

## كيف يُعالج سرطان الثدي؟

oboeikan.com

## كيف يعالج سرطان الثدي؟

في الواقع هناك عدة أساليب لعلاج السرطان ويعتمد الاختيار من بينها على حجم الورم ودرجته ومدى انتشاره في منطقة الصدر أو مناطق أخرى من الجسم. وتشمل وسائل علاج سرطان الثدي:

### التدخل الجراحي

ويعتمد التدخل الجراحي أساسا على حجم الورم ومدى انتشاره، سواء في المنطقة المحيطة بالثدي أو في أجزاء أخرى من الجسم. وفي هذه الحالة يتم استئصال الورم فقط إذا كان محدودا أو يستأصل الثدي ككل في حالة ما إذا كان الورم منتشرا بشكل كثيف في جميع أنسجة الثدي.

### العلاج الكيميائي

وهو علاج يستهدف الخلايا السرطانية لقتلها، ويعطى بشكل دوري من خلال الحقن الوريدي. ويمكن أن يلي هذا العلاج إجراء الجراحة بحيث يتم القضاء على الخلايا السرطانية التي قد تكون متبقية بعد استئصال الورم من منطقة الثدي.

## العلاج الإشعاعي

هو علاج موضعي يتم بواسطة استخدام أشعة قوية تعمل على قتل الخلايا السرطانية وإيقاف نشاطها. ويلجأ لهذا النوع من العلاج في حالة انتشار الورم في أجزاء مختلفة من الجسم، بحيث لا يمكن إجراء الجراحة لاستئصال الورم.

## العلاج الهرموني

يستهدف العلاج الهرموني عرقلة الخلايا السرطانية عن استقبال الهرمونات الهامة لنموها مثل الإستروجين. ويتم هذا العلاج من خلال إخضاع المريضة لبعض العقاقير التي تغير من وظيفة الهرمونات أو عن طريق استئصال الأعضاء المنتجة لهذه الهرمونات مثل المبايض. ويختلف علاج سرطان الثدي حسب المرحلة أو الدرجة التي يكون عليها الورم. وهناك أربعة مراحل يتطور من خلالها سرطان الثدي، ولكل منها أسلوب علاج:

## المرحلتين الأولى والثانية

الأورام السرطانية في هاتين المرحلتين يقل حجمها عن 5 سم<sup>3</sup> مع احتمال وجود غدد ليمفاوية تحت الإبطن. وفي هذه الحالة يتم استئصال الورم الموضعي وإزالة الغدد الليمفاوية مع الإبقاء على الثدي، ثم تخضع المريضة لكورس علاج كيميائي.

وفي حال وجدت خلايا سرطانية فى الغدد الليمفاوية، فلا بد من إخضاع المريضة لكورس علاج كىماوي مكمل، لا سيما إذا كانت السيدة لم تصل بعد إلى سن اليأس. وتخضع المريضة للعلاج الهرموني إذا كانت خلايا السرطان لديها من النوع الموجب للمستقبلات الهرمونية. ومن ناحية أخرى إذا كان حجم الثدي صغيرا والورم كبيرا نسبيا، فيجب فى هذه الحالة استئصال كامل الثدي مع الغدد الليمفاوية، ثم تخضع المريضة لكورس علاج كىماوي وهرموني، وإذا تطلب الأمر يمكن أن تخضع أيضا لكورس علاج إشعاعي.

### المرحلة الثالثة

يكون الورم فى هذه الحالة أكبر من 5 سم 3 ويكون قد امتد وانتشر إلى عضلات الصدر والغدد الليمفاوية والجلد المحيط بمنطقة الصدر. وفي هذه الحالة لا بد من إخضاع المريضة لكورس علاج كىماوي قصير قبل التدخل الجراحي حتى ينكمش الورم. وإذا استجاب الورم للعلاج الكىماوي، فيمكن فى هذه الحالة استئصاله مع الغدد الليمفاوية والإبقاء على الثدي ثم تستكمل المريضة كورس العلاج الكىماوي والإشعاعي والهرموني.

