

الحملة الوطنية
للتوعية ضد سرطان الثدي
2014

بتذكرك
بكل شيء...
ذكرًا بالصورة
الشعاعية.

LEB-MED11209/14

This material was printed by Roche

08-513323	مؤسسة الحريري الطبية مركز البقاع الصحي الإجتماعي
08-377731	مؤسسة الحريري مركز بعلبك الصحي الإجتماعي
08-241231	مؤسسة الحريري مركز عرسال الحكومي الصحي الإجتماعي
08-330024	مركز شمسطار الصحي (الهيئة الصحية الإسلامية)
08-335720	مركز النبي شيت الصحي (الهيئة الصحية الإسلامية)
08-373512	مركز فرج بلوق الصحي (الهيئة الصحية الإسلامية)
08-819019	مركز البقاع لترقق العظم وأمراض الثدي
08-510018	مركز بر الياس الصحي
08-233655	مركز النبوة للرعاية الصحية الأولية

06-392020	مؤسسة الحريري الطبية مركز طرابلس الصحي الإجتماعي
06-445549 / 03-541631	مركز التصوير الشعاعي الطبي
06-610809	مركز محمد الجسر للأشعة

07-753505	مؤسسة الحريري الطبية مركز عين الحلوة الصحي الإجتماعي
07-760152	مركز الجنوب الطبي النبطية (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-733964/03-720885	مركز صيدا الطبي
07-343860/1	مركز الجنوب للتشخيص الطبي
07-470097/470109	مركز العناية الطبي الإجتماعي عين إبل
07-740070	مركز الصليب الأحمر صور
07-506777/07506444	الكيان (مركز مصيلح)

البقاع

الشمال

الجنوب

01-566222	مركز السان مارك الطبي
01-360260	مركز الأطباء للأشعة
01-660894/663898	مؤسسة مخزومي
01-736086/8/9	مركز الظريف الطبي
01-291003	المركز اللبناني الكندي
01-499767	مركز كاريتاس
01-472180	المركز التحاليل الطبية

01-855595	مؤسسة الحريري الطبية مركز طرابلس الصحي الإجتماعي
01-544889	مركز دار الحوراء (الهيئة الصحية الإسلامية)
01-555533-03-555544	مركز آيا

01-273029	المركز اللبناني الفرنسي للأشعة وأمراض الثدي - حارة حريك
01-374100/1/2	الجمعية اللبنانية لرعاية المعوقين
01-544146/03-964780	مركز جنى للتصوير الشعاعي
01-319122/705638	مركز مار الياس للأشعة
01-454005/454006	الكيان (مركز بيروت)
01-550133	مركز التأخي الطبية

01-248575	المركز الطبي للتصوير الشعاعي الدورة
01-898384	مختبر سان جورج الطبي
05-550606	لجنة الأمهات في لبنان / عاليه
04-911179	سنتر تست أند كبر
05-951917	المركز الطبي للتصوير الشعاعي بعيدا
01-885222	مركز السان مارك الطبي - برج حمود
01-241222	مركز السان مارك الطبي - الزلفا
05-530960	مركز حمانا الصحي
05-814472	مركز إيفا

05-801971	مركز خلدة للتحاليل الطبية والتصوير الشعاعي
05-802549	مؤسسة الحريري الطبية مركز عرمون الصحي الإجتماعي
07-970000	مستشفى عثمان
05-502992	مركز التشخيصي الطبي

09-915207/917260	مركز جونية للتصوير على الأشعة وتشخيص الرادار
09-642785	سنتر سانت تريز
09-636735/643552	مختبر فيفدال الطبي
09-830031	مختبر الدكتور إيلي طالب

المراكز الطبية الخاصة

06-691103/690000	مستشفى عكار - رجال
06-950150/530	مستشفى البرجي
06-411111/2/3	مستشفى البر هيكيل
06-210181/210179/210186/205879	مستشفى الإسلامي الخيري
06-410025	مستشفى المظلوم
06-431400	مستشفى النبي
06-411700/411701/2/4/5/6	مستشفى السلام طرابلس
06-200527/200526-03-594900	مستشفى الحنان الخيري
06-461444/461555/461666	مستشفى الخير
06-430250/625796	مستشفى شاهين
06-351670/1/2/3/4/5/6/7	مستشفى سيدة السلام الراهبات الانطونيات
06-555230/555249	مستشفى مركز الشمال الإستشفائي

