

## ضد الخرافات

خرافة	الحقيقة
X لا يوجد أي دليل لدعم هذا الزعم.	مضادات العرق تسبب سرطان الثدي
X لا يوجد أي دليل لدعم هذا الزعم.	ارتداء لباس الثدي ذو السلك السفلي يسبب سرطان الثدي
X معظم من يتم تشخيص إصابتهم بسرطان الثدي يوجد لديهم تاريخ عائلي معروف للإصابة به.	إذا لم يكن لدي تاريخ للإصابة بسرطان الثدي في عائلتي فلن إصاب به.
X قد يسبب سرطان الثدي كتلة خاصة عند تكونه للمرة الأولى.	دائما ما يسبب سرطان الثدي كتلة يمكن الشعور بها.
X لم تجد الدراسات أي زيادة في الإصابة بسرطان الثدي.	وضع الهاتف الخليوي داخل لباس الثدي قد يسبب سرطان الثدي.

## هذا حقيقي.

إننا نشجع الجميع على تحسس أئداءهن والنظر إليها لمعرفة إذا ما كان بها تغيرات ، ولكن يزال تخطيط الثدي هو أكثر الأساليب التي يمكن أن تزيد من فرص الكشف المبكر لسرطان الثدي وأكثرها موثوقية

فتحدثي مع مقدم الرعاية الصحية لمعرفة ما إذا كان ينبغي إخضاعك للفحص.

للحجز في أي مكان بمقاطعة نونفا سكوشيا :

1-800-565-0548 (رقم مجاني)

(902)-473-3960

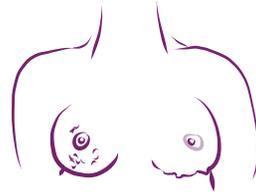
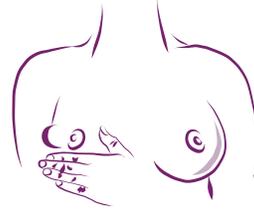
breastscreening.nshealth.ca



## كوني على دراية بالثدي

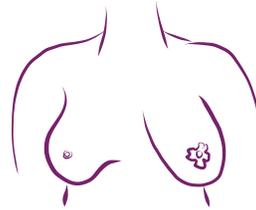
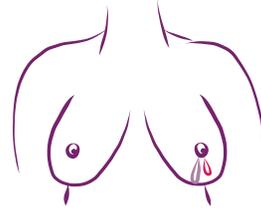
قومي بتحسس الثديين والنظر إليهما بشكل منتظم حتى تعرفي شكلهما ولملمسهما الطبيعي وتحسسي وخذي محظطات بأي تغيرات تعتبر جزء من دورتك الطبيعية. فمعرفتك بشديكي سوف تساعدك في اكتشاف أي تغيرات بسرعة.

وجود كتلة جديدة في الثدي أو سماكة أو صبة في الجلد.



وجود تغيير في شكل أو ملمس الجلد مثل الثنيات أو النتوءات أو الاحمرار أو السماكة مثل قشرة البرتقالة.

تسرب سائل شفاف أو دموي من الحلمة.



تغير في حجم أو شكل أو مظهر الثدي أو تغير في شكل الحلمة مثل أن تغور الحلمة إلى الداخل أو تكون موجهة في اتجاه مختلف.

وجود قشور أو جلد جاف أو جفاف في المنطقة المحيطة بالحلمة.



يجب أن يقوم مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بفحص كافة تلك التغيرات الجديدة في الثدي. لا تعتبر كل التغيرات الجديدة بالثدي سرطانية ولكن توجد حاجة لتقييمها للتأكد من أنها طبيعية.

# اعرفي وضعك الطبيعي

## هل لديك أسئلة؟

قومي بالاتصال ب 902-473-3960،  
أو 1-800-565-0548 (رقم مجاني) أو بزيارة  
breastscreening.nshealth.ca