### المرحلة الرابعة

فى هذه المرحلة يكون الورم قد انتشر إلى مناطق أخرى فى الجسم خارج حدود منطقة الصدر عموما، وإذا كانت الخلايا السرطانية من النوع

الموجب لمستقبلات الهرمونات فيكون العلاج الهرموني هو الحل الأمثل. ويلجأ الطبيب للعلاج الكيماوي في حالة ما إذا كانت الخلايا السرطانية من النوع السالب لمستقبلات الهرمونات. وقد يضطر الطبيب للتدخل الجراحي لاستئصال جزء أو كل الثدي. وعموماً يكون العلاج الإشعاعي هو الخيار الأخير إذا كانت الخلايا السرطانية قد انتشرت في كامل أنحاء الجسم.

### الفحص الذاتي للثدي

يجب على كل سيدة أن تفحص ثديها بشكل دوري. ويكون الفحص الذاتي للثدي مرة كل شهر في اليوم السادس أو السابع من الدورة الشهرية للتأكد من زوال الألم المصاحب للدورة. وإذا كنت قد وصلت لمرحلة ما بعد الطمث فيكون الفحص في موعد محدد من كل شهر. ويفضل أن يكون الفحص أثناء الاستحمام وأمام المرأة لملاحظة الأمور التالية:

- أية أورام في موضع معين
- تغير في شكل أو حجم الثدي
- انخفاض أو نتوءات بالجلد
- تغير في لون الجلد
- خروج إفرازات خاصة الإفرازات الدموية من الحلمة بعد الضغط الخفيف عليها

- أي تغيير في الملمس ولون البشرة
- ضمور الحلمتين وتجدد البشرة
- انكماش الحلمة إلى داخل الثدي
- كتل أو تجمعات في الثدي أو منطقة تحت الإبط (عادة ما تكون غير مؤلمة).

- تغيرات في حجم وشكل الحلمة
- تهيج في الحلمة أو جلد الثدي
- تغيير في وضعية الحلمة
- ألم وتكلس في أنسجة الثدي
- الشعور بثقل في الثدي
- ارتفاع درجة حرارة الثدي

## كيفية إجراء الفحص الذاتي للثدي

أثناء الاستحمام ويديك مبللتين بالصابون لتسهيل الفحص، قفي أمام المرأة مستقيمة واليدين حول الخصر، ثم قومي برفع ذراعيك لأعلى، ولاحظي وجود أية تغيرات في لون أو شكل الثديين أو الحلمتين. تأكدي من عدم وجود أي تورم أو تجويف مع ملاحظة أن الفرق البسيط في الحجم بين الثديين أمر طبيعي. يجب أن يشمل الفحص الجزء الواقع بين الثدي

والإبط.

وهناك طريقة أخرى للفحص الذاتي في وضعية الاستلقاء، حيث يبدأ الفحص بأن تستلقي على ظهرك بشكل مريح مع وضع وسادة تحت الكتفين. ابدأي بفحص الثدي الأيمن برفع الذراع اليمنى وثنيها خلف الرأس. قومي بتفحص دقيق بكف اليد اليسرى في شكل حركات دائرية مع تحسس الحلمة بشكل نصف دائري والضغط الخفيف عليها للتأكد من عدم وجود أية إفرازات غريبة. ثم تفحص منطقة تحت الإبط اليمنى للتأكد من عدم وجود أية أورام.

تكرر بعدها العملية نفسها في الثدي الأيسر ومنطقة تحت الإبط اليسرى. وفي كل مرة يجرى الضغط على الحلمة للتأكد من عدم وجود أي إفرازات.

## **المخاطر التي تزيد من احتمالية الإصابة بسرطان الثدي:**

### **كونك أنثى.**

كونك أنثى يشكل عامل خطورة للإصابة بسرطان الثدي يأتي في المرتبة الأولى.

