

نبذة عن سرطان الثدي

About breast cancer

Arabic | English

Breast
Cancer
Network
Australia



في هذا الكتيب

In this booklet

3	نبذة عن الثدي About the breast
5	ما هو السرطان؟ What is cancer?
5	ما هو سرطان الثدي؟ What is breast cancer?
7	ما هي أسباب سرطان الثدي؟ What causes breast cancer?
13	ماذا تعني هذه الكلمات؟ What do these words mean?
16	مزيد من المعلومات More information

في أستراليا، تنجو معظم النساء من سرطان الثدي، فعلاج سرطان الثدي هو أفضل بكثير الآن مما كان عليه في الماضي، والمزيد من النساء يعشن حياة صحية طويلة بعد إصابتهن بسرطان الثدي، ومعدل البقاء على قيد الحياة في أستراليا واحد من أعلى المعدلات في العالم.

In Australia, most women survive breast cancer. Treatment for breast cancer is much better now than it was in the past and more and more women are living long and healthy lives after breast cancer. Australia has one of the highest survival rates in the world.

أول ما تم تشخيصي، لم يكن لدي أي فكرة عما يجب أن أفعله. كنت وكأني أسير في الضباب. لم يكن لدي أي معلومات حول السرطان. لم أتوقع أن أصاب بالسرطان، لذلك لم أكن أعرف ما هي الأسئلة التي يجب أن أطرحه. - Ming

When I was first diagnosed, I had no idea what I should do. I was in the mist. I had no information about cancer. I didn't expect to get cancer, so I didn't know what questions to ask. - Ming

About us

Breast Cancer Network Australia (BCNA) is the peak organisation for all people affected by breast cancer in Australia. We provide a range of free resources, including the *My Journey Kit* for women with early breast cancer and *Hope & Hurdles* for women with secondary breast cancer. Our free quarterly magazine, *The Beacon*, includes stories from people sharing their experiences, as well as information on a wide range of breast cancer issues. We welcome and celebrate the diversity of our members.

Visit our website www.bcna.org.au for more information or to connect with others through BCNA's online network.

من نحن

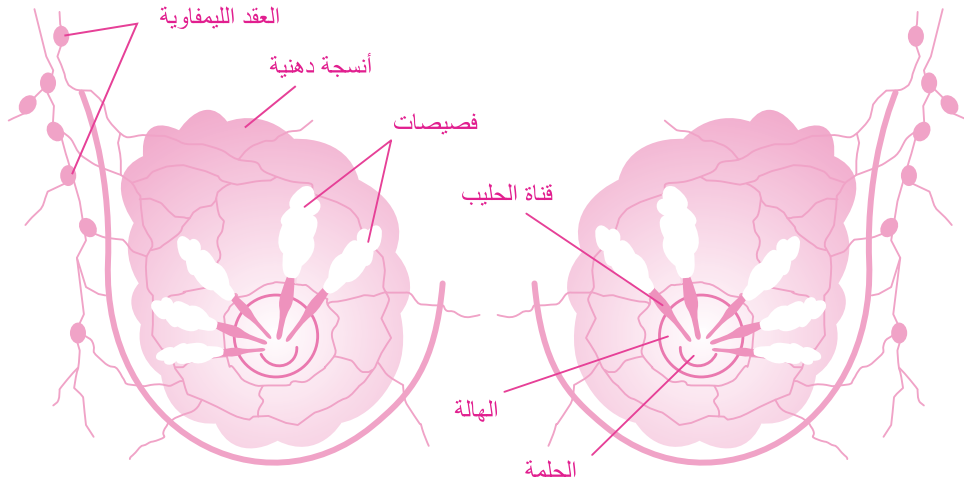
رابطة سرطان الثدي أستراليا Breast Cancer Network Australia (BCNA) هي المنظمة الكبرى لجميع الأشخاص المتضررين من سرطان الثدي في أستراليا. نحن نقدم مجموعة واسعة من الموارد المجانية، بما في ذلك 'My Journey Kit' لفكرة رحلتي للنساء المصابات بسرطان الثدي المبكر ومجموعة Hope & Hurdles (أمل وحواجز) للنساء المصابات بسرطان الثدي الثانوي. ولدينا مجلة فصلية حرة *The Beacon* 'المنارة'، وتشمل قصص من الناس يتشاطرون تجاربهم والمعلومات حول باقة واسعة من مواضيع سرطان الثدي. إننا نرحب ونقدّر جداً تنوع أعضاء المنظمة.

