

دليل فحص الثدي



احجزى فحصًا مجانيًا للثدي لمدة 10 دقائق عبر
الإنترنت على موقع breastscreen.org.au
أو اتصل على الرقم 13 20 50

قبل الفحص



- خططي لرحلتك واحضري مبكرًا لإتمام إجراءات التحقق من الهوية.
- املئي نموذج الموافقة والتسجيل، واقربي المعلومات المتوفرة حول موعدك الخاص بفحص الثدي.

أثناء الفحص



- سيطلب منك خلع الجزء العلوي من ملابسك وحمالة الصدر. يتوفر رداء طبي إذا رغبت في ارتدائه.
- سيضغط الجهاز بقوة على ثدييك لالتقاط صور الأشعة السينية.

بعد الفحص



- سنرسل لك النتائج خلال أسبوعين إلى 4 أسابيع.
- تجنب السفر لمدة 6 أسابيع بعد فحص الثدي تحسبًا لاحتياجك للعودة لإجراء فحوصات إضافية.

بعد عامين



- ستتلقيين تذكيرًا لحجز موعد الفحص التالي.

مجاني



يُجرى مع مختصة أشعة



يستغرق حوالي 10 دقائق



لا يتطلب إحالة من طبيب



متوفر في جميع أنحاء ولاية فيكتوريا



لماذا يُعد الفحص مهمًا؟

يُعدّ فحص الثدي مهمًا لأنه يُساعد على الكشف المبكر عن سرطان الثدي، غالبًا قبل ظهور أي أعراض. يُساهم اكتشاف السرطان في مراحله المبكرة في زيادة فرص نجاح العلاج، وقد يتطلب إجراءات أقل توغلاً، ويُقلل من خطر الوفاة.





قبل فحص الثدي

ما هي BreastScreen Victoria؟

BreastScreen Victoria هي قسم مُعتمد من BreastScreen Australia - البرنامج الوطني لفحص سرطان الثدي. ندعو سكان ولاية فيكتوريا الذين تتراوح أعمارهم بين 50 و74 عامًا والذين لا يُعانون من أعراض في الثدي لإجراء فحص مجاني للثدي (التصوير الشعاعي للثدي) كل عامين. كما يُمكن للنساء اللواتي تتراوح أعمارهن بين 40 و49 عامًا واللواتي تزيد أعمارهن عن 74 عامًا إجراء الفحص مجانًا. مع ذلك، نوصي باستشارة الطبيب للتأكد من أن فحص الثدي هو الخيار الأنسب بناءً على العوامل الصحية الفردية.

ما هو فحص الثدي؟

فحص الثدي هو تصوير الثدي بالأشعة السينية بجرعة منخفضة، يُنصح بإجرائه كل سنتين من سن 50 إلى 74 عامًا. في BreastScreen Victoria، نلتقط عادةً صورتين بالأشعة السينية لكل ثدي - واحدة من الأعلى والأخرى من الجانب. يمكن لفحص الثدي الكشف عن الأورام السرطانية الصغيرة جدًا التي لا يمكن الشعور بها. كلما تم اكتشاف السرطان مبكرًا، زادت احتمالية نجاح العلاج.

هل فحص الثدي آمن؟

في كل مرة تخضعين فيها لفحص الثدي، يتعرض ثديك لكمية ضئيلة جدًا من الإشعاع. تُظهر الأبحاث أن فوائد فحص الثدي في الكشف المبكر عن السرطان تفوق أي مخاطر إشعاعية.

ماذا لو لاحظتُ تغيرات في الثدي؟

من المهم أن تتعرفي على الشكل والملمس الطبيعيين لثديك. إذا لاحظتِ أي تغيرات في الثدي، مثل ظهور كتلة جديدة، أو إفرازات من الحلمة، أو احمرار، فراجعِي الطبيب في أقرب وقت ممكن. يُرجى عدم زيارة BreastScreen Victoria.

هل سأحتاج إلى إحضار صور الأشعة السينية

السابقة للثدي؟

إذا أُجريتِ فحص الثدي الأخير خارج برنامجنا، فسنطلب صور الأشعة من مقدم الخدمة بموافقتك. من المهم أن نحصل على نسخة من صور الأشعة السينية السابقة للثدي لمقارنتها والتأكد من عدم وجود أي تغييرات جوهرية.

هل سأحتاج إلى مشاركة تاريخ عائلتي الطبي؟

نجمع معلومات حول تاريخ عائلتك الطبي فيما يتعلق بسرطان الثدي والمبيض لنتمكن من تقدير احتمالية إصابتك بسرطان الثدي.

