

# آلام وأورام الثدي معلومات أكثر



تعتبر التغيرات التي تطرأ على الثدي أمراً شائعاً. وقد تشعر المرأة بهذه التغيرات أو بأنواع متعددة من الألم في الثدي في بداية تكون الثدي أو بداية الدورة الشهرية أو خلال الحمل وأيضاً مع التقدم في العمر. وقد تشعر المرأة أيضاً بظهور كتلة في الثدي وأنه أصبح حساساً أكثر، ولكن معظم الكتل والتغيرات التي تطرأ على الثدي هي ليست سرطانية.

## تصنف الأم الثدي إلى :

١. **الأم دورية:** حيث يكون الألم مرتبطاً بالدورة الشهرية نتيجة لعدم التوازن في هرمونات الجسم قبل الدورة، إذ قد يكبر حجم الثدي ويصبح حساساً. ويبدأ الألم عادة قبل أسبوع من موعد الدورة ويقل بالتدرج خلال الأيام الأولى وغالباً ما يكون الألم في كلا الثديين.

٢. **الأم غير دورية:** تظهر عندما يكون الألم غير مرتبط بالدورة الشهرية، وقد تشتكي منه السيدة بأوقات متفاوتة أو فترات متواصلة غير مرتبطة بالدورة الشهرية ويكون بجهة واحدة فقط. وقد يكون بسبب وجود كتلة أو التهاب أو رضوض في الثدي أو نتيجة شد عضلي أو إجهاد. إضافة إلى ذلك هناك نوع آخر من الألم بسبب الإصابة بالسرطان وتحدده السيدة بجهة واحدة ومكان محدد مع أو بدون وجود كتلة محسوسة ومع أو بدون تغير بالجلد وهنا يلزم مراجعة الطبيب فوراً.

## تغيرات في جهة واحدة من الثدي وعدم التحسن مع العلاج بسرعة يتطلب عمل فحوصات إضافية لمعرفة سببها

٣. **الأم مرتبطة بأشياء أخرى** تظهر في كلا الجهتين بسببها استخدام حبوب منع الحمل، أو أدوية لعلاج العقم أو برنامج تعويض الهرمونات. تختلف شدة الألم من سيدة لأخرى ومن حالة لأخرى، فتتراوح بين آلام بسيطة إلى أخرى شديدة أو مزعجة قد تؤثر على حياة السيدة وراحتها.

## أسباب الأم الثدي:

١. المواد المنبّهة مثل القهوة والشاي والشوكولاتة والمشروبات الغازية تسبب ألماً في الثدي لإحتوائها على مادة الكافيين.
٢. استعمال حبوب منع الحمل.
٣. التغيرات الحاصلة بسبب تأثير الهرمونات الأنثوية:
  - الدورة الشهرية .
  - أثناء البلوغ قد تظهر آلام طفيفة في الثدي بسبب نمو الثدي.
٤. التهاب الثدي، وخصوصاً أثناء الرضاعة.
٥. لبس حمالة للثديين غير مريحة أو بمقاس لا يناسب حجم الثديين.
٦. الأورام المختلفة، وتكون إما أوراماً حميدة أو أوراماً خبيثة.
٧. الإضطرابات النفسية.
٨. الرضوض والكدمات.

## العلاج:

- يختلف علاج الألم تبعاً للأسباب المؤدية له ويجب مراجعة الطبيب لمعرفة السبب ومن ثم علاجه، وهناك خطوات أخرى يمكنك إتباعها وهي:
- التقليل من المنبهات مثل الشاي والقهوة والمشروبات الغازية والشوكولاتة.
  - لبس حمالة للثديين مريحة وبمقاس مناسب.

## أورام الثدي

### أنواع أورام الثدي :

- 1- ورم حميد : وهو كتلة تظهر في الثدي ويصبح جزء محدد من النسيج مختلف عن بقية الأنسجة ويظهر في أي سن وعلاجه يعتمد على حجمه ونوعه فيما إذا كان عبارة عن ألياف أو دهون أو سائل.
- 2- ورم خبيث (ورم سرطاني): ورم يغزو ويدمر الأنسجة، ومن الممكن أن ينتشر إلى أماكن أخرى في الجسم عن طريق مجرى الدم والجهاز الليمفاوي وقد لا يرافقه ألم وغالبا ما يظهر في جهه واحدة. احتمالات ظهوره تكون أكبر مع التقدم في العمر. ولكن أيضا من الممكن أن يظهر في أي عمر.

يعتبر الفحص الذاتي للثدي أول خطوات الكشف المبكر عن أي تغيرات غير طبيعية ويتم بشكل دوري مرة واحدة في الشهر بعد إنتهاء الدورة الشهرية ، وإذا كنت في سن الأمان فعليك اختيار يوم محدد في الشهر تقومين فيه بعمل الفحص.

## فحوصات الكشف عن نوع الأورام:

- الفحص الطبي: حيث يقوم الطبيب الإختصاصي (جراح أو نسائي) بفحص كلا الثديين ومنطقة تحت الإبط وقد يطلب إجراء المزيد من الفحوصات وقد تكون إحدى الفحوصات التالية أو جميعها.
- تصوير الثدي بالأشعة (الماموغرافي)
  - فحص بالأشعة فوق الصوتية (الأولتراساوند)
  - أخذ عينة من الكتلة وفحصها مخبريا.

## العلاج:

يعتمد على نوع الورم وحجمه بعد التأكد من نوع الورم عن طريق الفحوصات التي ذكرت سابقا. فالأورام الحميدة من الممكن أن تصغر في الحجم أو تختفي نهائيا مع الوقت. أما الأورام الخبيثة فتتطلب تدخلا جراحيا وعلاجات أخرى.

© جمعية أصدقاء المريض الخيرية - القدس

+972 2 6279962 / 6264674 ☎

pfsjer@yahoo.com  
www.pfsjerusalem.org

