



خطوة نحو الحياة... افحصي

الكشف المبكر ينقذ الحياة

أماكن وأسعار

فحوصات الكشف المبكر



مؤسسة الحسين للسرطان
مركز الحسين للسرطان



الراعي البلدي

hikma.



الراعي الذهبي



التعاون الاسياني

الشريك الاستراتيجي



بنك الإسكان
Housing Bank

الراعي البيروني



الراعي القضي



الشركاء الداعمون



مناهجها في الصحة العامة



مستشفى الله عبد الله



UNRWA
الأونروا



المستشفيات الداعمة

الراعي البيروني



مستشفى الأمير
ABDAL HOSPITAL

الراعي القضي



مستشفى الأمير
Al Amal Hospital

الأرقام المجانية

زين

0800 00 500

اورانج و أرضي

0800 22 246



Jordan Breast Cancer Program



JBCP Jordan



www.jbcp.jo



أماكن توفر فحوصات الكشف المبكر

القطاع العام / وزارة الصحة:

محافظة العاصمة					
الاسعار للمؤمنات		الاسعار لغير المؤمنات		رقم الهاتف	إسم المستشفى
الفحص السريري	فحص الماموجرام	الفحص السريري	فحص الماموجرام		
مجاناً للسيدات فوق سن الأربعين	مجاناً للسيدات فوق سن الأربعين	3,200 دينار الوطني يحمل الرقم 27	5,500 دينار الوطني يحمل الرقم	06-4791000	مستشفى البشير*
				06-4020091	مستشفى د. جميل التوتنجي**
				06-5677351	مركز صحي عمان الشامل *
				06-5230554	مركز صحي أبو نصير الشامل

محافظة البلقاء	
06-5344586	مركز صحي عين الباشا الشامل**
05-3531316	مستشفى الحسين/ السلط*
05-3581051	الشونة الجنوبية**
06-535 1636	مستشفى الأمير الحسين بن عبدالله الثاني*
05-3584932	مستشفى الأميرة ايمان/ معدي
محافظة الزرقاء	
05-3740251	مستشفى الأمير فيصل **
05-3758200	مستشفى الزرقاء الحكومي *
محافظة جرش	
02-6340265	مستشفى جرش الحكومي*
محافظة المفرق	
02-6297220	مستشفى الملك طلال بن عبدالله *
محافظة عجلون	
02-6421914	مستشفى الأميرة ايمان الحكومي**

محافظة إربد	
02-7383458	مستشفى الرمثا الحكومي*
02-7381772	مركز صحي الرمثا الشامل**
02-6521666	مستشفى الاميرة راية*
02-7585980	مستشفى اليرموك*
02-7275555	مستشفى الأميرة بسمه *
محافظة معان	
03-2131565	مستشفى معان الحكومي*
03-2150628	مستشفى الملكة رانيا الحكومي*
محافظة الكرك	
03-2302436	مستشفى غور الصافي
03-2386191	مستشفى الكرك الحكومي*
محافظة الطفيلة	
0798228844	مستشفى الطفيلة الحكومي *
محافظة العقبة	
03-2012465	مركز صحي العقبة الشامل *

* وحدة ماموجرام حاصلة علي شهادة مجلس اعتماد المؤسسات الصحية
** وحدة ماموجرام تسعى للحصول علي شهادة مجلس اعتماد المؤسسات الصحية

الخدمات الطبية الملكية:

الأسعار للمؤمنات		الأسعار لغير المؤمنات		رقم الهاتف	إسم المستشفى
الفحص السريري	فحص الماموجرام	الفحص السريري	فحص الماموجرام		
مجاناً للسيدات فوق سن الأربعين	مجاناً للسيدات فوق سن الأربعين	مجاناً للسيدات فوق سن الأربعين	مجاناً للسيدات فوق سن الأربعين	محافظة العاصمة	
				06-5804804 06-5813837	مدينة الحسين الطبية *
				0798438679	مركز الأورام العسكري*
				محافظة اربد	
				02-7100890	مستشفى الامير راشد بن الحسن*
				محافظة المفرق	
				02-6297220	مستشفى الملك طلال بن عبد الله *
				محافظة عجلون	
				02-6442100	مستشفى الأميرة هيا بنت الحسين العسكري*
				محافظة الطفيلة	
				03-2243936	مركز العناية بصحة المرأة*
				محافظة العقبة	
03-2092030	مستشفى الأمير هاشم بن عبد الله *				