قبل تعبئة استمارة التسجيل، يُرجى التحدث مع عائلتك حول تاريخ عائلتك الطبي. لمزيد من المعلومات، تفضلي بزيارة

[.breastscreen.org.au/family-history](https://breastscreen.org.au/family-history)

ماذا لو كنت قد أجريتُ عملية زراعة الثدي؟

يمكن لمعظم النساء اللواتي لديهن زراعة الثدي الخضوع لفحص الثدي.

يُرجى قراءة النشرة الإرشادية بعنوان فحص الثدي مع زراعة الثدي (*Breast screening with implants*) على الموقع الإلكتروني

[.breastscreen.org.au/breastimplants](https://breastscreen.org.au/breastimplants)

لن نقدم لك أي نصائح بخصوص مشاكل زراعة الثدي. إذا لاحظت أي مشكلة أو كنت قلقة بشأن زراعة الثدي، يُرجى مراجعة الطبيب في أقرب وقت ممكن.

ماذا أرتدي لموعدي؟

ارتدي قطعتين منفصلتين من الملابس، مثل بلوزة مع تنورة أو بنطال، حتى تتمكني من خلع البلوزة فقط عند الحاجة، دون الحاجة إلى تغيير ملابسك بالكامل. يُرجى ارتداء الحد الأدنى من المجوهرات. إذا كان شعرك طويلاً، يُرجى إحضار ربطة شعر أو رفعه.

ماذا لو كنتُ أخطط للسفر بعد فترة وجيزة من فحص الثدي؟

نرجو منك تجنب السفر لمدة 6 أسابيع على الأقل بعد موعد فحص الثدي، تحسباً لطلب العودة لإجراء فحوصات إضافية.





أثناء فحص الثدي

ماذا سيحدث خلال موعدي؟

ستستقبلكِ موظفة الاستقبال وتتأكد من بياناتكِ. وبعد تأكيد بياناتكِ، ستصطحبكِ مختصة أشعة إلى غرفة التصوير الشعاعي للثدي. ستشرح لكِ مختصة الأشعة الفحص. وبعد ذلك، سيطلب منكِ خلع بلوزتكِ وحماله صدركِ. يتوفر رداء طبي إذا رغبتِ في ارتدائه.

ستقوم مختصة الأشعة بوضعكِ في الوضعية المناسبة لفحص الثدي، حيث ستقوم بلمس ثديكِ كما هو مطلوب منها وتعديل وضعية جسمكِ لضمان أن يكون كل ثدي في الوضعية الصحيحة للتقاط صور واضحة. يتم التقاط صورتين لكل ثدي من الجانب ومن الأعلى. قد يلزم التقاط صور إضافية.

هل يمكنني التحدث مع مختصة الأشعة؟

يمكنكِ التحدث مع مختصة الأشعة في أي وقت خلال موعديكِ. ستسعد بالإجابة على أي أسئلة أو معالجة أي مخاوف لديكِ.

هل فحص الثدي مؤلم؟

من الطبيعي الشعور ببعض الانزعاج أثناء فحص الثدي، ولكن هذا الشعور لن يستمر إلا لبضع ثوانٍ. وذلك لأن ثديكِ يحتاجان إلى الضغط بقوة بين لوحين على جهاز التصوير الشعاعي للثدي حتى تتمكن من التقاط صور أشعة سينية واضحة. يُرجى إخبار مختصة الأشعة إذا شعرتِ بأي ألم. ستعمل معكِ لضمان أن يكون فحص الثدي مريحاً قدر الإمكان. يمكنكِ طلب إيقاف فحص الثدي في أي وقت.

هل سيتم الضغط على الثدي؟

هناك عدة أسباب مهمة تستدعي الضغط على ثديكِ أثناء فحص الثدي. فالضغط يُثبت الثديين ويُقلل من حركتهما، كما يُساعد على فصل أنسجة الثدي والحصول على صور أشعة سينية واضحة. ويُقلل أيضاً من كمية الإشعاع اللازمة لكل صورة.



بعد فحص الثدي

متى سأحصل على النتائج؟

ستتم مراجعة صور الأشعة السينية لثديك بشكل مستقل مرتين على الأقل. إذا شاركت في برنامجنا التجريبي لقراءة الصور، فقد تتم مراجعتها بواسطة برنامج متخصص بالإضافة إلى طبيب واحد على الأقل مُدرَّب تدريبًا خاصًا (أخصائي أشعة). ستستغرق النتائج من أسبوعين إلى 4 أسابيع. سيتم إرسال نسخة منها إلى طبيبك. ستلقين تذكيرًا بموعدك القادم.