### **السن**

من المعروف أن خطر الإصابة بسرطان الثدي يزداد بالتقدم في العمر، وتحدث أغلب حالات الإصابة بسرطان الثدي للسيدات الأكبر من

٥٠ عاماً. ولما كان سرطان الثدي يتطور ببطء، فإن معظم الحالات تكون لسيدات مسنات.

وهناك حوالي ٧٧ بالمائة من حالات سرطان الثدي تشخص بعد سن ٥٥ عاماً، في حين أن هذه النسبة تبلغ فقط ١٨ بالمائة عند النساء في الأربعينيات من عمرهن.

### **العمر عند بدء الدورة الشهرية**

كلما بدأت السيدة أول دورة حيض لها في سن أبكر (أقل من ١٢ عاماً) كلما زادت فرصة إصابتها بسرطان الثدي مقارنة بالمعدل الطبيعي للإصابة.

ويحدث ذلك بسبب هرمون الإستروجين الذي تكون السيدات في هذه الحالة قد تعرضت له لفترة أكبر من حياتها.

### **أقارب الدرجة الأولى**

يزيد عدد أقارب الدرجة الأولى من السيدات (الأم، الأخوات، والبنات) اللاتي أصبن بسرطان الثدي من فرصة الإصابة بسرطان الثدي. فقد أكدت العديد من الأبحاث العلمية أن وجود إصابة واحدة أو أكثر لدى أقارب الدرجة الأولى من السيدات (الأم، الأخوات، والبنات) يزيد من مخاطر إصابة السيدة بسرطان الثدي.

## العوامل الوراثية

تمثل حالات سرطان الثدي الناجمة عن خلل جيني حوالي ١٠ بالمائة فقط من جملة الحالات. والجينان المسئولان عن هذه الإصابات هما BRCA1 و BRCA2، علماً بأن هذه الجينات يحملها الرجال والسيدات، ولذا يمكن توريثها عن طريق الأب أو الأم.

## الإصابة السابقة بسرطان الثدي

عند التعرض للإصابة بسرطان الثدي فإن احتمال خطر الإصابة في الثدي الآخر ترتفع بنسبة ٣ إلى ٤ أضعاف.

## الحمل والرضاعة

إذا حدث أن تأخرت السيدة عن الإنجاب إلى ما بعد الثلاثين من عمرها فإن ذلك يزيد من فرص إصابتها بسرطان الثدي. أما فيما يخص الرضاعة فقد يعمل الإرضاع الطبيعي من الثدي إلى الحد من نسبة الإصابة بسرطان الثدي خصوصاً إذا تواصلت الرضاعة الطبيعية لمدة سنة ونصف إلى سنتين.

وقد أثبتت الدراسات أن النساء اللاتي أنجبن عدد أكبر من الأولاد وأولئك اللاتي أرضعن لمدة أطول تكون مخاطر تعرضهن للإصابة بسرطان الثدي أقل من غيرهن.

وبالإضافة إلى العوامل السابقة، فهناك عدة عوامل أخرى تسهم بشكل

أقل فى مخاطر الإصابة بسرطان الثدي، من هذه العوامل:

- الغذاء المحتوي على الدهون
- التعرض للإشعاع
- تناول الهرمونات فى فترة ما بعد انقطاع الطمث
- استمرار الدورة الشهرية لما بعد سن الخمسين
- السمنة المفرطة
- الإفراط فى شرب الكحول
- عدم ممارسة الرياضة
- التعرض المستمر للتلوث البيئي
- التدخين
- عدم الانجاب
- الاصابات السابقة بسرطان الثدي

## كيف تتجنبين سرطان الثدي؟

هناك بعض النصائح التى فى حال عملت بها السيدة فيمكن أن تتجنب

إلى حد بعيد الإصابة بسرطان الثدي، من هذه النصائح:

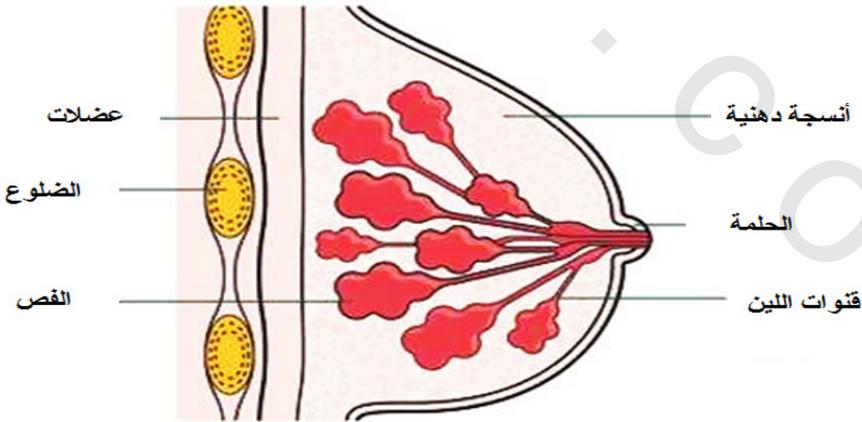
- التقليل من تناول الدهون وتجنب البدانة

- الإكثار من تناول الفاكهة والخضروات الطازجة.
  - ممارسة النشاط الرياضي لفترة ٤ ساعات أسبوعياً.
  - الحمل المبكر، فالسيدات اللائي يكون حملهن الأول قبل سن ٢٠ عاماً تتخفف لديهن فرصة الإصابة بسرطان الثدي.
  - الرضاعة الطبيعية، فالسيدات اللائي يرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية من الثدي تتخفف لديهن فرص الإصابة بسرطان الثدي.
  - تجنب شرب الكحول.
  - تجنب الأدوية التي تحتوي على الهرمونات بعد انقطاع الطمث.
  - الحرص على تناول العقاقير الدوائية المثبطة لهرمون الاستروجين بعد بلوغ سن الستين عند السيدات اللواتي تتوافر لديهن عوامل خطر الإصابة بسرطان الثدي.
  - تجنب التدخين.
- وفيما يلي مجموعة من الأسئلة التي تشمل كل ما يدور بذهن السيدات، سواء المصابات أو غير المصابات بسرطان الثدي. وتشمل هذه الأسئلة التعريفات الأساسية وكيفية تلقي العلاج الكيماوي والإشعاعي والهرموني وكيفية التأقلم مع العلاج. تضم أيضاً السطور التالية إجابات واضحة عن مسائل قد تخجل بعض السيدات من مناقشتها مثل العلاقات الحميمة من الأزواج بعد وأثناء تلقي العلاج الكيماوي أو الإشعاعي.

## تعرفي أكثر على سرطان الثدي

### هل هناك أنواع مختلفة من سرطان الثدي؟

نعم. معظم أورام الثدي الخبيثة هي نوع من سرطان يسمى سرطان الخلايا الطلائية carcinoma. وينشأ هذا السرطان من الخلايا المبطننة للأعضاء والتي تسمى الخلايا الطلائية epithelial cells. وداخل الثدي هناك فصيصات (حيث يصنع اللبن ويخزن) وقنوات (وهي أنابيب يمر فيها اللبن إلى الحلمة) (شكل ١).



شكل (1): تشريح الثدي.

ويسمى سرطان الثدي الذي يبدأ نشوؤه فى الفصيصات "سرطان الفصيصات الاجتياحي *invasive lobular carcinoma*،

بينما يسمى ذلك السرطان الذي ينشأ أولاً فى القنوات بسرطان القنوات الاجتياحي *Invasive Ductal Carcinoma*. وهنا أيضا نوع من السرطان ينشأ مبكرا يسمى سرطان القنوات الموضعي *Ductal Carcinoma in Situ*. وفى هذا الأخير تنشأ الخلايا السرطانية فى القنوات، غير إنها لم تمتلك بعد القدرة على الغزو والانتشار لباقي أنسجة الثدي. ومن اللازم، حال اكتشافها، أن تستأصل جراحيا لأنها يمكن أن تتحول إلى خلايا قادرة على الانتشار، ومن ثم تنتشر لباقي أنسجة الثدي ومنه إلى باقى أعضاء الجسم.