للحصول على مزيد من المعلومات أو للتواصل مع الآخرين من خلال رابطة BCNA على الإنترنت، راجعوا موقعنا www.bcna.org.au

نبذة عن الثدي

إن معرفة تكوين الثديين من الداخل تساعدنا في فهم سرطان الثدي. يتكوّن الثديان من أنسجة دهنية (fatty tissue) وفصيصات (lobules) وقنوات (ducts). أثناء الرضاعة الطبيعية، يجري فرز الحليب في الفصيصات وينتقل الحليب من خلال القنوات إلى الحلمة، وهناك أنسجة دهنية حول الفصيصات والقنوات.

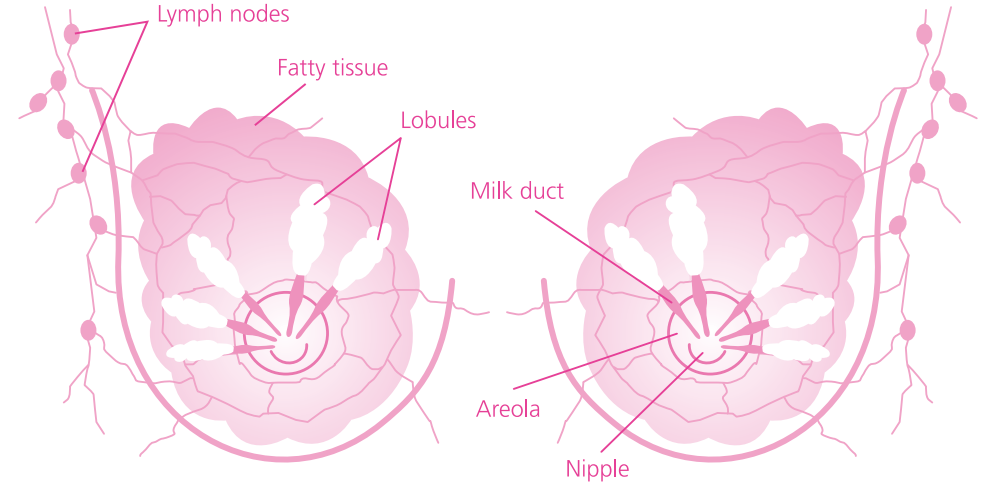
هناك أيضا العقد الليمفاوية (lymph nodes) القريبة من الثدي في الإبط، وهي مثل المصفاية التي تنقي الدم.



About the breast

To understand breast cancer, it helps to know what breasts are like on the inside. Breasts are made up of fatty tissue, lobules and ducts. During breast feeding, milk is made in the lobules. Milk travels through the ducts to the nipple. There is fatty tissue around the lobules and ducts.

There are also lymph nodes close to the breast in the armpit. Lymph nodes are like filters that clean the blood.



ما هو السرطان؟

يحدث السرطان عندما تنمو خلايا الجسم بطريقة غير طبيعية وتنتشر الخلايا السرطانية في الأنسجة السليمة في الجسم. في بعض الأحيان يسمى السرطان ورمًا.

ما هو سرطان الثدي؟

سرطان الثدي هو السرطان الذي ينمو في الثدي. وهناك أنواع عديدة مختلفة من سرطان الثدي.

سرطان الثدي المبكر (early breast cancer) هو السرطان الذي يكون في نسيج الثدي، وقد يكون أيضاً انتشر إلى الغدد الليمفاوية قرب الثدي أو في الإبط. أحياناً يسمى سرطان الثدي المبكر سرطان الثدي الغازي (invasive breast cancer).

