



الكشف

نتغلب على الأورام بخطوة استباقية



لماذا هذه النشرة؟

المقصود بمصطلح الكشف عن الأورام فحوصات لتحديد ظهور الأورام بصورة مبكرة. يتم إجراء هذه الفحوصات على أشخاص أصحاء ظاهرياً، أي لا توجد لديهم علامات أو أعراض للسرطان.

تخضع أقل من 50% من السيدات المهاجرات، المقيمت في إيطاليا، لاختبار المسحة المهبلية (PAP TEST) للكشف المبكر عن سرطان عنق الرحم. كما أن 43% يقمن بعمل تصوير الثدي الشعاعي، وهو فحص أساسي للتعرف مبكراً على سرطان الثدي. وهي بيانات بعيدة عن عادات نظيراتها المولودات في هذا البلد، إذ أن 72% منهن تذهبن بانتظام لطبيب أمراض نساء لعمل اختبار المسحة المهبلية، و 73% تشاركن في برامج الكشف عن طريق تصوير الثدي الشعاعي.

ولكن ما هي هذه الاختبارات؟ في ماذا تتمثل وما هي صفاتها؟ وكم تكلفتها؟ تقدم هذه النشرة معلومات أكثر عن برامج الكشف الثلاثة الموجودة حالياً في إيطاليا، والتي تم إطلاقها كي تتغلب على أورام الثدي، وعنق الرحم، والقولون المستقيم عبر خطوة استباقية. فهي اختبارات شديدة الأهمية من أجل الصحة، إذ تظهر البيانات العلمية أن نسبة حدوث هذه الأمراض، أي الحالات الجديدة، مرتبطة بصورة وثيقة بإمكانية الخضوع للاختبارات الوقائية.



من نحن

إن مؤسسة معاً ضد السرطان هي هيئة لا تهدف إلى الربح نشأت لمكافحة السرطان بصورة شاملة من كافة الجوانب عبر تنفيذ حملات إعلامية وتعليمية للشعب، وأنشطة بحث، ووقاية (ومنها: أساليب حياة صحية، وكشف)، وتشخيص وعلاج، وتأهيل وإعادة الاندماج الاجتماعي لمرضى الأورام.

اختبار المسحة المهبليّة «باب»

اختبار المسحة المهبليّة «باب» هو فحص بسيط قادر على تشخيص التهابات الجرثومية والفطرية، مثل مرض المبيضات، وأورام عنق الرحم.

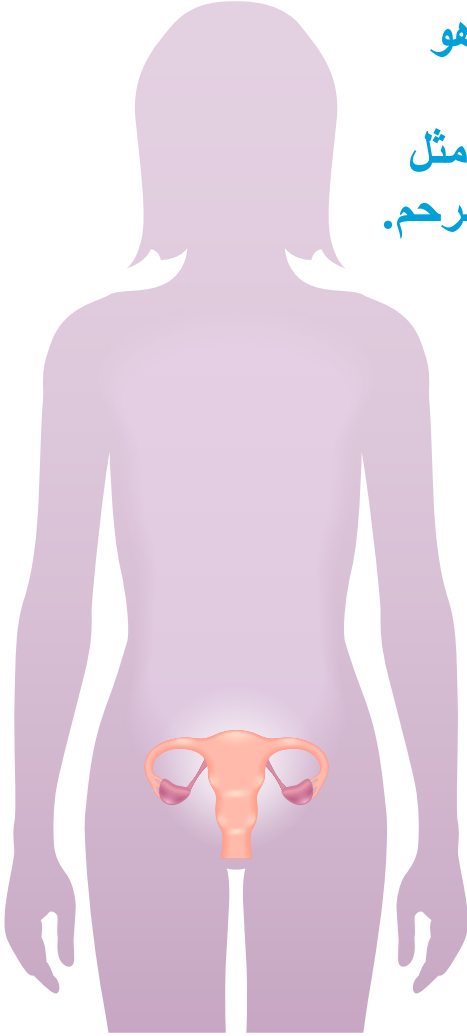
ظل سرطان عنق الرحم حتى بضعة سنوات مضت يحتل المرتبة الثانية عقب سرطان الثدي من حيث الانتشار، ولكن بفضل أنشطة وقاية فعالة، هبط الآن للمركز الرابع في الإحصائيات الخاصة بالأورام النسائية الأكثر شيوعاً.