وهناك أيضا أنواع أقل شيوعا من أورام الثدي مثل سرطان الثدي الالتهابي ومرض باجيت *Paget Disease*.

## هل تسلك جميع أنواع سرطان الثدي نفس النهج؟

تختلف أنواع سرطان الثدي باختلاف المنشأ كما سبقت الإشارة، وعليه فكل نوع منها يتصرف بشكل مختلف عن الأنواع الأخرى. كما إن معدل نمو الخلايا فى كل نوع يختلف بشكل جذرى من نوع لآخر.

وهناك أنواع من سرطان الثدي يمكن علاجها بسهولة أكثر من أنواع

أخرى. ولا يزال العلماء غير مدركين على وجه الدقة لماذا تستجيب بعض أنواع سرطان الثدي للعلاج بينما لا تستجيب أنواع أخرى.

وقد بدأ العلماء في تحديد وفهم الأنواع الفرعية من سرطان الثدي، وهو ما يساعد على التنبؤ بفرص نجاة السيدة، كما إنه يساعد في وضع الأسلوب الأمثل للعلاج. وكل نوع فرعي من أنواع سرطان الثدي يشمل مجموعة من الأنسجة طبعا باختلاف نوعيات البروتينات الموجودة داخل هذه الأنسجة.

## لماذا أصبت بسرطان الثدي؟

في الغالب كل الأشخاص الذين أصيبوا بالسرطان يطرحون التساؤل ذاته. الكثير من الناس يسأل مريضات السرطان عن السبب وراء إصابتهن به. وهى لو كانت تعلم الحقيقة لما أخفتها، فالأصعب من تلقي سؤال تافه مثل هذا هو عدم وجود إجابة واضحة لدى مريضة سرطان الثدي. وما يمكن قوله بشكل علمي أنه لا إجابة على سؤال لماذا تصاب سيدة بسرطان الثدي في مرحلة ما من حياتها.

على إن أصعب الأشياء التي تطلب من السيدة المريضة هي "لا تقلقي"، "تشجعي"، "كوني صبورة" معروف تماما مدى صحة ما يقال للسيدة غير إن تنفيذ هذه النصائح يتطلب امرأة تتسم بالإيمان، لا بشيء آخر.

## هل يمكن شفائي من سرطان الثدي؟

نعم. معظم السيدات اللائي عولجن من سرطان الثدي أكملن حياتهن بشكل طبيعي بدون حدوث انتكاسات. ومع الأسف ليست كل السيدات تشفى تماما من سرطان الثدي. وهناك سيدات تصاب بسرطان ثدي ثانوى فى أى منطقة أخرى من الجسم، بعد أن يكن قد عولجن من سرطان الثدي الأولي. ويمكن أن يظهر هذا السرطان الثانوي بعد عد أعوام من علاج السرطان الأولي. ولا يمكن لطبيبك أن يضمن لك عدم حدوث ذلك، غير إن الفترة التى شخص فيها المرض لديك ودرجته وعمرك وعدة عوامل أخرى يمكن أن تعطي مؤشرات أولية عن إمكانية حدوث أو انتشار السرطان.