هل سيُطلب مني العودة لإجراء المزيد من الفحوصات؟

قد نطلب منك العودة لإجراء المزيد من الفحوصات إذا كانت هناك منطقة في صور الأشعة السينية لثديك تحتاج إلى مزيد من الفحص. معظم الحالات التي يتم استدعاؤها لا تكون مصابة بسرطان الثدي. إذا كانت هذه أول مرة تخضعين فيها لفحص الثدي، فمن المرجح أن يتم استدعاؤك مرة أخرى، حيث لن تتوفر لدينا صور أشعة سينية سابقة للمقارنة.

أين سأحتاج لإجراء المزيد من الفحوصات؟

قد تُجرى الفحوصات الإضافية في مكان مختلف عن مكان موعد فحص الثدي الأول. لدينا عيادات تقييم متخصصة في جميع أنحاء الولاية، مجهزة بأحدث التقنيات لإجراء أي فحوصات إضافية مطلوبة.

هل يكشف فحص الثدي عن جميع أنواع السرطان؟

يُعد فحص الثدي أفضل طريقة للكشف عن سرطان الثدي في مراحله المبكرة. مع ذلك، فهو ليس دقيقًا بنسبة 100%. هناك احتمال ضئيل أن تبدو صور الأشعة السينية للثدي طبيعية حتى في حال وجود سرطان.

هل سأبلغ عن كثافة أنسجة الثدي عندي؟

نعم، سيتم إبلاغك بفتة كثافة أنسجة الثدي عندك مع نتائج الفحص.

لمزيد من المعلومات حول كثافة أنسجة الثدي، تفضلي بزيارة موقع breastscreen.org.au/breastdensity أو الاتصال على الرقم

13 20 50 لطلب نشرة معلومات.



بعد عامين

ماذا يحدث عند حلول موعد فحص الثدي التالي؟

يُعدّ فحص الثدي كل سنتين بين سن 50 و 74 عامًا أفضل طريقة للكشف المبكر عن سرطان الثدي. سنرسل إليك تذكيرًا بموعد فحص الثدي التالي. إذا كان عمرك بين 40 و 49 عامًا أو أكبر من 74 عامًا، فلن تتلقي تذكيرات، لذا يُرجى التأكد من تسجيل هذه المعلومات بالطريقة الأنسب لك.

ماذا أفعل بين فحوصات الثدي؟

قد يتطور سرطان الثدي في أي وقت. حتى عند إجراء فحص الثدي كل سنتين، من المهم أن تتعرفي على الشكل والملمس الطبيعيين لثدييك من خلال الفحص الذاتي المنتظم. إذا لاحظت أي تغييرات غير طبيعية في ثدييك، مثل ظهور كتلة جديدة، أو إفرازات من الحلمة، أو احمرار، أو ألم لا يزول، فراجعي الطبيب فورًا.

للمزيد من المعلومات، تفضلي زيارة صفحة أعراض الثدي على موقعنا الإلكتروني [.breastscreen.org.au/breastsymptoms](https://breastscreen.org.au/breastsymptoms)





ماذا يحدث إذا لزم إجراء فحوصات إضافية؟

لماذا تُطلب مني العودة لإجراء فحوصات إضافية؟

طلبنا منك العودة لإجراء فحوصات إضافية لوجود منطقة في صورة الثدي الشعاعية (الماموغرام) تحتاج إلى مزيد من الفحص. هذا جزء من عملية التقييم لدينا.

لدينا عدة عيادات تقييم في أنحاء الولاية. من المحتمل أن تكون عيادة التقييم التي ستذهبين إليها مختلفة عن العيادة التي أُجريت فيها فحص الثدي.

معظم الحالات التي تُستدعى لإجراء فحوصات إضافية لا تكون مصابة بسرطان الثدي.

هل هناك تكلفة للفحوصات الإضافية؟

جميع الفحوصات التي تُجرى ضمن البرنامج مجانية.

مع من يمكنني التحدث قبل موعدي؟

يمكنك التحدث إلى ممرضة استشارية مؤهلة قبل موعدك.

تُدرج رقم الهاتف ذي الصلة في مراسلاتنا.

ماذا سيحدث خلال موعدي؟

عند وصولك، سيستقبلك أحد أعضاء الفريق ويشرح لك الإجراءات.

سيُطلب منك قراءة نموذج الموافقة وتوقيعه، حتى يتمكن الفريق من إجراء الفحوصات اللازمة.

سيقوم فريق من الأخصائيين بتقييم المنطقة من ثديك الذي يحتاج إلى فحص.