أما سرطان أكتية الحليب (DCIS) ductal carcinoma in situ فهو سرطان في قنوات الحليب في الثدي ولم ينتشر خارج القنوات إلى نسيج الثدي، ويسمى أحياناً DCIS سرطان الثدي غير الغازي (non-invasive breast cancer).

سرطان الثدي في فصيصات الثدي. وسرطان الثدي هذا لم ينتشر خارج الفصيصات إلى نسيج الثدي، ويسمى في بعض الأحيان LCIS سرطان الثدي غير الغازي.

سرطان الثدي الثانوي (secondary breast cancer) هو سرطان الثدي الذي انتشر في أعضاء أخرى من الجسم مثل العظام أو الكبد أو الرئتين. ويسمى أيضاً سرطان الثدي المتقدم أو المنتشر (advanced or metastatic breast cancer)، وهو ليس شائعاً كأشكال سرطان الثدي الأخرى.

What is cancer?

Cancer happens when the body's cells grow in a way that is not normal. These cancer cells spread into the body's healthy tissues. Sometimes a cancer is called a tumour.

What is breast cancer?

Breast cancer is cancer that grows in the breast. There are many different types of breast cancer.

Early breast cancer is cancer that is in the breast tissue. It may also have spread to the lymph nodes near the breast or in the armpit. Early breast cancer is sometimes called invasive breast cancer.

Ductal carcinoma in situ (DCIS) is breast cancer in the milk ducts of the breast. The breast cancer has not spread outside the ducts into the breast tissue. DCIS is sometimes called non-invasive breast cancer.

Lobular carcinoma in situ (LCIS) is breast cancer in the lobules of the breast. The breast cancer has not spread outside the lobules into the breast tissue. LCIS is sometimes called non-invasive breast cancer.

Secondary breast cancer is breast cancer that has spread to other parts of the body, such as bones, the liver or the lungs. It is also called advanced or metastatic breast cancer. It is not as common as other types of breast cancer.

ما الذي يسبب سرطان الثدي؟

في البداية تمرين في هذه الحالة: لماذا يحدث لي هذا، فأنا شخص جيد! ولكنني قطعت هذه المرحلة وفكرت 'إنه مجرد سوء حظ.' - Maria

إن معرفة الأطباء لسبب إصابتك بسرطان الثدي ليس ممكناً. فهناك بعض الأشياء التي تجعل احتمال الإصابة بسرطان الثدي أقوى، ولكنها لا تعني بالضرورة بإنك ستصابي بهذا المرض. بعض الأشياء التي تزيد احتمال حدوث سرطان الثدي هي:

- كونك امرأة
- التقدم في السن
- وجود جينة فيها خلل انتقلت إلى جسمك من أمك أو أبيك
- وجود عدد من الأشخاص الآخرين في عائلتك الذين أصيبوا بسرطان الثدي قبل أن يبلغوا الخمسين من العمر.

معرفة ماهية سرطان الثدي

يقوم الجراح بإرسال الأنسجة (tissue) إلى اخصائي التحليل المخبري بعد العملية الجراحية لإزالة سرطان الثدي، فيفحص الاخصائي الأنسجة ويكتب تقرير التشريح المرضي الذي يحتوي على الكثير من المعلومات حول سرطان الثدي، بما في ذلك:

- حجم السرطان
- مدى سرعة نموه
- ما إذا كان قد انتشر إلى الغدد الليمفاوية
- ما إذا كان يستخدم هرمونات للنمو (على سبيل المثال، هرمون الاستروجين الأنثوي)
- ما إذا كان قد تم إزالة السرطان بالكامل وإذا كانت المنطقة من حوله تحوي أي خلايا سرطانية باقية ('هامش الجراحة').

What causes breast cancer?