## لماذا عاودني سرطان الثدي بعد أن كنت قد عولجت منه؟

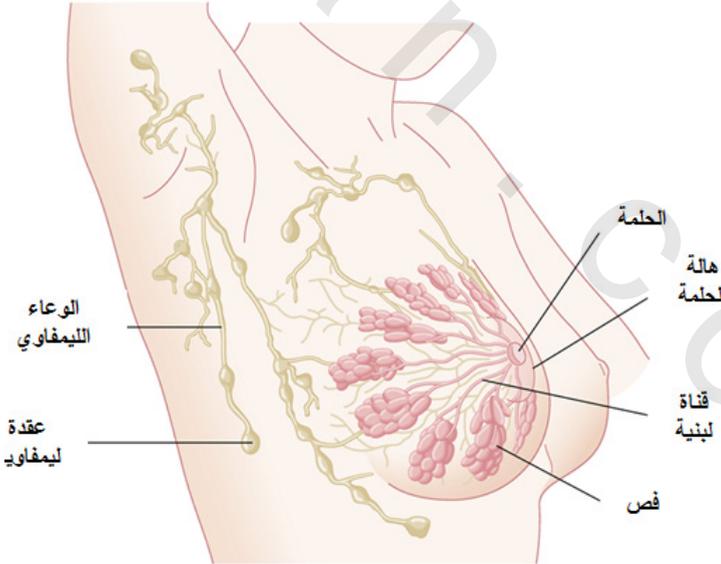
عادة ما يستغرق الوقت عدة أشهر أو حتى سنوات لكي ينمو سرطان الثدي إلى الحجم الذي يمكن معه اكتشافه وتشخيصه. وخلال هذه الفترة الصامتة فهناك متسعا من الوقت أمام الخلايا السرطانية لغزو الأنسجة المحيطة أو حتى الأنسجة البعيدة فى الجسم (ويسمي فى هذه الحالة بسرطان الثدي الثانوي).

وعندما يتم تشخيص الورم الأولي فى الثدي تكون الأورام الثانوية أصغر من أن تُكتشف وتُشخص. وإذا ما تمت إزالة الورم الرئيسي من الثدي بشكل

تام، وبدا ظاهريا أنه ليس هناك خلايا سرطانية أخرى، فإن خلايا سرطان الثدي الثانوية تنمو هناك في مكان آخر.

ويمكن أن تظل هناك صامتا لأشهر أو ربما لسنوات، كما فعل من قبل السرطان الأولي، حتى تصل الخلايا للحجم التي تظهر معه الأعراض. والأمر يتطلب فقط خلية سرطان الثدي واحدة لم تعالج (كيميائياً أو إشعاعياً) لكي يحدث المرض مرة أخرى.

وتنتشر خلايا سرطان الثدي لمختلف أجزاء الجسم من السرطان الأولي عبر النظام الليمفاوي أو عبر تيار الدم (شكل ٢). وعندما ينتشر سرطان الثدي، على سبيل المثال إلى العظام، يسمى سرطان الثدي الثانوي في العظام. وهذا لأن الخلايا السرطانية في العظام هي في الأساس خلايا ثدي.



شكل (2): تشريح منطقة الثدي.

وعندما يعود سرطان الثدي مرة أخرى للحدوث سواء فى نفس الثدي الذى أجريت فيه الجراحة أو حوله يسمى ذلك الانتكاسة الموضعية Local recurrence. وعندما ينتشر السرطان فى المناطق المحيطة بالثدي مثل الجلد وعضلات جدار الصدر والعقد الليمفاوية أسفل عظام القص، وبين الضلوع أو فى العقد الليمفاوية أعلى عظام الترقوة، فيسمى فى هذه الحالة الانتكاسة النطاقية Regional Recurrence.

## **أشاهد الكثير عن سرطان الثدي فى وسائل الإعلام، فهل أصبح سرطان الثدي منتشرًا إلى هذا الحد؟**

يعتبر سرطان الثدي من أكثر أنواع السرطان التى تصيب السيدات فى العالم. وبالرغم من إن سرطان الثدي يصنف على إنه سرطان مرتبط بالدول المتقدمة، إلا إن ما يقرب من ٦٠ بالمائة من حالات الوفاة الناجمة عنه تحدث فى الدول النامية. وهناك عدة أسباب وراء ذلك. فنحن نعيش الآن فترات أطول من أسلافنا، وعلى ذلك فهناك فرصة أكبر أمام الخلايا السرطانية لكي تتشأ وتتمو مكونة وربما خبيثًا.