القطاع الجامعي والمنظمات الغير حكومية

الاسعار		رقم الهاتف	إسم المستشفى
فحص الماموجرام	الفحص السريري		
لمعرفة تكلفة الفحوصات، يرجى الاتصال برقم هاتف المستشفى		06-5300460	مركز الحسين للسرطان*
		02-7200600	مستشفى الملك عبدالله المؤسس الجامعي*
		06-5301111	المركز الوطني للسكري و الغدد الصم و الوراثة*
		06-5353444	مستشفى الجامعة الأردنية*
		06-5053826	مستشفى الامير حمزة*
		02-7201000	مركز صحي العلوم والتكنولوجيا*

المستشفيات المشاركة (أسعار مخفضة)

إسم المستشفى	رقم الهاتف	أسعار الفحوصات
عيادة الدكتور ميسون الطاهر لتصوير الثدي	077-5393666	خصم (٥٠٪) على فحص الماموجرام و فحص الالتراساوند
عيادة الدكتور رشأ الشيخ للأشعة التشخيصية	079 8384301	فحص الماموجرام (٣٠) دينار، فحص الالتراساوند (٢٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٥٠) دينار
عيادة الدكتور وردشان عباسي للأشعة التشخيصية	06 562 3337 0795987311	فحص الماموجرام (٣٠) دينار، فحص الالتراساوند (٢٠) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٣٠) دينار
مركز بيوسكان	06 592 3030	خصم (٥٠٪) على فحص الماموغرام و الالتراساوند
عيادة.رؤى للأشعة التشخيصية و تصوير المرأة والجنين	0795222597	فحص الماموجرام (٣٠) دينار، فحص الالتراساوند (٢٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٠) دينار
مستشفى المحبة	05 3245541	فحص الماموجرام (٢٥) دينار، فحص الالتراساوند (٢٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٠) دينار
مستشفى الهلال الاحمر الاردني	06 4779131	خصم (٥٠٪) فحص الماموجرام (٢٠) دينار، فحص الالتراساوند (٢٠) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٣٠) دينار
مستشفى تلاع العلي	06 5344444	فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٠) دينار
المستشفى التخصصي	06 5001111	فحص الماموجرام (١٨) دينار، فحص الالتراساوند (٢٣) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٠) دينار
مستشفى هبة	06 5004488	فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٥) دينار، والخزعة (٢٠٠) دينار
مستشفى الحياة	06 4391111	فحص الماموجرام (١٥) دينار، فحص الالتراساوند (١٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٢٥) دينار
عيادة الأشعة التشخيصية الدكتور رائد العتال	0775665151	فحص الماموجرام (٣٠) دينار، فحص الالتراساوند (٣٠) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٥٠) دينار
مستشفى الاردن	06 5608080	فحص الماموجرام (٢٥) دينار، فحص الالتراساوند (٢٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٠) دينار، الخزعة (٢٠٠) دينار
مستشفى جبل الزيتون	05 3655555	فحص الماموجرام (٢٠) دينار، فحص الالتراساوند (١٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٣٠) دينار، الرنين المغناطيسي (١٥٠) دينار، الخزعة وفحص الأنسجة (١٦٥) دينار
المركز العربي الطبي	06 5921199	فحص الماموجرام (٣٠) دينار، و يمكن إضافة فحص الالتراساوند (١٠) دينار في حال الحاجة
مركز بيتا للأشعة التشخيصية	06 4653444 0777701115	خصم (٥٠٪) فحص الماموجرام (٢٢) دينار، فحص الالتراساوند (٢٢) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٣٥) دينار
مستشفى الكندي	06 4655555	فحص الماموجرام (٣٠) دينار، فحص الالتراساوند (٣٠) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٣٠) دينار، الرنين المغناطيسي (١٦٠) دينار، الخزعة (١٨٠) دينار
مستشفى الاستقلال	06 5652600	فحص الماموجرام (٣٠) دينار، فحص الالتراساوند (١٥) دينار، الرنين المغناطيسي (١٧٠) دينار، الخزعة (٢٠٠) دينار
المستشفى الاستشاري	06 5001000	فحص الماموجرام (٣٥) دينار، فحص الالتراساوند (٢٠) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٥) دينار
المستشفى الايطالي عمان	06 4777101	فحص الماموجرام (١٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٢٥) دينار