✓ كيف يتم عمله؟

يتم أخذ كمية صغيرة من طبقات خلايا عنق الرحم، لفحصها بالمعمل. يقوم طبيب أمراض نساء بعمل الاختبار بأكمله والذي يستغرق من خمس إلى عشرة دقائق، وهو عادة بلا ألم، حتى وإن كان ممكناً أن يتسبب في بعض الضيق بالنسبة لبعض السيدات، على حسب الحساسية الفردية.

• يتم خلال الاختبار إدخال أداة داخل المهبل بخفة، ويُطلق عليها اسم منظار، تستخدم في توسيع جدرانه وجعل عنق الرحم مرئياً.

• يتم سحب الخلايا من السطح الخارجي بواسطة ملوق، ثم يتم عمل إزالة ثانية داخل قناة عنق الرحم باستخدام فرشاة صغيرة.



✓ ولا تلزم فترة ملاحظة عند الانتهاء من الاختبار، ما لم توجد تعليمات مختلفة من جانب من قام بإجراء الفحص. وعليه، يمكن ارتداء الملابس والعودة للمنزل. ثم يتم إبلاغ النتائج خلال بضعة أيام.

✓ ينصح أطباء أمراض النساء بإجراء الفحص للمرة الأولى بين سن العشرين والخامسة والعشرين، ولكن في حالة بدء النشاط الجنسي قبل عمر الثمانية عشر عاماً، من المناسب التذكير به.

✓ يجب عمل الاختبار في توقيت بعيد عن: الدورة الشهرية، والعلاقات الجنسية، والمغسل المهبلي. يتعين إجراء السحب في الفترة الواقعة بين ثلاثة إلى خمسة أيام عقب نهاية الدورة الشهرية، و ثلاثة إلى خمسة أيام قبل بداية الدورة الشهرية الجديدة.

✓ يُنصح بعمل اختبار المسحة المهبلية كل ثلاث سنوات، لكن في حالة تقييمات طبية مختلفة، يمكن إجراؤه أيضاً على فترات أقل.

الكشف

توجد في إيطاليا على المستوى الإقليمي برامج منظمة للكشف، تدعو السيدات المستهدفات بصورة منتظمة للخضوع مجاناً لاختبار المسحة المهبلية. إن لم تكوني قد استلمتي الخطاب بعد، توجهي للهيئة الصحية المحلية (ASL).



فيروس الورم الحليمي

أظهرت دراسات علمية حديثة أن أورام عنق الرحم يتسبب فيها فيروس اسمه فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)، الذي ينتقل عبر العلاقات الجنسية حتى غير الكاملة منها. والخلايا التي يستهدفها الفيروس هي النسيج الطلائي للجلد والأغشية المخاطية، التي تتجدد باستمرار. طبقاً لمكان الالتهاب ونوع الفيروس الحليمي البشري، يمكن ظهور نتوءات على الجلد وحليمات في الأغشية المخاطية. يتوجب التنكير مع ذلك بأن الكثير من التهابات فيروس الورم الحليمي يحدث لها نكوص تلقائي دون التسبب في أي ضرر. لكن من الأفضل بالتأكيد عدم المخاطرة. لتجنب العدوى بفيروس الورم الحليمي البشري، تم طرح تطعيمات تسمح بالقضاء على الالتهاب بشكل تام، إذا ما أصيب الجسم بالفيروس. من الممكن في جميع أنحاء إيطاليا تطعيم الفتيات بالمجان بدءاً من عمر اثني عشر عاماً. للحصول على مزيد من المعلومات توجه إلى الهيئة الصحية المحلية (ASL) أو أسأل طبيبك. يتم أخذ التطعيم بالحقن داخل العضلة في الذراع، وهي مكون من ثلاث جرعات (عقب الأولى، جرعتين أخريتين على مسافة 2 و 6 أشهر)، ولا يلزم فيما بعد جرعات تنشيطية أخرى. أثبت التطعيم كونه مهماً أيضاً لحماية صحة الفتيان. ففي الواقع ثلث مجموع حالات الإصابة بالتهاب فيروس الورم الحليمي البشري يتعلق بالذكور، الذين خلافاً للسيدات، لا توجد لديهم وسائل واختبارات مفيدة للتحقق من وجود الفيروس وتبعاته (مثل اختبار المسحة المهبلية). وهناك بالفعل تزايد مستمر في عدد البلدان التي تتصح بالتطعيم للفتيان أيضاً. إن الفترة العمرية التي يُنصح بها بالنسبة للذكور هي بين تسعة و ستة وعشرين عاماً، بينما للإناث بين تسعة وخمسة وأربعين عاماً. لكن من المهم الحماية مبكراً، أي قبل بداية النشاط الجنسي.

