

يتكوّن الثديان بشكل شبه كامل من الأنسجة الدهنية، مع وجود كمية قليلة جدًا من الأنسجة الكثيفة.

- **الفئة B | مناطق متفرقة من الأنسجة الليفية والغدية**

يتكوّن معظم الثدي من أنسجة دهنية، مع وجود مناطق متفرقة من الأنسجة الكثيفة.

- **الفئة C | كثافة متباينة**

توجد كمية أكبر من الأنسجة الكثيفة، وقد تؤدي هذه الكثافة إلى حجب بعض الكتل الصغيرة في صور الماموجرام.

- **الفئة D | كثافة شديدة**

يتكوّن معظم الثدي تقريبًا من أنسجة كثيفة، مما قد يقلل من قدرة الماموجرام على اكتشاف بعض الأورام.

وتُعد الفئتان C وD عادةً ضمن فئات كثافة الثدي العالية.

ثالثًا: لماذا تهمني معرفة كثافة الثدي؟

معرفة كثافة الثدي مهمة لسببين رئيسيين:

١. قد تؤثر في قدرة الماموجرام على اكتشاف سرطان الثدي

تظهر الأنسجة الكثيفة باللون الأبيض في صور الماموجرام، كما قد تظهر بعض أورام الثدي باللون الأبيض أيضًا. لذلك يمكن للأنسجة الكثيفة أن تجعل رؤية بعض الأورام، خصوصًا الصغيرة منها، أكثر صعوبة.

ولهذا قد يكون اكتشاف سرطان الثدي باستخدام الماموجرام أكثر تحديًا لدى النساء ذوات كثافة الثدي العالية.

٢. ترتبط كثافة الثدي العالية بزيادة خطر الإصابة بسرطان الثدي

- تُعد كثافة الثدي العالية أحد عوامل الخطورة المستقلة المرتبطة بسرطان الثدي.
- وبشكل عام، يكون خطر الإصابة بسرطان الثدي أعلى لدى النساء ذوات الثدي عالي الكثافة مقارنة بالنساء ذوات الكثافة الأقل.

ماذا تقول الدراسات؟

أظهرت إحدى الدراسات التي شملت ١,٤٣٧ امرأة أن نسبة النساء ذوات كثافة الثدي العالية (الفئتان C وD) بلغت نحو ٤٠٪ بين المصابات بسرطان الثدي، مقارنة بنحو ٣٠٪ بين غير المصابات.

كما تشير الدراسات إلى ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الثدي مع زيادة كثافة الثدي، وقد أظهرت بعض الدراسات المحلية ارتفاعًا ملحوظًا في الخطر بين النساء السعوديات ذوات كثافة الثدي العالية.

مهم: كثافة الثدي العالية لا تعني أنكِ ستصابين بسرطان الثدي، وإنما تعني أنها أحد العوامل التي تؤخذ في الاعتبار عند تقييم مستوى الخطورة واختيار خطة الفحص المناسبة.

رابعًا: ما العوامل المرتبطة بكثافة الثدي؟

تختلف كثافة الثدي من امرأة إلى أخرى، وقد تتغير مع مرور الوقت. ومن العوامل المرتبطة بها:

العمر

تميل أنسجة الثدي إلى أن تصبح أقل كثافة مع التقدم في العمر، إلا أن ذلك لا يحدث لدى جميع النساء، ويمكن أن تكون أنسجة الثدي كثيفة في أي عمر.

الوزن ونسبة الدهون في الجسم

النساء ذوات نسبة الدهون الأقل في الجسم أكثر عرضة لأن تكون أنسجة الثدي لديهن أكثر كثافة نسبيًا.

العلاج الهرموني لأعراض انقطاع الطمث

قد يرتبط استخدام بعض أنواع العلاج الهرموني، خصوصًا العلاج الهرموني المركب، بزيادة كثافة أنسجة الثدي.

خامسًا: كيف أعرف كثافة الثدي لديّ؟

إذا سبق لكِ إجراء فحص الماموجرام، يمكنكِ سؤال الطبيب عن مستوى كثافة الثدي لديكِ.

عادةً يتضمن تقرير طبيب الأشعة معلومات حول كثافة أنسجة الثدي وتصنيفها ضمن إحدى الفئات الأربع: A أو B أو C أو D.