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

الجنوب

الجنوب

الجنوب

كسروان

06-691103/690000	مستشفى عكار - رجال
06-950150/530	مستشفى البرجي
06-411111/2/3	مستشفى البر هيكيل
06-210181/210179/210186/205879	مستشفى الإسلامي الخيري
06-410025	مستشفى المظلوم
06-431400	مستشفى النبي
06-411700/411701/2/4/5/6	مستشفى السلام طرابلس
06-200527/200526-03-594900	مستشفى الحنان الخيري
06-461444/461555/461666	مستشفى الخير
06-430250/625796	مستشفى شاهين
06-351670/1/2/3/4/5/6/7	مستشفى سيدة السلام الراهبات الانطونيات
06-555230/555249	مستشفى مركز الشمال الإستشفائي

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

06-691103/690000	مستشفى عكار - رجال
06-950150/530	مستشفى البرجي
06-411111/2/3	مستشفى البر هيكيل
06-210181/210179/210186/205879	مستشفى الإسلامي الخيري
06-410025	مستشفى المظلوم
06-431400	مستشفى النبي
06-411700/411701/2/4/5/6	مستشفى السلام طرابلس
06-200527/200526-03-594900	مستشفى الحنان الخيري
06-461444/461555/461666	مستشفى الخير
06-430250/625796	مستشفى شاهين
06-351670/1/2/3/4/5/6/7	مستشفى سيدة السلام الراهبات الانطونيات
06-555230/555249	مستشفى مركز الشمال الإستشفائي

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

07-443202/443201/443200	مستشفى علاء الدين
07-725181/724088/723244/723400	مستشفى دلاعة
07-762542/760455	مستشفى غندور
07-721021/07-723888	مستشفى حمود
07-740343/740198/280580	مستشفى جبل عامل
07-721375/724555/723333/724900/722555	مستشفى الجنوب - شعيب
07-741595 / 344423	مستشفى اللبناني الإيطالي (نجم)
07-343700	مستشفى حيرام
07-450100/2/3	مستشفى بنت جبيل (الهيئة الصحية الإسلامية)
07-442224/443344	مستشفى خروي العام

الشمال

الجنوب

01-366131/366130/369495/369494	مستشفى طراد والمركز الطبي (فقط يوم السبت)
01-474716/8/9	مستشفى البرج
01-821671/851773/853407/8/9/10	مستشفى الزهراء
01-328800	مستشفى رزق

01-248750/7	مستشفى مار يوسف
04-716000 / 718000	مستشفى أبو جودة
04-712111	مستشفى مركز الشرق الأوسط الصحي
04-983770	مستشفى بحنس
01-897300/1/2/3/4	مستشفى هارون
01-511488/9/511490/1	مستشفى اللبناني الكندي
04405050	مستشفى سرحال
05-457112/3/4/5/453500	مستشفى قلب يسوع
01-546200/1	مستشفى الحياة
01-544000/545000/03-544000	مستشفى بهمن
01-501500/ 01-501150	مستشفى المشرق

05-509001/504000/03-319961	مستشفى عين وزين
05-300882	مستشفى مركز يعقلين الطبي
05-270970	مستشفى بشامون التخصصي

09-644644/09-639040/3/5	مستشفى سيدة لبنان
09-540017	مستشفى سيدة مارتين
09-944255 / 09-541700	مستشفى سيدة المعونات
09-234201/2 / 234202	مستشفى سان جورج -عجلتون
09-933334	مستشفى سان لويس
09-850554	مستشفى كسروان الطبي

مدى انتشار سرطان الثدي

يعتبر سرطان الثدي من الأمراض الأكثر شيوعاً بين النساء. تتفاوت نسبة الإصابة بهذا الداء حيث تبلغ أعلى مستوياتها في الدول الأكثر تطوراً.

يلاحظ تزايد مستمر للإصابات في لبنان حيث تبلغ نسبة الإصابة حالياً حوالي 83 حالة لكل 100,000 امرأة سنوياً. في لبنان يشكل سرطان الثدي أكثر من ثلث الإصابات من مجمل إصابات السرطان لدى النساء و21% من مجموع حالات السرطان.

العوارض التي يجب التنبه لها ومراجعة الطبيب بشأنها

لا يكون سرطان الثدي مؤلماً في بادئ الأمر ولكنه يسبب بعد فترة تغييرات يجب مراجعة الطبيب بشأنها فوراً. هذه التغييرات هي:

- إنتفاخ أو ورم غير عادي داخل أو قرب الثدي حتى المنطقة الممتدة تحت الإبط
- تغيير في حجم أو شكل الثدي
- تغيير في لون أو ملمس الثدي
- إجمار، حكاك أو طفح جلدي
- ألم في الحلمة أو إفرازات غير مألوفة خاصة إذا كانت دمياً
- إنقلاب في الحلمة، طفح عليها أو حولها

من الجدير ذكره أن هذه التغييرات قد تكون أسبابها مرتبطة بالسرطان أو ناجمة عن أورام حميدة غير مؤذية. المهم هو عدم الإهمال ومراجعة الطبيب فوراً لضمان السلامة والوقاية.

