

حافظي على قوتك وصحتك من أجل عائلتك.

كيفية الحصول على موعد

عند فحص الثدي، هل لاحظت:

- تغييراً في شكل أو حجم الثدي؟
- كتلة لم تشعر بها من قبل؟
- أي تغييرات في الحلمة لم تشاهديها من قبل مثل النزيف أو الإفرازات؟
- أي تغييرات في الجلد المحيط بالثدي؟
- أي تورم في منطقة الإبط أو الترقوة؟
- أي ألم غير اعتيادي في الثدي؟



دليلك إلى صحة الثديين

إذا وجدت أو شعرت بأية تغييرات في الثدي، أخبري طبيبك.

اتصلي بالرقم 13 20 50 أو احجزي عبر الإنترنت على الموقع
www.breastscreen.qld.gov.au

إذا كنت بحاجة إلى مترجم، يرجى إخبار موظفينا عند أخذ الموعد.



إذا كنت بحاجة إلى المساعدة بلغتك، يرجى الاتصال بخدمة الترجمة الخطية والشفوية (TIS) على الرقم 131 450.

لا حاجة للحصول على إحالة طبيب لإجراء موعد لدى
.BreastScreen Queensland

يمكن أن تقدّم خدمات BreastScreen Queensland أيضاً:

- حجوزات لمجموعات
- محاضرات تثقيفية للمجموعات ضمن المجتمع
- مواعيد أطول إذا لزم الأمر

يرجى ذكر هذا الكتيب عند إجراء الموعد.



تصوير الثدي هو أفضل وسيلة للتحقق من
صحة الثديين.



Mercy

"نصحتني إحدى الصديقات بأن أجرب BreastScreen Queensland لأنها أحببت مدى اهتمامهم بها."



Anna

"لا يمكنك التقاط عدوى سرطان الثدي من شخص آخر، والأشخاص المصابون بسرطان الثدي لم يفتروا أي خطأ!"



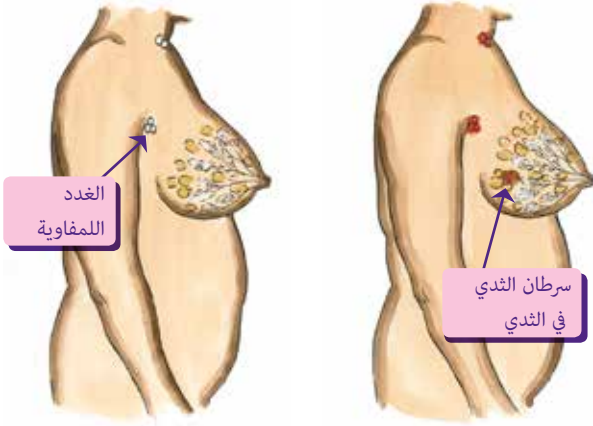
Raima

"عندي بنات. يجب أن تكون الأمهات قدوة."

من إعداد مستشفى مترو الشمالي والخدمات الصحية في كوينزلاند.
الرسوم التوضيحية من تصميم جولي هايسوم.

ما هو سرطان الثدي؟

سرطان الثدي هو خلايا سرطانية غير صحية تنمو في الثدي. يمكن أن تسبب لك هذه الخلايا غير الصحية المريض الشديد. إذا تم اكتشاف هذه الخلايا السرطانية في وقت مبكر يمكن علاجها.

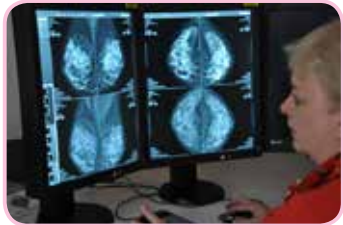


ما هو فحص الثدي؟

تصوير الثدي هو فحص للبحث عن خلايا سرطانية في الثدي.

يتم استخدام آلة خاصة للتصوير بالأشعة السينية لأخذ صورة لداخل ثديك.

هذه الصور يمكن أن تساعد الأطباء على معرفة ما إذا كان هناك خلايا سرطانية في الثدي.



تصوير الثدي هو أفضل وسيلة للتحقق من صحة الثدي.

يمكن أن يظهر تصوير الثدي التغييرات الصغيرة جداً التي لا نراها أو نشعر بها.

من هم الذين يمكنهم الحصول على تصوير مجّاني للثدي؟

- جميع النساء في سن الخمسين وما فوق.
- يمكن للنساء من عمر الأربعين الحصول أيضاً.
- من الضروري جداً الخضوع لتصوير الثدي كل سنتين.

ماذا يحدث خلال الموعد لدى BreastScreen؟



ستقوم بصورة إشعاعية بتصوير الثدي باستخدام جهاز خاص بالأشعة السينية.

سيتم ضغط الثدي لفترة قصيرة جداً.

تعرفي على الثدييك بشكل جيد.

تعرفي على شكل الثدييك وحجمهما وملسهما. تختلف النساء عن بعضهن البعض، لذا اعرفي ما هو "طبيعي" بالنسبة لك. أخبري طبيبك إذا لاحظت أية تغييرات في الثدييك.

إليك ٣ طرق سهلة لفحص ثدييك.



1. افحصي ثدييك عند الاستحمام
 - اضغطي برفق على جميع أنحاء الثدي بأطراف أصابعك
 - تحسسي المناطق التي تصل إلى رفتك والترقوة.
 - تحسسي تحت إبطك

2. افحصي ثدييك أثناء النوم

- استلقي بشكل مسطح وضعي ذراعاً واحدة تحت رأسك
- اضغطي بلطف على جميع أنحاء ثدييك



3. انظري إلى الثدييك في المرآة ابحتي عن:

- احمرار أو تورم
- طمح جلدي أو جلد متقشر
- تغيير في حجم الثدي أو في الحلمة



من الضروري أن تفحصي ثدييك بانتظام. ليس هناك طريقة صحيحة أو خاطئة لفحص الثديين.