سيُقدم لك فريق التقييم الدعم طوال زيارتك ويجب على أي استفسارات لديك.

كم سيستغرق موعدي؟

يُرجى تخصيص ما يصل إلى نصف يوم لموعدك. كما يُمكننا تزويدك بشهادة حضور لتقديمها لمكان عملك.

ما هي الفحوصات التي سأحتاجها؟

ستحتاجين إلى بعض أو كل الفحوصات التالية:

التصوير الشعاعي ثلاثي الأبعاد للثدي:

نستخدم نوعًا متطورًا من التصوير الشعاعي للثدي للحصول على صورة أكثر تفصيلاً لمنطقة الثدي التي تتطلب فحصًا. يُسمى هذا النوع بالتصوير الشعاعي ثلاثي الأبعاد أو التصوير المقطعي التخليقي. يلتقط التصوير الشعاعي ثلاثي الأبعاد عددًا من صور الأشعة السينية (عادةً من 11 إلى 25 صورة) من زوايا مختلفة، ثم يُعيد تركيبها لإنشاء صورة ثلاثية الأبعاد.

التصوير بالموجات فوق الصوتية للثدي:

قد نستخدم التصوير بالموجات فوق الصوتية لرؤية أنسجة الثدي بمزيد من التفصيل. لإجراء التصوير بالموجات فوق الصوتية، نضع جلاً على الثدي ونُمرر مسبارًا على الجلد. لا يُفترض أن يكون التصوير بالموجات فوق الصوتية مؤلماً أو مزعجًا.

الفحص السريري للثدي:

قد يفحص الطبيب أي تغيّرات في الثدي يمكنه رؤيتها أو لمسها.

خزعة الثدي بالإبرة:

قد يستخدم الطبيب إبرة لأخذ عينة صغيرة من الخلايا أو الأنسجة من الجزء من الثدي الذي يحتاج إلى مزيد من الفحص. سيتم تزويدك بمزيد من المعلومات في حينه إذا كنت بحاجة إلى خزعة.

يرجى مناقشة أي مخاوف لديك مع فريقنا.

ما هي خياراتي؟

يمكنك سحب موافقتك وطلب إيقاف الفحوصات في أي وقت.

متى سأحصل على نتائجي؟

في معظم الحالات، سنتمكن من تسليم نتائجك في يوم زيارتك. مع ذلك، قد تستغرق نتائج الخزعة مدة تصل إلى أسبوع.

سنرسل أيضًا نسخة من نتائجك إلى طبيبك.

ماذا يحدث بعد ذلك؟

إذا لم نجد أي علامات لسرطان الثدي، فسندعوك للعودة لإجراء فحص الثدي بعد سنتين.

نشخص عددًا قليلاً من الحالات بسرطان الثدي، وإذا تم تشخيص إصابتك به، فسنرتب لك موعدًا مع طبيب وممرضة استشارية لمناقشة النتائج والخطوات التالية.

بعد ذلك، سنحيلك إلى طبيبك المعتاد الذي سيتولى ترتيب رعايتك المستمرة. غالبًا ما يتم اكتشاف سرطان الثدي في مراحله المبكرة. كلما تم اكتشاف السرطان مبكرًا، زادت احتمالية نجاح العلاج.

للمزيد من المعلومات، تفضلي بزيارة موقع breastscreen.org.au



خصوصيتك

في BreastScreen Victoria، نستخدم المعلومات التي تقدمينها ونتائج فحوصاتك للكشف عن سرطان الثدي وإرسال تذكيرات بموعد الفحص التالي. لا يُسمح بالوصول إلى معلوماتك إلا للأشخاص المصرح لهم. ولن نستخدم أو نفتح عن أي معلومات تُعرّف بك إلا بموافقتك، أو عندما يلزمنا القانون بذلك. ولن يُتاح الوصول إلى معلوماتك لأغراض البحث إلا بموافقة أخلاقية. تفضلي بزيارة موقع [.breastscreen.org.au/privacy](http://breastscreen.org.au/privacy)



للحجز، تفضلي بزيارة موقع
breastscreen.org.au
أو اتصلي على الرقم 13 20 50

امسحي ضوئياً للاستماع:
بودكاست
Behind the Screen



لذوي صعوبات السمع أو النطق: TTY 13 36 77



للحصول على دعم الترجمة الفورية: 13 14 50



للحصول على معلومات مترجمة:
breastscreen.org.au/translations



تُعرِّب BreastScreen Victoria عن امتنانها من
دعم حكومة ولاية فيكتوريا.