كما إن وسائل تشخيص المرض غدت أقوى وأدق، مما جعل الأطباء يشخصون المزيد من الحالات كل عام مع تزايد التقنيات المستخدمة فى ذلك.

وأخيرا فهناك تغير دراماتيكي فى أنماط الحياة لدى جميع البشر، بحيث غدونا نأكل بشكل مختلف وندخن بشراهة والكثيرون أصبحوا بدناء وهو ما يزيد بالقطع من فرص حدوث السرطان.

## هل سرطان الثدي هو سبب الوفاة الرئيسي فى العالم؟

يعتبر سرطان الثدي أكثر أسباب الوفاة فى السيدات فى ١٤٠ دولة من ١٨٤ دولة حول العالم. ويقتل سرطان الثدي ما يزيد عن ٥٢٢،٠٠٠ سيدة سنويا على مستوى العالم (عام ٢٠١٢) بمعدل حدوث يقرب من ١٩,٣ لكل ١٠٠،٠٠٠ سيدة فى شرق إفريقيا، وحوالى ٧٩,٨ لكل ١٠٠،٠٠٠ سيدة فى أوروبا الغربية. وفى العام ٢٠١٢ وحده شخصت ١,٧ مليون سيدة على مستوى العالم بسرطان الثدي (منظمة الصحة العالمية). ومن عام ٢٠٠٨ وحتى الآن ازداد معدلات حدوثه بما يزيد عن ٢٠ بالمائة، كما ارتفعت معدلات الوفاة الناجمة عنه بمقدار ١٤ بالمائة.

## عمري تقريبا ٤٥ عاما، فما هى فرص إصابتي بسرطان الثدي؟

فى خلال حياتك كلها كسيدة، فإن معدل حدوث السرطان لديك هو ٩/١، غير إن هذا المعدل تراكمي بمعنى أن المخاطر تزداد بتقدم العمر. وفى السيدات الشابات تكون فرصة حدوث المرض أقل. وحتى وصولك

لثلاثين من عمرك تكون فرصة حدوث المرض لديك هي ١ لكل ١٩٠٠.  
على إن مخاطر إصابتك بسرطان الثدي تتأثر بعدة عوامل سوف نستعرضها  
فى السطور التالية.

## إذا ما أصبت بسرطان الثدي، فهل سأموت جراء ذلك؟

لا. ففى الحقيقة تعيش معظم السيدات لفترات طويلة بعد أن تم  
تشخيصهن بسرطان الثدي. وأنماط النجاة من المرض تقاس على النحو  
التالى:

• سيدات تعيش لخمسة أعوام بعد التشخيص وتلقى العلاج  
المناسب.

• سيدات تعيش لعشرة أعوام بعد التشخيص وتلقى العلاج المناسب.

• سيدات تعيش لعشرين عاما بعد التشخيص وتلقى العلاج المناسب.

ففى دولة مثل إنجلترا، حوالى ٨٠ بالمائة من مريضات سرطان الثدي  
عشن لخمس سنوات بعد الإصابة والتشخيص وتلقى العلاج، و٧٢ بالمائة  
عشن لعشر سنوات بعد التشخيص والعلاج، و٦٤ بالمائة عشن لعشرين عاما  
بعد أن تم تشخيصهن وعلاجهن. وهذا لا يعنى بالقطع أن هؤلاء السيدات  
عشن حياة بدون إزعاج طيلة هذه الفترة، فمنهن من عاودها السرطان مرة  
ومنهن من لم يعاودها وشفيت تماما منه.

## ماذا يسبب سرطان الثدي؟

تمتلك كل خلية من خلايانا المعلومات (المادة الوراثية) التي توجهها وتحدد مسارها. وينشأ السرطان عندما تحدث تغيرات في هذه المعلومات الوراثية بحيث لا تستطيع الخلايا أن تنمو بشكل طبيعي. وبدلاً من ذلك تنمو بشكل عشوائي. وهناك العديد من الأسباب التي تقف وراء ذلك. ففي بعض أنواع السرطان تكون الأسباب واضحة تماماً، فعلى سبيل المثال هناك علاقة واضحة بين التدخين وسرطان الرئة، إلا إنه فيما يخص سرطان الثدي فإن تعيين السبب الرئيسي لا يزال صعباً.

