

# آنچه باید درباره‌ی آزمایش تشخیص سرطان سینه بدانید

## سرطان سینه چیست؟

سرطان سینه سرطانی است که در سینه یافت می‌شود. این سرطان از سلول‌های مجاری انتقال شیر (لوله‌هایی که شیر را منتقل می‌کنند) یا لوبول‌ها (غدد تولید شیر) شروع می‌شود. سرطان سینه یکی از شناخته‌شده‌ترین سرطان‌ها در آنتاریو است. لکن، تعداد افرادی که در آنتاریو از سرطان سینه بهبود می‌یابند تقریباً نسبت به هر سرطان دیگری بیشتر است.

### آزمایش تشخیص سرطان چیست؟

اسکرینینگ سرطان (آزمایش تشخیص سرطان) تستی است که بر روی افرادی انجام می‌شود که چانس ابتلا به سرطان را دارند، اما علائمی ندارند و حال عمومی‌شان خوب است.

برنامه‌ی تشخیص سرطان سینه آنتاریو (OBSP) یک برنامه‌ی ولایتی است که قصد دارد با انجام منظم آزمایش تشخیص سرطان، تلفات حاصل از سرطان سینه را کاهش دهد.

بررسی منظم با ماموگرافی (یک نوع پرتو ایکس) بسیار مهم است زیرا ممکن است سرطان را در مراحل اولیه که احتمالاً به سایر اعضای بدن گسترش نیافته است، شناسایی کند. زمانی که سرطان سینه در مراحل اولیه تشخیص داده شود چانس بیشتری برای معالجه وجود خواهد داشت.

### چه کسانی باید برای سرطان سینه بررسی شوند؟

OBSP دو گروه از افراد را چک می‌کند: افرادی با خطر متوسط ابتلا به سرطان سینه و افرادی با خطر بالای ابتلا به سرطان سینه.

**خطر متوسط:** OBSP توصیه می‌کند که بیشتر زنان، همچنان افراد دو روحیت و تغییر جنسیت در سنین 50 تا 74 سال که واجد شرایط برنامه هستند، هر دو سال یک بار با ماموگرافی چک شوند. افراد در آنتاریو واجد شرایط هستند اگر:

- هیچ علامتی از سرطان سینه ندارند \*
- سابقه سرطان سینه ندارند
- مستکئومی (عمل جراحی برای برداشتن یک یا هر دو سینه) نداشته‌اند
- در 11 ماه گذشته ماموگرافی اسکرینینگ (تست تشخیص سرطان با استفاده از اشعه ایکس) نداشته‌اند
- تغییر جنسیت داده‌اند (از مرد به زن)، حداقل 5 سال متوالی هورمون‌های زنانه مصرف کرده‌اند

\* اگر تغییراتی در سینه‌های خود مشاهده کردید یا هرگونه نگرانی دارید، لطفاً به داکتر یا نرس متخصص مراجعه کنید. اکثر تغییرات سینه به سرطان مربوط نمی‌شوند، اما باید فوراً چک شوند.

بعضی از افراد بر اساس سوابق پزشکی یا خانوادگی‌شان به جای 2 سال، هر سال یکبار چک می‌شوند.

### چگونه می‌توانم ماموگرافی بگیرم؟

برای دریافت ماموگرافی با سایت OBSP محلی خود تماس بگیرید. برای یافتن یک سایت، به شماره 1.800.668.9304 تماس بگیرید یا به آدرس [cancercareontario.ca/obsplocations](http://cancercareontario.ca/obsplocations) مراجعه کنید.

افراد واجد شرایط در آنتاریو در سن 50 تا 74 سال می‌توانند بدون معرفی از سوی داکتر یا نرس متخصص ماموگرافی را از طریق OBSP دریافت کنند.

آزمایش تشخیص سرطان سینه برای افراد واجد شرایط OBSP مجانی است.

درباره گزینه‌های این آزمایش با داکتر خود یا نرس متخصص صحبت کنید.



**Ontario Health**  
Cancer Care Ontario

# تعداد افرادی که در انتاریو از سرطان سینه بهبود می‌یابند تقریباً نسبت به هر سرطان دیگری بیشتر است.

## تصویربرداری با رزونانس مغناطیسی سینه (MRI) (فقط برای افراد با خطر بالا)

- MRI سینه از امواج رادیویی و یک میدان مغناطیسی برای تهیه تصاویری که بر روی کامپیوتر قابل مشاهده استند استفاده می‌کند.
- اکثر افرادی که MRI سینه دریافت می‌کنند باید مواد رنگی را از طریق یک لوله وریدی (IV) در بازوی خود تزریق کنند.
- در حین MRI سینه، افراد باید بر روی شکم خود دراز کشیده باشند.
- معمولاً این جلسه 20 تا 60 دقیقه طول می‌کشد، بسته به مکان OBSP.