إسم المستشفى	رقم الهاتف	أسعار الفحوصات
عيادة السونار والأشعة التشخيصية.د.سمام القيسي	06 4620003	فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٥) دينار
مركز الأردن للأشعة/ د. مازن هلسة	06 4639997	فحص الماموجرام (٢٥) دينار، فحص الالتراساوند (٢٠) دينار
مركز أربد الاستشاري للأشعة التشخيصية	02 7253730	فحص الماموجرام (٢٠) دينار، فحص الالتراساوند (١٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٣٥) دينار
مستشفى ابن الهيثم	06 5205555	فحص الماموجرام (٢٥) دينار، فحص الالتراساوند (٢٥) دينار
مستشفى عمان الجراحي	06 4641261	فحص الماموجرام (٢٥) دينار، فحص الالتراساوند (٣٥) دينار، الفحص السريري مجاتا، فحص الالتراساوند والتصوير الاستوجرافي (١٥) دينار
جمعية نادي ليونز الفحيص	0795004659	فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٢٥) دينار
مستشفى العبدلي	06 5109999	خصم (٤٠٪) على الالتراساوند وخصم (٥٠٪) على الماموجرام
مستشفى الامل	06 5607155	فحص الماموجرام (٢٥) دينار، فحص الالتراساوند (٢٥) دينار
مستشفى اربد التخصصي	02 7103100	فحص الالتراساوند (٢٥) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٣٥) دينار
مستشفى الخالدي	06 464 4281	خصم (٥٠٪) على فحص الماموجرام و خصم (٥٠٪) على فحص الالتراساوند
عيادة اختصاص الأشعة التشخيصية.د.محمد العطوي	0777745574	خصم (٢٠٪) على فحص الماموجرام وفحص الالتراساوند
مركز صحي كاي حماتي	0772002101	فحص الالتراساوند (٢٠) دينار، فحص الماموجرام و الالتراساوند معا (٤٠) دينار

أسماء الأطباء الذين يقدمون خدمة الفحص السريري
مجانا خلال الحملة

اسم الطبيب	رقم الهاتف	المنطقة
امنه اشقيور	077-0123243	عمان-مرج الحمام
ميساء ربحي الحاج ابراهيم	079-5820930	عمان- سحاب
رائد فلاح عبد الله خليفه	079-5151321	عمان-جبل الحسين
أسماء عبدالله	079-5528962	عمان-العبدلي
تعاني العتوم	079-5528962	عمان-جبل النصر
ماوية سعادة	079-9390555	عمان-حي نزال
نمر الخطيب	079-7020106 / 079-5500920	عمان-المدنية الرياضية
سهاد أمين	06-4200251 / 079-5396873	عمان-المقابلين
ماهر القدسي	06-4200251	عمان-المقابلين