الفئات الأكثر تعرّضاً من غيرها للإصابة بسرطان الثدي

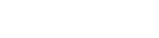
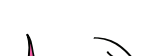
- النساء فوق سن الأربعين
- النساء قبل سن الخامسة والثلاثين اللواتي ينتمين إلى عائلات لها تاريخ إصابة بسرطان الثدي في عائلتهن (أمهاتهن، أخواتهن، خالاتهن، جداتهن)
- النساء اللواتي لم ينجبن أو اللواتي تزوجن وأنجن بعد سن الثلاثين
- النساء اللواتي عانين سابقاً من سرطان الثدي في أحد الثديين
- النساء ذوات الوزن الزائد، وخصوصاً في القسم الأعلى من الجسم

ثلاث خطوات للكشف المبكر عن سرطان الثدي

الخطوة الأولى: الفحص الذاتي للثدي

على المرأة أن تخضع للفحص الذاتي للثدي إبتداءً من سن العشرين وذلك مرة في الشهر. يجرى هذا الفحص بعد إنتهاء الدورة الشهرية بثلاثة لخمسة أيام. إن المرأة التي مرت بسن الأمل معرضة أيضاً للإصابة بسرطان الثدي لذلك ينبغي أن تختار يوماً محدداً من كل شهر للقيام بالفحص الذاتي.

الوقوف أمام المرأة:



1- إضغطي يديك على وركيك

- قفي مستقيمة مقابل المرأة واليدين حول الأوراك. تأكدي من عدم وجود أي تغييرات في لون أو شكل الثديين أو الحلمتين
- تأكدي من عدم وجود أي تورم أو تجويف. إن الفرق البسيط في الحجم بين الثديين أمر طبيعي. يجب ألا تقلقي

2- ضعي يديك خلف رأسك

- أدبري صدرك يميناً وشمالاً وتأكدي من عدم حصول أي تغيير
- اضغطي برفق على حلمة كل ثدي وتأكدي من عدم وجود أي إفرازات

3- إنحني واضغطي يديك على وركيك

- ضعي يديك بحزم على خصرك وانحني بخفة أمام المرأة ومدّي كتفيك وكوعك للأمام
- تحققي من أي تغيّرات حوالى ثدييك

الإستلقاء وتحسس الثديين

- إستلقي على ظهرك، ضعي وسادة تحت كتفك الأيمن. اطوي كوعك الأيمن وضعي يدك اليمنى خلف رأسك
- بواسطة أصابع اليد اليسرى تحسّسي الثدي الأيمن برفق بحركات مستديرة وتأكدي من عدم وجود أي ورم أو كتلة وصولاً إلى تحت الإبط. كرري العملية في الجهة اليسرى باستعمال اليد اليمنى
- تسهل هذه العملية خلال الإستحمام بواسطة إستعمال الصابون.

الخطوة الثانية: الفحص السريري للثدي

إن الفحص السريري للثدي من قبل طبيبك يجب أن يكون جزءاً من الفحص الدوري الذي يجرى مرة كل ثلاث سنوات للنساء بين العشرينيات والثلاثينيات، ومرة كل سنة للنساء في سن الأربعين وما فوق.

الخطوة الثالثة: الصورة الشعاعية للثدي أو ما يعرف بالماموغرام

ما هو الفحص الشعاعي للثدي؟

يعتبر الفحص الشعاعي للثدي من أهم الطرق التي يمكن من خلالها التعرّف على سرطان الثدي قبل الشعور به جسدياً. إن هذا الفحص هو عبارة عن تصوير الثدي بأشعة إكس وهو قادر على اكتشاف التغييرات الصغيرة والدقيقة للأنسجة التي قد تحولت أو قد تحولت إلى ورم خبيث إذا لم تعالج في وقت مبكر.