انتبهي، فالتطعيم لا يعفي من عمل اختبار المسحة المهبلية بانتظام.

تصوير الثدي الشعاعي

تصوير الثدي الشعاعي هو فحص لتشخيص وجود ورم محتمل بالثدي.



ورم الثدي هو أحد أكثر الأمراض التي تخاف منها السيدات وهو نوع السرطان الأكثر انتشارا بين جنس النساء. إنه عبارة عن تكون نسيج من خلايا تنمو بطريقة منفلة وغير طبيعية داخل الغدة الثديية. ويمكن أن يكون:

- غير اختراقي، عندما تنمو الخلايا داخل العضو فقط (القنوات، الحلمتين، الخ). وفي هذه الحالة نتحدث عن سرطانات لايدة،
- اختراقي، عندما تنجح الخلايا في الانتشار خارج نقتنها الأصلية. وهو النوع الأكثر شيوعا ويمثل 70-80% من كافة الحالات.

لكن معرفة المشكلة يسمح بأخذ خطوة استباقية. يمكن في الواقع اتباع سلوكيات بسيطة لتقليل خطر الإصابة بالمرض بصورة كبيرة، مثل تصوير الثدي الشعاعي: وهو الوسيلة الأكثر أهمية للتشخيص المبكر، والسلاح الأساسي للوقاية من الورم الذي، إذا ما تم اكتشافه مبكرا، يتم الشفاء منه في 90% من الحالات!

✓ ما هي العلامات التي يجب الانتباه إليها؟

الكتلة المجسوسة هي بصفة عامة أول جرس إنذار. إذا شعرتي بتغلظ أو عقدة، وإذا خرجت إفرازات من الحلمة أو حدث شيء غير طبيعي، من المناسب دائما التوجه لطبيبك. كما من المناسب القيام بالتحسس الذاتي للثدي باستمرار. في حالة وجود:

- عقدة صلبة بالثدي أو بالإبط (عادة ما تكون غير مؤلمة وأحادية الجانب)
- انتفاخ بالثدي



- ندي له مظهر قشرة البرتقال أو متهيج الجلد
 - تغير في حجم وشكل الثدي
 - تغير في شكل أو لون الحلمة
- توجهوا إلى متخصص فوراً!

✓ ما هو تصوير الثدي الشعاعي؟

تصوير الثدي الشعاعي هو فحص يتم عن طريق الأشعة لا يقي من تطور المرض، لكن في حالة سرطان الثدي، يسمح بالتعرف عليه عندما لا يزال في مراحله المبكرة جداً. فيفضل هذا الاختبار 25% من الأورام القابلة للتشخيص أبعادها تقل عن 2 سم، فمن الممكن هكذا التدخل بأقصى فعالية. إن 70% إلى 80% من التكوينات الورمية التي يتم اكتشافها خلال الفحص لديها بالفعل إمكانية جيدة في العلاج بنجاح.

✓ كيف يتم عمل تصوير الثدي الشعاعي؟

يتم إجراء تصوير الثدي الشعاعي عادة وقوفاً والصدر عاري، مع وضع كل ثدي على رف يمكن التحكم في ارتفاعه. يقوم الجهاز بالضغط بخفة على الغدة لإتاحة جودة أفضل



الكشف

توجد في إيطاليا على المستوى الإقليمي برامج للكشف تنظمها الهيئة الصحية المحلية (ASL)، ترسل كل 24 شهراً خطاب إخطار للسيدات المستهدفات، وهن عادة بين عمر 50 و69 عاماً.