المنطقة	رقم الهاتف	اسم الطبيب
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	وائل خليفة
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	سهى خليفة
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	جيهان العتبة
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	اسماء المومني
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	مها الرضوي
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	رواد الحامد
عمان-المركز العربي الطبي	06-5921199	محمود البلص
عمان - ابوعلندا	077-7795010 / 079-5059757	تغريد الحاج علي
ماركا	078-0687037	برجس محمد عبد اللطيف
ماركا	079-5742470 / 079-9145584	ميهايا ابو الشيخ
الزرقاء-الزرقاء	079-9100072 / 05-3995710	رندة شاهين
الزرقاء-الزرقاء	077-6552694	عبيد برهان مسعود
الزرقاء-الزرقاء	079-8004989 / 05-3986661	نتاليا صوان
الرصيفة	079-6841413 / 05-3611944	جميلة هاشم
الرصيفة	079-5570106	رئيسة الهنداوي
الفحيص	06-4720940 / 079-8429338	تانيا سماوي
السلط	0795748919	هاشم النصور
الفحيص	06-4729747	سيفتلتا حمام
الكرك-مؤته	079-2647004	عبيد القراله
الكرك-الكرك	079-2372874	مها موسى العمارين
العقبة	079-5278472 / 03-2032266	ناديا حرب
العقبة	03-2035036	نتاليا ابو جوده
الطويلة	077-9316060	ايمان ابراهيم علي الزغاميم
الضليل	077-6104657	ايلينا سيرغفيينا
جرش	02-6351771 / 078-8693709	نجلاء مرسي
المفرق	079-2122315	نضال شواقفه
اربد	02-7201000	كارينا ابو بكر
اربد	02-7201000	علا خليفة
اربد	079-1735926 / 02-7263164	كفاح الزعبي
اربد	079-0794290	محمود البلص
اربد	077-2192294 / 079-9554475	ريما ذياب شحاده ذياب
معان	077-6627618	لانا قبايعه
معان	079-9982875	انصاف الهاشمي
معان	03-2133321	بيان اخو عميرة
اربد	0775749142 / 0795088830	دكتورة امل العيادي

المنطقة	رقم الهاتف	اسم الطبيب
عمان- مخيم الوحدات	06-4701331	ميسون اسماعيل
عمان-ابو علندا	077-9200705 / 078-8288807	بيان الطالب
عمان البقعة	079-5793596	نادية زهيد خطاب
عمان-البقعة	079-5897183	سحر ابو عبيد
عمان-البيادر	079-5355410	فاطمة سهيل سليمان
عمان-الجاردنز	077-9198286 / 06-5532215	تانيا تركي محمود سعيد
عمان-دوار الداخلية	079-7806693 / 06-5663335	ميسون داود
عمان-جبل الحسين	078-8103088 / 079-9089504	زينب الحديدي
عمان-جبل الحسين	06-5669963	سميح عبد الجواد
عمان-جبل الحسين	06-5669963	أمية سعيد دار عودة
عمان- جبل الزهور	079-6885515 / 06-4384410	ميساء جودة
عمان - جبل الزهور	06-4388707 / 079-6749014	سمر أبو عواد
عمان- جبل النصر	078-8770047	أمنية الوكال
عمان- جبل النصر	079-7809129	ايد محمد خليل العطاونه
عمان-حي نزال	079-9541756	رغد احمد محمد مخلوف
عمان- خربة السوق	079-5570302	مؤيد ابراهيم الاحمد
عمان- خربة السوق	079-5182744 / 06-4122881	سهير عبد الرحيم العقرباوي
عمان-خربةالسوق	06-4120363 / 079-6601161	آنا عمرو (INNA AMRO)
عمان-الحيزة	06-4460230 / 079-5681785	ايتهاج الكيلاني
عمان-سحاب	078-8370076 / 078-8499351	أمل العطوي
عمان الجبيشة	079-9178538	لبنى زعل عوده حسان
عمان-طارق	06-5051557	سامية مصاروة
عمان شارع-مي زيادة	077-7339988 / 06-4639997	مازن هلسه
عمان القويسمه	079-5240390	باسم عبد اللطيف حسن الجيوسي
عمان الشميساني	079-6922896 / 079-8033505	زينب "محمد حسني" سعد سدر
عمان-الهاشمي الشمالي	079-9321982	هبة الداوود
عمان-ماركا الجنوبية	078-6390751 / 078-9521543	دلال الصعدي
عمان-ماركا الشمالية	079-5590764	نداء العيسى
عمان-ماركا الشمالية	06-4884880	خالده احمد هيشان العبدالات
عمان مرج الحمام	077-0041412	الآء الشاهد
عمان-مرج الحمام	079-7064763	روضة يوسف
عمان-جبل الزهور	079-9943053	وليد خليل ابو عواد
عمان-مستشفىالاستشاري	079-5280447	نغم الفرغولي
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	عبيد عناب
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	ضحى العائني
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	فلاح خليفة
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	ماهر الصراف
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	ايمن قطاونة
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	لمى الفارس
عمان-مستشفى الامل	06-5620897	رائد خليفة

ما هو سرطان الثدي؟

تنشأ أورام الثدي نتيجة لنمو خلايا الثدي وانقسامها بطريقة خارجة عن السيطرة. تعد أغلب هذه الأورام حميدة، إلا أن البعض منها قد تكون سرطانية ويطلق عليها "سرطان الثدي". يعد سرطان الثدي أحد أبرز مسببات الوفاة من السرطان لدى السيدات في العالم. يمكن أن يصاب الرجال أيضاً بسرطان الثدي ولكن بنسبة قليلة جداً. يعتبر الكشف المبكر عن سرطان الثدي ضروري جداً للحصول على نتائج علاجية أفضل وفرص نجاة أعلى.