ولهذا السبب يتحدث الأطباء عن عوامل الخطر **risk factors** لا عن الأسباب. وعوامل الخطر هذه هي العوامل التي تؤثر على تطور سرطان الثدي لدى سيدة ما، وهذا التأثير إما بالزيادة أو بالنقصان.

## ما هي عوامل الخطر الرئيسية في سرطان الثدي؟

إن أكبر عوامل الخطر التي تواجه السيدات هي جنسهن (كونها أنثى) والسن، وبعيدا عن هذين العاملين فكل شيء يمكن التعامل معه. فقط كونك أنثى يضعك في خطر باعتبار أن معظم حالات سرطان الثدي تحدث في السيدات. وتقدم السيدة في العمر أيضا يعد ضمن أهم عوامل الخطر، إذ يزيد من معدل حدوث السرطان، فمعظم الحالات (أكثر من ٨٠ بالمائة)

تحدث لسيدات فوق سن الخمسين. ولحسن الحظ فسرطان الثدي أقل انتشارا في الشباب، وإن كانت معدلات إصابة الشباب تحت سن ٢٥ قد ازدادت في الآونة الأخيرة في البلدان العربية. وفي الرجال، بالرغم من إن سرطان الثدي لديهم يعد نادرا، إلا إن هناك عوامل خطورة مثل:

- التقدم في العمر (ينتشر سرطان الثدي في الرجال أكثر من ٦٠ عاما).

- التعرض للإشعاع (مثلا التعرض لموجات إشعاعية أثناء علاج بعض أنواع الليمفوما) إلا إن هذا لا يكاد يمثل سوى نسبة ضئيلة من حالات حدوث السرطان لدى الرجال.

- البدانة والتي تشكل البدانة أحد أهم أسباب حدوث سرطان الثدي لدى الرجال، فضلا عما تسببه من أمراض كالسكر وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والشرايين.

- توارث جين معيوب (يمثل ذلك حوالي ١٠ بالمائة من حالات سرطان الثدي في الإناث و حوالي ١٥ بالمائة من الحالات في الرجال).

- ارتفاع مستويات الإستروجين في الدم (كنتيجة للبدانة المفرطة، مثلا، أو بسبب الفشل الكبدي المزمن).

- الإصابة بمتلازمة كلاينفلتر (والناجمة عن وجود نسخة زائدة من كرموسوم X، وهي حالة نادرة).

## بدأت عندي الدورة الشهرية متأخرة، فهل يمثل ذلك خطراً؟

هناك مخاطر أكبر من الطبيعي لأن تصاب السيدة بسرطان الثدي إذا بدأت دورتها الشهرية في وقت أبكر من الطبيعي، أو إذا وصلت لسن اليأس متأخرة. وذلك لأن معظم سرطانات الثدي تستخدم هرمون الإستروجين كعامل مساعد في نموها. وهناك المزيد من هذا الهرمون يدور في الجسم بعد البلوغ وقبل سن اليأس.

والعمر المتوسط الطبيعي لبدء الدورة الشهرية هو ١٣ عاماً، ولكنها إذا بدأت أبكر من ذلك فإن هذا يعرض الجسم لكميات أكبر من الإستروجين. وعلى هذا، فالشابة التي تبدأ دورتها الشهرية متأخرة هي أقل عرضة للإصابة بسرطان الثدي حتى من المعدل الطبيعي.

ومن ناحية أخرى، تصل معظم السيدات لسن اليأس ما بين ٥٠ و ٥١ عاماً. فإذا ما تأخر سن اليأس عن المعدل الطبيعي، حتى أواخر الخمسينات مثلاً، فإن فرصة حدوث سرطان الثدي عند هذه السيدة تكون أكبر من الطبيعي لنفس الأسباب.