للصورة. يستغرق الاختبار دقائق قليلة، ويمكن استكماله أيضاً عبر كشف طبي على الثدي. يتم إجراؤه من «مسطّين» (من أعلى وجانبي) ويقرأ النتائج بصورة منفصلة طبيياً أشعة، لضمان أقصى دقة ممكنة. وفي حالة النتيجة الإيجابية، يتضمن التحليل الأكثر عمقاً عادةً تكرار الفحص، مع إجراء كشف بالموجات فوق الصوتية وزيارة لدى الطبيب. يظهر تصوير الثدي الشعاعي تغلّطات، وتكلسات متناهية الصغر، وعقد حتى وإن كان حجمها مليمترات قليلة!
إن جرعة أشعة إكس منخفضة للغاية والمخاطر المفترضة هي بالتأكيد أقل من الفوائد.

هل سرطان الثدي مرض وراثي؟

حسابياً هناك حالة من بين عشرة حالات تعود إلى عوامل وراثية. لكن علم الوراثة له أهميته بالتأكيد. فظهور الأورام في الواقع يعود إلى تغيرات وظيفية لجين أو أكثر، أو في الغالبية العظمى من الحالات، لقواعد فردية يتكون منها الجين نفسه. ولحسن الحظ، لا يكفي تحول جين واحد فقط، لكن بصفة عامة، من الضروري على الأقل خمسة أو ستة تغيرات في جينات مختلفة داخل نفس الخلية للتسبب في المرض.

الوقاية من ورم القولون المستقيم

القولون المستقيم (أو الأمعاء
الغليظة) هو الجزء الأخير من
الجهاز الهضمي.

Colon

هو عضو مجوف طوله 1,5 متر تقريباً،
وتتكون جدرانه من طبقات مختلفة متحدة
المركز. تسمى الطبقة الداخلية الغشاء
المخاطي وهي مليئة بالغدد التي تكونها
الخلايا الظهارية، التي تفرز المخاط.
أصل ورم القولون المستقيم هي الخلايا
الظهارية هذه الموجودة على السطح
المخاطي للعضو بأكمله. للأسف،
كثيراً ما لا تنشأ عن هذا السرطان
أعراض محددة، على الأقل في
المراحل الأولى، وفي معظم الحالات،
ينتج عن تحول خبيث للسلائل، وهي
زوائد صغيرة، حميدة في حد ذاتها،
نظراً للتكاثر المنفصل لخلايا
الغشاء المخاطي المعوي.
يوجد منذ سنوات اختباران
كفيلاً بأن يبينا مبكراً
المرض. الأول هو البحث
عن الدم الخفي في البراز
(FOBT)، والثاني فحص تنظير المستقيم والقولون السيني.
أظهر البحث كيف يمكن لاختباري الفحص هذين أن

يؤثرا بطريقة كبيرة على تطور الورم، عبر أخذ خطوة
استباقية في مواجهة عامل الوقت:

✓ يسمح البحث عن الدم الخفي في البراز بتحديد آفات سابقة للتسرطن أو سلائل يمكنها أن تنزف في صمت، وعليه بصورة غير مرئية للعين المجردة. يكشف الاختبار عن وجود هيموجلوبين في البراز، عندما لا يكون مرئياً مجهرياً.

✓ تم التوصل في الأعوام الأخيرة إلى تقنية أخرى، اسمها فحص تنظير المستقيم والقولون السيني، وهي شديدة الأهمية لكونها قادرة على أن تكشف بسهولة عن سرطان الجزء الأخير من الأمعاء (المستقيم السيني)، وهو المكان الذي يتطور فيه نحو 70٪ من أورام القولون المستقيم. كما يمكن خلال فحص التنظير هذا الاستئصال المباشر لسلائل محتملة. يُنصح به مرة واحدة فقط، بين سن 58 و 60 عاماً، وإذا كانت النتيجة سلبية لا يجب تكراره. وتبين في الواقع الدراسات التي تم القيام بها أن النتائج السلبية تمنح حماية تتجاوز العشرة سنوات.

الكشف

يُتيح البحث عن الدم الخفي في البراز كل ٤٢ شهراً مجاناً، بناءً على دعوة من الهيئة الصحية المحلية التابع لها الشخص (ASL)، وذلك للرجال بين 70 و 50 عاماً، وللنساء حتى عمر ٤٧ عاماً. وفي حالة النتيجة الإيجابية، يُنصح بعمل تنظير على القولون في أسرع وقت ممكن.





الكشفلكن السرطان يمكن مكافحته أيضاً على مائدة الطعام ..