ما هي عوامل الخطورة التي قد تزيد من فرص الإصابة بسرطان الثدي؟

التقدم بالعمر



السيدات اللواتي لديهن تاريخ شخصي أو عائلي للإصابة بسرطان الثدي.



السيدات اللواتي أنجبن أول طفل بعد سن الـ ٣٠ أو لم ينجبن أبداً.



السيدات اللواتي بدأت لديهن الدورة الشهرية في سن مبكر (أقل من ١٢ سنة) وانقطعت لديهن الدورة في سن متأخرة (أكبر من ٥٥ سنة).



السيدات اللواتي يأخذن بعض أنواع الهرمونات التعويضية في سن الأمل.



السيدات اللواتي تلقين العلاج الإشعاعي في منطقة الثدي.



السيدات اللواتي يعانين من السمّة المفرطة وخصوصاً في سن الأمل.



أعراض سرطان الثدي:

سماكة في الثدي أو تحت الإبط



إفرازات من الحلمة (غير الحليب)



نقرة أو تجعد في جلد الثدي



تغير في حجم أو شكل الثدي



كتلة أو تورم في الثدي أو تحت الإبط
يختلف في ملمسه عن طبيعة ملمس
الثدي



دخول الحلمة للداخل أو تدلي الحلمة
للأسفل



تغير في الجلد ليصبح مثل جلد البرتقال



تقرح أو طفح جلدي مع تقشر وحكة في
الحلمة



إذا لاحظت وجود واحدة أو أكثر من العلامات المذكورة أعلاه، أو أي تغيير في شكل أو ملمس أو حجم الثدي، بادري فوراً بمراجعة الطبيب، وتذكري أن وجود أي من هذه الأعراض لا يعني بالضرورة الإصابة بالسرطان.

أهمية الكشف المبكر

تكاليف العلاج	العلاج	السيطرة على الانتشار	نسبة الشفاء	
أقل	فترة العلاج أقصر وجلسات أقل	فرصة انتشار الورم السرطاني خارج الثدي ضعيفة جداً	ترتفع لتصل إلى 99%	الكشف المبكر
مضاعفة	فترة العلاج أطول والجلسات أكثر كثافة	الورم السرطاني ينتشر إلى أعضاء أخرى خارج الثدي	تنخفض لتصل إلى ١٦%	الكشف المتأخر

الفحص الذاتي للثدي (الوعي الذاتي بصحة الثدي)

ما هو الفحص الذاتي الشهري للثدي (الوعي الذاتي بصحة الثدي)؟

الوعي الذاتي بصحة الثدي يعني التعرف على شكل وشعور ثدييك بحالتهم الطبيعية بحيث يمكنك اكتشاف أي تغييرات على الفور.

يعد الفحص الذاتي الدوري للثدي من طرق الوعي الذاتي بصحة الثدي، وهو فحص دوري تقوم به السيدة بنفسها للكشف المبكر عن سرطان الثدي ويتم عن طريق اللمس والنظر، وتنصح جميع النساء بإجرائه شهرياً ابتداءً من سن الخامسة والعشرين.

متى يجب إجراء هذا الفحص ؟

الفحص الذاتي/ الوعي الذاتي بصحة الثدي
مرة شهرياً ابتداءً من سن ٢٥

- ارفعي ذراعيك للأعلى (مضمومتين فوق رأسك) ولاحظي أي تغيير في وضعية الثديين من حيث: حجمهما، ارتفاعهما للأعلى بنفس النسبة، وجود أية انبعاجات جديدة، أو شد أحد الثديين أو كلاهما باتجاه معين.

