

الوقاية والفحص  
تحديد وتقليل ووقاية

# سرطان الثدي:

## ما هو سرطان الثدي؟

يبدأ سرطان الثدي عندما تتغير خلايا الثدي السليمة وتنمو خارج نطاق السيطرة، وتشكل عادة كتلة تسمى الورم. سرطان الثدي هو أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين النساء في الولايات المتحدة، باستثناء سرطان الجلد. يمكن للرجال أيضاً أن يصابوا بسرطان الثدي.

## ما الذي يجب عليك أن تبحث عنه؟

- كتلة أو ألم في الثدي
- سماكة أو تورم في جزء من الثدي
- تهيج أو تنقير في جلد الثدي
- احمرار أو تقشر الجلد على الثدي
- سحب الحلمة إلى الداخل أو الشعور بألم في منطقة الحلمة
- خروج سوائل أخرى غير حليب الثدي من الحلمة، وخاصة الدم
- تغير في حجم وشكل الثدي

## ما يمكنك القيام به حيال ذلك:

- إذا كان لديك تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الثدي، تحدث مع طبيبك حول الاختبارات الجينية وطرق أخرى لتقليل المخاطر
- حافظ على وزن صحي
- تمارن بانتظام
- الحد من المشروبات الكحولية
- أرضعي أطفالك
- تعرّف على شكل صدرك، ولاحظ أي تغييرات تحدث
- تصوير الثدي بالأشعة السينية
- التصوير بالرنين المغناطيسي للثدي (MRI)
- تعرّف على ما هو طبيعي لثديك:

[www.acog.org/womens-health/faqs/mammography-and-other-screening-tests-for-breast-problems](https://www.acog.org/womens-health/faqs/mammography-and-other-screening-tests-for-breast-problems)



1 من أصل 8\*

نساء سيتم تشخيصهن بالإصابة بسرطان الثدي خلال حياتهن

## اخضع للفحص

لمعرفة المزيد، يمكنك الاتصال أو إرسال رسالة نصية أو القيام بالمسح الضوئي أو زيارة الموقع للبدء اليوم!  
أرسل رسالة نصية: "SCREEN" إلى 43386  
الاتصال على الرقم: 833.727.3665  
تفضل بزيارة: [go.rutgers.edu/BreastCancer](http://go.rutgers.edu/BreastCancer)  
المسح الضوئي:



**Screen NJ**  
CANCER PREVENTION  
EDUCATION AND DETECTION