بالنسبة للوقاية من الأورام، وتحديدًا ورم القولون المستقيم، ظهرت فعالية خاصة للخضروات، على أن تكون طازجة للغاية. فعلى سبيل المثال، البروكلي غني بالعناصر المفيدة. ومن المفيد إعطاء الأفضلية لكافة أنواع الكرنب، وللخضروات ذات الأوراق الخضراء القاتمة (السبانخ، السلق)، وتلك الصفراء-البرتقالية (الجزر، القرع) التي تحتوي على الكاروتينات وفيتامين سي (مضادات الأكسدة). كما أن البصيلات مفيدة جداً: البصل، والثوم، والكراث. والأفضل بين الفواكه الأنواع البرتقالية، ولكن مع تجنب تلك التي تحتوي على سكريات كثيرة. في حين أن الأطعمة التي يجب التقليل منها هي: اللحوم الحمراء، والملح والمشروبات الكحولية.

...وبإطفاء السجارة

تأكدت بالفعل عملياً العلاقة بين التدخين وسرطان القولون المستقيم. فطبقاً لدراسة أمريكية، شملت أكثر من 184 ألف شخص، من كان معتاداً على السجارة تعرض لخطر أكبر بنسبة 27٪ للإصابة بالمرض، مقارنةً بمن لم يكن يدخن. ويقال الخطر بصورة طفيفة بين من كان قد نجح في الإقلاع، حتى وإن لم يكن بدرجة كبيرة، فيظل عموماً 23٪. والوقت هو ما يصنع فارقاً، إذ كلما طالقت فترة إشعال السجائر، يصبح الجسم معرضاً أكثر للمواد الضارة. الإقلاع في أقرب وقت ممكن، هو أمر جوهري إذن، حيث يقل الخطر بالفعل بصورة تصاعدية منذ اليوم الذي تم التدخين فيه للمرة الأخيرة. وإذا حدث هذا قبل الوصول لسن الأربعين، فالمخاطر التي تواجه القولون اختفت. أما إذا تم النجاح في عمل هذا في وقت لاحق، يجب الانتظار لثلاثين عاماً لتقليل الاحتمالية بدرجة مساوية لمن لم يشعل سجارة أبداً.



- المقصود بمصطلح "الكشف عن الأورام" الاختبارات التي يتم عملها للتعرف المبكر على بدء تكون الأورام. يتم إجراء هذه الاختبارات على أشخاص يبدون أصحاء، أي لا تظهر عليهم علامات أو أعراض سرطان. توجد في إيطاليا ثلاثة برامج مجانية للكشف عن ثلاثة أنواع من الأورام: عنق الرحم، والثدي، والقولون المستقيم.
- المسحة المهبلية هي اختبار بسيط قادر على تشخيص التهابات جرثومية أو فطرية، مثل المبيضات، وأورام عنق الرحم. يتم أخذ كمية صغيرة من طبقات خلايا عنق الرحم، لفحصها بالمعمل. يقوم طبيب أمراض نساء بعمل الاختبار بأكمله والذي يستغرق من 5 إلى 10 دقائق. ويُنصح به بدءاً من عمر 20 - 25 عاماً ويجب تكراره كل ثلاث سنوات.
- تصوير الثدي الشعاعي هو الوسيلة الأكثر أهمية للتشخيص المبكر عن سرطان الثدي. وهو فحص بالأشعة يسمح بالكشف عن المرض وهو لازال في مراحله الأولى. تقوم الهيئات الصحية المحلية بإرسال خطاب دعوة للسيدات التي تتراوح أعمارهن بين 50 و 69 عاماً من أجل إجراء الفحص كل سنتين.
- يتوفر اختباران قادران على اكتشاف سرطان القولون المستقيم مبكراً، وهو للأسف مرض لا يُظهر أعراض واضحة في مراحله الأولى. الاختبار الأول هو البحث عن الدم الخفي في البراز، والثاني هو تنظير المستقيم والقولون السني. يشمل الكشف البحث عن الدم الخفي في البراز كل 24 شهراً، بالمجان، بناءً على دعوة من الهيئة الصحية المحلية التابع لها الشخص، وذلك للرجال بين خمسين وسبعين عاماً، وللسيدات حتى عمر 74 عاماً. وفي حالة النتيجة الإيجابية، يُنصح بعمل تنظير على القولون في أسرع وقت.