يتم إجراء هذا الفحص عند الانتهاء من الدورة الشهرية، وتحديدًا ما بين اليوم ٧-١٠ من بداية الدورة الشهرية.



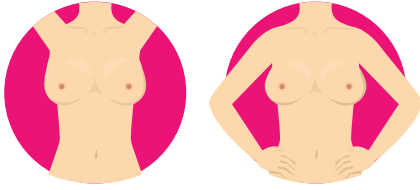
إذا كنت مرضعاً فعليك إجراء الفحص بعد التأكد من إفراغ ثديك من الحليب.



إذا كنت حاملاً أو بلغت سن الأمل فعليك تحديد يوم معين من كل شهر للقيام بهذا الفحص بشكل دوري، مثلاً اليوم الأول من كل شهر.



- ضعي يديك على خصرك مع شد عضلات الصدر.
- ضعي يديك على خصرك ثم انحني للأمام من منطقة الخصر



الخطوة الثانية / الفحص باللمس :

- قومي بإجراء هذا الفحص وأنت مستلقية على ظهرك.
- ضعي وسادة أو منشفة مطوية تحت الكتف جهة الثدي الأيسر، وضعي يدك اليسرى خلف رأسك.
- اجري الفحص باليد اليمنى باستخدام باطن الأصابع الثلاثة الوسطى، افحصي ثديك الأيسر بالضغط بشكل دائري خفيف ومن ثم متوسط ومن ثم عميق لكل بقعة. قومي بالانتقال من بقعة لبقعة دون رفع أصابعك.
- كرري ذلك بشكل دائري بحيث تبدئين بالفحص من دائرة الثدي الكبرى باتجاه الحلمة دون أن تتركي أي جزء دون فحص، وأخيرا عليك فحص تحت الأبط.

من هن النساء اللواتي يتوجب عليهن إجراء هذا الفحص؟

سرطان الثدي مرض يمكن أن يصيب أي أنثى، وتزداد فرص الإصابة به مع التقدم في العمر، لذلك يجب البدء بإجراء الفحص الدوري شهرياً منذ سن الخامسة والعشرين؛ وذلك لتتعرف المرأة على كثافة وطبيعة ثديها لتتمكن لاحقاً من ملاحظة أي تغيير في شكل وطبيعة الثدي.

كيف يتم إجراء الفحص الذاتي للثدي؟

الخطوة الأولى: الفحص بالنظر:

- قفي أمام مرآة كبيرة بعد نزع الملابس حتى الخصر.
- من خلال النظر في المرآة، راقبي وتفحصي ثديك للتأكد من عدم وجود أية تغييرات غير طبيعية في شكل الثدي. هذه التغييرات تشمل وجود تورم أو تغيير في جلد الثدي، تغير في الحلمة و/أو اتجاهها، وجود إفرازات غير طبيعية، ويمكنك أيضاً ملاحظة هذه التغييرات من خلال القيام بما يلي:

ما هي الأمور التي سيقوم بها الطبيب؟

الاستفسار عن تاريخك الطبي لتقييم مخاطر الإصابة.



إعطاؤك معلومات كاملة عن كل خطوة من خطوات الفحص السريري للثدي.



الإجابة عن جميع الأسئلة التي لديك حول صحة الثدي.



ما هي الأمور التي عليك أن تناقشها مع طبيبك؟

أخبري طبيبك عن المناطق من ثديك التي تشعرين أنها ليست طبيعية.



استفسري من طبيبك عن الكلمات غير الواضحة والمعلومات الإضافية حول صحة الثدي.



ما هي الخطوات التي تسبق الفحص السريري؟

يمكنك الطلب من أحد أفراد أسرته أو صديقته أو إحدى الموظفات أن تحضر الفحص معك إذا رغبت في ذلك.



يتم إجراء الفحص في غرفة خاصة.



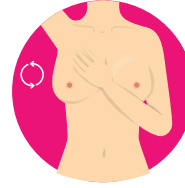
عليك نزع الجزء العلوي من ملابسك.



• بعد الانتهاء من فحص الثدي الأيسر، قومي بفحص الثدي الأيمن متبعة نفس الخطوات السابقة.

