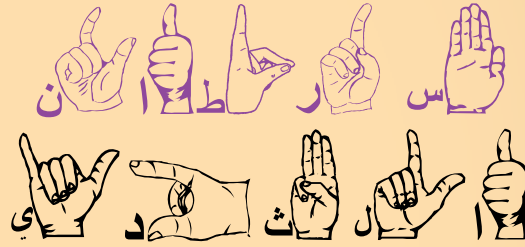




الثدي سرطان



جامعة الملك عبدالعزيز بجدة
مركز الشيخ محمد حسين العمودي
للتميز في رعاية سرطان الثدي

هاتف: ٠٠٩٦٦٢٦٩٥٢٠٠٠ تحويلة: ٢١٠٣٦

فاكس: ٠٠٩٦٦٢٦٤٠٨٣٩٧

صندوق بريد: ١٤٠٢٩٥ جدة ٢١٣٣٣



هاتف: ٠٠٩٦٦٢٦٩٥٢٠٠٠ تحويلة: ٢١٠٣٦

فاكس: ٠٠٩٦٦٢٦٤٠٨٣٩٧

صندوق بريد: ١٤٠٢٩٥ جدة ٢١٣٣٣



سرطان الثدي

خطوات الفحص المبكر

١) قضي أمام المرآة بعد أن تتجردي من ملابس منطقة الصدر ضعي ذراعيك على الجانبين كما في الشكل.. تفحصي وجود أي تغيير في شكل الثدي أو الحلمة أو وجود تغييرات في الجلد عما كان عليه في السابق.

٢) ضعي يديك على منطقة الحوض كما في الشكل مع الضغط قليلا وميلي بجسمك الى الأمام هل تشاهدين أي تغييرات في شكل الثدي أو الحلمة مثل وجود انكماش في الجلد أو تغيير موضع الحلمة أو احمرار وتورم.

٣) ضعي يديك خلف رأسك ثم اخفضي يديك للأمام وأيضا شاهدي أي تغييرات في الثدي أو الحلمة.































٤) افحصي الثديين براحة الأصابع الثلاثة كما في الشكل أمامك إضغطي بشكل منتظم وحاولي أن تغطي كل مساحة الثدي خاصة المنطقة التي خلف الحلمة.

- لاتنسي فحص المنطقة التي تحت الأبط براحة يديك لأنها جزء أساسي من الفحص الذاتي للثدي.
- اضغطي الآن على الحلمة ولاحظي وجود أي إفرازات خاصة لو كانت مصحوبة بدم.

٥) استلقي الآن على ظهرك وأعيدي الخطوة رقم ٤ وأنت مستلقية ثم ضعي وسادة تحت الكتف الأيسر كما في الشكل ليصبح الثدي مسطحا وسهل الفحص لاكتشاف أي كتل وباستعمال اليد اليمنى افحصي الثدي الأيسر وكرري الفحص للجهة الثانية بنفس الطريقة.























                   

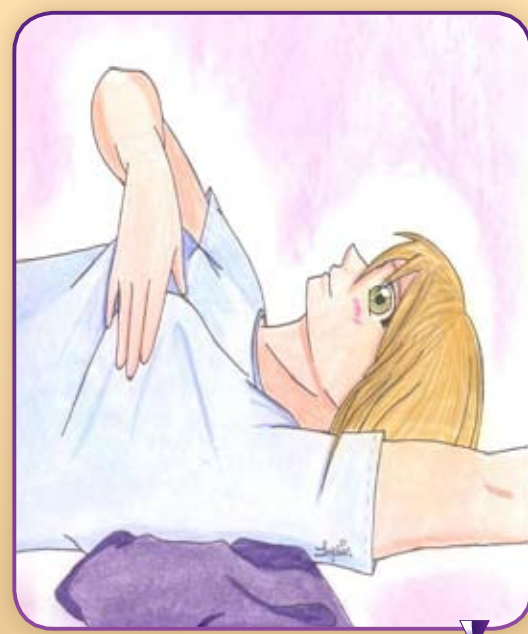
                   



 0



 3



 4



 5



 6