## ماموگرافی آزمایش کاملی نیست

- ماموگرافی ممکن است نتواند بعضی از سرطان‌های سینه را تشخیص بدهد. این به نتیجه "منفی غلط" معروف است. بعضی از سرطان‌ها همچنین ممکن است در زمان بین اسکرین‌ها رشد کنند. به همین دلیل مهم است که آزمایش به طور منظم انجام شود.
- گاهی اوقات ماموگرام‌ها غیرعادی هستند، اما آزمایش‌های بیشتر (مانند بیوپسی) ممکن است نشان دهد که سرطان وجود ندارد. این به نتیجه "مثبت غلط" معروف است.
- مشورت با داکتر یا نرس متخصص برای درک فواید و مخاطرات اسکرینینگ سرطان و تعیین اینکه کدام آزمایش‌ها برایتان مناسب است بسیار مهم است.

## چگونه می‌توانم چانس ابتلا به سرطان سینه را کاهش بدهم؟

- بعضی از عوامل خطر (چیزهایی که می‌توانند چانس ابتلا به یک بیماری را افزایش دهند) قابل تغییر نیستند، مانند سن، قد، ترکیب ژنتیکی، داشتن سینه‌های فشرده و تغییرات هورمونی در طول زندگی شما (مثلاً شروع دوران قاعدگی زودرس یا شروع یائسگی دیررس). اما برای کاهش احتمال ابتلا به سرطان سینه می‌توانید این چهار کار را انجام دهید:
- ترک مصرف الکل
- پرهیز از مصرف دخانیات
- انجام فعالیت بدنی به عنوان بخشی از زندگی روزانه
- داشتن وزن سالم

**مخاطرات بالا:** افرادی که در گروه سنی 30 تا 69 سال به خطر ابتلا به سرطان سینه هستند، ممکن است برای برنامه اسکن خطر بالا OBSP واجد شرایط باشند. افرادی که در برنامه اسکن خطر بالا OBSP شرکت می‌کنند، یک بار در سال با ماموگرافی و آزمایش MRI سینه (یا سونوگرافی سینه در صورت عدم توانایی آزمایش MRI درمانی) اسکن می‌شوند.

افرادی که جنسیت خود را تغییر می‌دهند و افرادی که جنبه‌های خاصی از ژن‌ها را دارند، ممکن است برای اسکن در برنامه اسکن خطر بالا OBSP واجد شرایط باشند و همچنان افرادی که بر اساس سابقه خانوادگی یا سابقه صحت شخصی خود چانس بیشتری از ابتلا به سرطان سینه دارند یا در گذشته به تابش درمانی برای قفسه سینه تحت عمل جراحی شده‌اند. برای اطلاع از واجد شرایط بودن در برنامه اسکن خطر بالا OBSP، با داکتر یا نرس متخصص صحبت کنید یا برای کسب اطلاعات مکمل به سایت سازمان بهداشت انتاریو ([Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](http://Ontario Health (Cancer Care Ontario))) مراجعه کنید.

## چگونه برای بررسی سرطان سینه مراجعه کنم؟

### ماموگرافی (افراد با خطر متوسط و خطر بالا)

- ماموگرافی یک آزمایش است که از اشعه ایکس برای تهیه تصاویر (ماموگرام‌ها) از سینه استفاده می‌کند.
- در این آزمایش، تکنولوژیست تشعشع طبی، سینه را روی دستگاه ماموگرافی قرار می‌دهد. یک صفحه پلاستیکی به آرامی پایین می‌آید تا سینه را فشرده و ثابت نگه دارد. برای مدتی فشاری بر روی سینه وجود دارد که مشابه فشار دستگاه فشارخون سنجی است که محکم بسته شده. این فشار به بافت سینه آسیب نمی‌رساند.
- از هر سینه تصاویری با زوایای مختلف گرفته می‌شود و معمولاً تقریباً 15 دقیقه طول می‌کشد.
- اکثر افرادی که ماموگرام غیرعادی دارند، سرطان سینه ندارند. شخصی که ماموگرام غیرعادی دارد، نیاز به آزمایش‌های بیشتر برای تشخیص این دارد که آیا سرطان دارد یا خیر. سایت OBSP به داکتر شما یا نرس متخصص اطلاع خواهد داد و همچنان ممکن است در برنامه‌ریزی وقت ملاقات پیگیری کمک کند.

**برای کسب اطلاعات مکمل درباره‌ی آزمایش تشخیص سرطان سینه، لطفاً به سایت**  
**[cancercareontario.ca/breast](http://cancercareontario.ca/breast)**  
**مراجعه کنید.**

آیا این اطلاعات را به شکلی قابل دسترس نیاز دارید؟