• أما إذا كان لديك ثدي ممتلئ أو كبير الحجم، فاتبعي نفس الإجراءات مع إزاحة الثدي جانبا لفحص الجانب الآخر.

• يمكنك إعادة الفحص خلال الاستحمام، حيث أن الصابون يخفف الاحتكاك وقد يعمل على تسهيل عملية الإحساس بالكتل.



الفحص السريري

ما هو الفحص السريري للثدي؟

الفحص السريري للثدي هو الفحص الذي تقومين به لدى طبيبك حيث يقوم الطبيب بفحص الثدي من خلال النظر إلى أي تغيير في حجم أو شكل الجلد أو الحلمة ومن ثم يقوم وباستخدام باطن أصابعه الوسطى بتحسس الثدي للبحث عن أي كتلة أو شكل غير طبيعي في الثدي.

متى يجب إجراء هذا الفحص؟

الفحص السريري

مرة سنوياً ابتداءً من سن ٢٥

ماهي المنطقة التي سيقوم الطبيب بفحصها؟

سيقوم طبيبك بفحص منطقة الصدر كاملة والتي تمتد من عظمة الترقوة إلى نهاية القفص الصدري كما تشمل منطقة تحت الإبط.

ما هي خطوات الفحص السريري للثدي؟

أثناء جلوسك:

١. ينظر الطبيب أو الممرضة إلى ثدييك ليري إن كان هناك أي تغيرات في شكل الثدي أو في الجلد أو في الحلمة وقد يطلب منك:

- إبقاء ذراعيك مسترختين على جانبي جسمك.
- وضعهما فوق رأسك.
- وضعهما حول خصرك.

٢. يقوم الطبيب أو الممرضة بفحص الغدة اللمفاوية فوق وتحت عظمة الترقوة ومنطقة تحت الإبط لديك بحثاً عن أي تورم محتمل.

أثناء قيامك بالاستلقاء:

• يقوم الطبيب أو الممرضة بفحص أنسجة الثدي باستخدام باطن أصابع اليد الثلاثة الوسطى وهذا يساعد الطبيب على لمس جميع أنسجة الثدي.

• يقوم الطبيب بفحص أنسجة ثديك ومنطقة تحت الإبط باستعمال ثلاثة مستويات من الضغط: الخفيف، المتوسط و العميق، وهذه المستويات الثلاثة تساعد على تلمس جميع طبقات أنسجة الثدي التي قد يكون فيها كتل. وفحص الأنسجة العميقة قد يسبب أحياناً بعض الإزعاج ولكنه هام للغاية.

نهاية الفحص :

- قد يوضح لك طبيبك الطريقة المثلى لقيامك بفحص ثدييك؛ لتتمكني من التعرف على ملمس الأنسجة الطبيعي و تحديد وجود أي تغيير.
- ستحدثين مع طبيبك حول الخطة المناسبة التي عليك اتباعها للفحص المنتظم والمتابعة.

الفحص الشعاعي للثدي (الماموجرام)

ما هو الفحص الشعاعي للثدي (الماموجرام)؟

هو الفحص الأمثل لاكتشاف سرطان الثدي مبكراً، ويعتبر من أدق الوسائل للكشف المبكر عن التغيرات التي قد تطرأ على الثدي.

هو عبارة عن تصوير الثدي بالأشعة السينية، ويمكن لهذه الصورة اكتشاف أي نمو أو كتلة في الثدي صغيرة أو كبيرة قبل أن تتمكني أنت أو طبيبك من اكتشافها.

متى يجب إجراء فحص الأشعة للثدي؟

فحص الأشعة الماموجرام

مرة كل سنة إلى سنتين ابتداءً من سن ٤٠

بغض النظر عن عمرك، في حال ملاحظة أية تغيرات أو أعراض في الثدي كوجود كتلة، إفرازات، تقرحات أو إحمرار في الجلد، راجعي طبيبك مباشرة.

كيف يتم الفحص الشعاعي؟

ستطلب منك فنية الأشعة نزع الجزء العلوي من ملابسك قبل التصوير.

ستقوم فنية الأشعة بتوضيح كيفية الوقوف أمام الجهاز حيث ستقوم بتصوير كل ثدي على حدة.

سيتم وضع الثدي على آلة التصوير ثم يتم الضغط على الثدي قليلاً.