كيف يتم تصوير الثدي؟

يتم تصوير الثدي بواسطة جهاز أشعة خاص بحيث يوضع الثدي بين طبقتين من البلاستيك لأخذ الصورة. إن تصوير الثدي بأشعة إكس هي طريقة سهلة وفعّالة ولا تستغرق سوى بضع دقائق. قد تشكل في بعض الأحيان إنزعاجاً بسيطاً ولكنها غير مؤلمة على الإطلاق. إن هذا الأسلوب في التصوير آمن للغاية لأنه لا يستخدم إلا جرعات قليلة من الأشعة. وهو يمكن الطبيب الأخصائي من تحديد وجود التغييرات غير الطبيعية في أكثر من 90% من الحالات. يصوّر كل ثدي مرتين كما هو متبع في حملات الكشف المبكر عن سرطان الثدي عالمياً. إن التعاون مع أخصائي التصوير مهم جداً، لذلك يمكن الإفصاح عن أي إنزعاج أو ألم خلال التصوير.

لماذا يجب إجراء الفحص الشعاعي وكم مرة؟

إن التصوير الشعاعي للثدي (الماموغرام) هو الضمانة الوحيدة للكشف المبكر. يجب إجراء هذا الفحص مرة كل سنة للنساء فوق سن الأربعين وحتى سن الخامسة والسبعين. تتزايد نسبة إحتمال الإصابة بسرطان الثدي مع التقدم في السن. لذلك ننصحك بعدم التردد بإجراء هذه الصورة خاصة إذا كنت قد بلغت الأربعين. وينصح بإجراء صورة (الماموغرام) في سن مبكر (قبل الأربعين) إذا تمّ تشخيص إصابات بسرطان الثدي عند المقرّبات من أفراد العائلة (الوالدة، الخالة، الجدة، الأخوات).

كيف يجب أن تستعدي لإجراء التصوير الشعاعي؟

يجب التأكد أولاً بأنك لست حاملاً (الرجاء مراجعة الطبيب إذا لم تكوني متأكدة). يجب الإمتناع عن وضع أية مساحيق وعلطور ودهون أو مزيل الرائحة على الصدر وتحت الإبط قبل التصوير. يجب أن تجرى الصورة بعد إنتهاء الدورة الشهرية بثلاثة إلى خمسة أيام.

ماذا يحدث لو افترضنا ظهور كتلة غير مألوفة في صورة الثدي؟

إن معظم الأورام أو الأكياس الغشائية هي أورام حميدة في 80% من الحالات وليست سرطانية. أما إذا كان هناك شك في ظهور أي كتلة غير مألوفة، يجب آنذاك مراجعة الطبيب لإجراء الفحوصات التكميلية أو العلاج اللازم.

المستشفيات الحكوميّة

مستشفى الكرنيتينا
مستشفى رفيق الحريري الجامعي

مستشفى بعبداء الحكومي
مستشفى البوار فتوح كسروان الحكومي
مستشفى ظهر الباشق

مستشفى صور الحكومي
مستشفى مرجعيون الحكومي
مستشفى صيدا الحكومي
مستشفى سبلين الحكومي
مستشفى ميس الجبل الحكومي
مستشفى بنت جبيل الحكومي
مستشفى حاصبيا الحكومي
مستشفى الرئيس نبيه بزي الجامعي الحكومي
مستشفى تبنين الحكومي

مستشفى طرابلس الحكومي
مستشفى سير الضنية الحكومي
مستشفى بشري الحكومي
مستشفى تنورين الحكومي
مستشفى إهدن الحكومي
مستشفى الدكتور عبد الله الراسي حلبا الحكومي

مستشفى بعلبك الحكومي
مستشفى الهرمل الحكومي
مستشفى راشيا الحكومي
مستشفى الرئيس إلياس الهراوي الحكومي - زحلة

المستشفيات الخاصة

مستشفى حداد راهبات الوردية
مستشفى اللبناني الجعيتاوي
مستشفى القديس جاورجيوس
مستشفى بيروت
مستشفى العناية بالأم والطفل
مستشفى الرسول الأعظم
مستشفى الساحل

على صحّة السّلامة الصّورة الشعاعية مرّة كلّ سنة إبتداءً من سنّ الأربعين.

تستمرّ الحملة حتى نهاية العام في:

المستشفيات الحكوميّة:

- الصّورة الشعاعية مجاناً

- الصّورة الصّوتية للثدي بكلفة 30 ألف ل.ل. (بناءً على طلب الطّبيب)

المستشفيات الخاصة والمراكز الطبية المعتمدة:

- الصّورة الشعاعية بكلفة 40 ألف ل.ل.

- الصّورة الصّوتية للثدي بكلفة 40 ألف ل.ل. (بناءً على طلب الطّبيب)

للإستفسار أو الشكاوى

1214



BreastCancerLebanon