إذا كانت النتيجة C أو D فهذا يعني أن لديكِ كثافة ثدي عالية. وهي نتيجة شائعة وطبيعية، لكنها معلومة مهمة ينبغي أخذها في الاعتبار عند مناقشة خطة الكشف المبكر مع الطبيب.

سادسًا: ماذا أفعل إذا كانت كثافة الثدي لديّ عالية؟

وجود كثافة ثدي عالية لا يعني تلقائيًا أنكِ بحاجة إلى فحوصات إضافية، ولا يعني حتمية الإصابة بالسرطان.

لكن من المهم مناقشة النتيجة مع الطبيب، الذي سيقيّم كثافة الثدي إلى جانب عوامل الخطورة الأخرى، مثل:

١. العمر.
٢. التاريخ العائلي للإصابة بسرطان الثدي.
٣. وجود طفرات أو استعداد وراثي.
٤. التاريخ الشخصي للإصابة بأمراض أو أورام الثدي.
٥. التعرض السابق للعلاج الإشعاعي في منطقة الصدر.
٦. عوامل الخطورة الأخرى ذات الصلة.

وبناءً على مستوى الخطورة، قد يناقش الطبيب الحاجة إلى فحوصات إضافية بجانب الماموجرام، مثل:

١. الماموجرام ثلاثي الأبعاد.
٢. الموجات فوق الصوتية (الألتراساوند).
٣. التصوير بالرنين المغناطيسي للثدي.

يمكن لهذه الفحوصات أن تساعد في اكتشاف بعض السرطانات التي قد يصعب رؤيتها بالماموجرام لدى النساء ذوات الثدي عالي الكثافة، إلا أن اختيار الفحص المناسب يعتمد على مستوى الخطورة الفردي لكل امرأة.

سابعًا: توصيات الفحص للنساء ذوات كثافة الثدي العالية

لا تعتمد خطة الكشف المبكر على كثافة الثدي وحدها، وإنما على العمر ومستوى الخطورة والتاريخ العائلي والوراثي وعوامل أخرى.

النساء أقل من ٤٠ عامًا

- في حال وجود تاريخ عائلي لسرطان الثدي:

قد يوصى ببدء الفحص في عمر مبكر وفقًا لمستوى الخطورة وعمر القريبة عند التشخيص.

•في حال ارتفاع كثافة الثدي أو وجود عوامل خطورة إضافية:
قد يناقش الطبيب استخدام التصوير بالرنين المغناطيسي أو وسائل تصوير إضافية وفقًا للتقييم الفردي.

•في حال التعرض السابق للعلاج الإشعاعي لمنطقة الصدر:
قد تتطلب الحالة بدء برنامج كشف مبكر في عمر أصغر وفقًا لتوقيت التعرض للإشعاع ومستوى الخطورة.

النساء من عمر ٤٠ عامًا فأكثر
•يُنصح بإجراء الكشف المبكر بالماموجرام وفق التوصيات المعتمدة ومستوى الخطورة.

•وفي حال وجود عوامل خطورة إضافية، مثل الاستعداد الوراثي أو التاريخ العائلي القوي أو ارتفاع كثافة أنسجة الثدي، فقد يوصي الطبيب باستخدام وسائل تصوير إضافية مثل الرنين المغناطيسي.

توصيات أوروبية للثدي شديد الكثافة

تشير بعض التوصيات الأوروبية إلى إمكانية استخدام التصوير بالرنين المغناطيسي بصورة دورية لدى فئات محددة من النساء ذوات الثدي شديد الكثافة، مع تحديد توقيت ونوع الفحص بناءً على العمر ومستوى الخطورة والتقييم الطبي.

الرسالة الأهم
•كثافة الثدي العالية ليست مرضًا، لكنها معلومة مهمة لصحتكِ.

•معرفة مستوى كثافة الثدي تساعدكِ وطبيبكِ على فهم عوامل الخطورة بصورة أفضل واختيار خطة الكشف المبكر المناسبة لكِ.

•بعد فحص الماموجرام، اسألي طبيبكِ: ما مستوى كثافة الثدي لديّ؟ وهل أحتاج إلى أي فحوصات إضافية؟

جمعية زهرة
ZAHRA ASSOCIATION

المصادر

- •Aloufi, Areej S et al. “Mammographic breast density and breast cancer risk in the Saudi population: a case-control study using visual and automated methods.” The British journal of radiology vol. 95,1134 (2022): 20211197. doi:10.1259/bjr.20211197
- •Mayo Clinic