قد تشعرين بالانزعاج قليلاً من عملية الضغط ولكن ذلك ضروري للحصول على صور ذات جودة عالية.

من المهم جداً اتباع التعليمات وعدم الحركة أثناء الفحص.

ماذا إذا ظهرت أي كتلة في الثدي؟

إذا ظهرت أي كتلة في صور الثدي قد يوصي الطبيب بإجراء فحوصات أخرى أو بأخذ عينة من الكتلة، لكن لا تقلقي لأن أغلب الكتل التي تظهر في الصورة حميدة وليست بالضرورة سرطانية.

هل للأشعة أي ضرر أو تأثيرات جانبية؟

إن كمية الإشعاع التي يتعرض لها الثدي نتيجة لإجراء الماموجرام قليلة جداً ومحسوبة بحيث لا تشكل خطورة على صحتك نتيجة لتكرارها، كما أن النفع العائد من التصوير يفوق بكثير حجم الضرر الناجم منه.

ماهو أفضل وقت لإجراء الفحص؟

- يفضل إجراء فحص الماموجرام فور الانتهاء من الدورة الشهرية وحتى منتصف الشهر من الدورة، تجنبني الأسبوع الأخير قبل موعد بدء الدورة المقبلة حيث تؤثر التغيرات الهرمونية على طبيعة الثدي.

- في حالة انقطاع الدورة الشهرية، وإذا كنت قد بلغت سن الأمل يمكنك إجراء الفحص في نفس الموعد من كل سنة.

- لا ينصح بإجراء فحص الماموجرام خلال الحمل أو الرضاعة، وعليك مراجعة طبيبك إذا كنت تعاني من أي مشكلة خلال هذه الفترة.

كيف يتم التحضير لإجراء فحص الأشعة (الماموجرام)؟

- أحضري جميع الصور القديمة للثدي والتي قمت بإجرائها سابقاً إن وجدت.

- ينصح بأخذ حمام يوم الفحص وعدم استعمال مزيلات العرق أو أية بودرة أو سائل ملطف لأنها قد تؤثر على الصورة.

- يتطلب الفحص كشف الجزء العلوي من الجسم فقط. يرجى مراعاة ذلك بارتداء ملابس من قطعتين منفصلتين مثل قميص وبنطال أو تنورة.

تذكري عزيزتي!

الهدف من الفحص الدوري هو كشف المرض قبل ظهور الأعراض. لذلك التزمي بالفحص حتى دون وجود أعراض. الفحص الذاتي الشهري للثدي فحص بسيط وسهل.

تخصيص ١٠ دقائق شهرياً لنفسك قد ينقذ حياتك ويغيرها للأبد.

الفحص الذاتي وحده لا يكفي، بل يجب أن يرافقه فحص دوري سريري عند الطبيب وفحص الأشعة (الماموجرام) الذي يتم إجراؤه وفق العمر والتاريخ المرضي للمرأة.

اكتشاف الورم السرطاني مبكراً ينقذ حياتك، لأن نسبة الشفاء حينئذ قد تصل إلى ٩٩٪.

الفحص الذاتي فحص شهري ودوري عليك القيام به بشكل منتظم مدى الحياة ابتداء من سن الخامسة العشرين.

بغض النظر عن عمرك، في حال ملاحظة أية تغيرات أو أعراض في الثدي كوجود كتلة، إفرازات، تقرحات أو إحمرار في الجلد، راجعي طبيبك مباشرة.

سيدتي، لا تنسي!

إن اكتشاف سرطان الثدي مبكراً وعلاجه مبكراً يؤدي في أغلب الأحيان للشفاء التام.

الكشف المبكر ينقذ الحياة



مؤسسة الحسين للسرطان
مركز الحسين للسرطان

الراعي البلاتيني

hikma.



الراعي الذهبي



الشريك الإستراتيجي



الراعي البرونزي



الراعي الفضي



الشركاء الداعمون



المستشفيات الداعمة

الراعي البونتي



الراعي الفضي



الأرقام المجانية

زين

اورانج و أرضي

0800 00 500 | 0800 22 246



Jordan Breast Cancer Program



JBCPJordan



www.jbcp.jo