Initially you go through this, 'Why did this happen to me, I'm a good person'. But I got past that and thought, 'it's just bad luck.' – Maria

It is not possible for doctors to know what caused your breast cancer. There are some things that can make your chance of getting breast cancer higher, but they don't mean you will definitely get it. Some of the things that make the chance of getting breast cancer higher are:

- being a woman
- getting older
- having a faulty gene passed on from your mother or father
- having a number of other people in your family who have had breast cancer before they turned 50 years old.

Learning about your breast cancer

After surgery to remove the breast cancer, your surgeon will send the tissue to a pathologist. The pathologist looks at the tissue and writes a pathology report. This report has a lot of information about the breast cancer, including:

- how big it is
- how fast it is growing
- whether it has spread to the lymph nodes
- whether it uses hormones to grow (for example, the female hormone oestrogen)
- whether all the cancer has been removed and if the area around it has any more cancer cells (the 'surgical margin').

يمكنك أن تطلبي من طبيبك الحصول على نسخة من تقرير التشريح المرّضي.

سيكون التقرير باللغة الإنجليزية، وقد تكون بعض الكلمات فيه التي لم يسبق لك أن سمعت بها من قبل. تجدين معاني بعض هذه الكلمات في الصفحة 13 من هذا الكتيب. يمكنك أيضاً أن تطلبي من طبيبك أو الممرضة مساعدتك على فهم معنى هذه الكلمات. يقول العديد من النساء أنه من الصعب فهم كل المعلومات التي يخبرك بها الطبيب.

عندما قال لي الطبيب بإنني مصابة بسرطان الثدي تخدّرت. لم أفعل شيئاً سوى أنني وقفت وحدّقت في وجهه. عندما عدت إلى المنزل، كنت غاضبة جداً. لم يمكن بوسعي أن أصدّق ماذا ينتظرني. - Eleni

اتخاذ القرارات حول العلاج

يستخدم الطبيب المعلومات في تقرير التشريح المرضي لمعرفة نسبة ترجيح عودة سرطان الثدي، أو انتشاره إلى أعضاء أخرى من الجسم. وهذا يساعد طبيبك في تقرير العلاج الأفضل لك. سرطانات الثدي مختلفة، لذا لا يتلقى الجميع نفس المعالجة.

سوف يعتمد علاجك على:

- نوع سرطان الثدي لديك، ومدى سرعة نموه
- عمرك، صحتك العامة والعلاجات التي تفضلينها.

سوف يتحدث طبيبك معك حول العلاجات الأفضل لك. وسيكون لديك الوقت الكافي للتحدث مع أفراد عائلتك قبل أن تقرر أي علاج تتلقي. كما يمكنك التحدث إلى طبيب آخر، أو طبيبك العام أو ممرضة إذا كنت غير متأكدة.

You can ask your doctor for a copy of your pathology report to take with you.

The report will be in English and it might have some words that you have never heard before. The meanings of some of these words are on page 13 of this booklet. You can also ask your doctor or nurse to help you understand it. Many women say that it is hard to understand all of the information the doctor tells you.

When the doctor told me I had breast cancer, I went numb. I just stood there and stared at him. When I went home, I was so angry. I just could not believe what lay in front of me. - Eleni

Making decisions about treatment

Your doctor uses the information in your pathology report to know how likely it is that the breast cancer may come back, or spread to other parts of the body. This helps your doctor to decide which treatments may be the best for you. All breast cancers are different. Not everyone has the same treatment.

Your treatment will depend on:

- the type of breast cancer you have, and how quickly it is growing
- your age, your general health and what treatments you prefer.

Your doctor will talk with you about the treatments that will be best for you. You will have time to talk to your family before you decide what treatment to have. You can also talk to another doctor, your GP or a nurse if you are unsure.

تلقي العلاجات التي يوصي الطبيب بها هو أفضل فرصة لك للتغلب على السرطان. سوف يعمل علاجك أيضاً على تقليل فرصة عودة السرطان. ومن الجيد أن نتذكر بأن معظم الذين تم تشخيصهم بأنهم مصابون بسرطان الثدي المبكر في أستراليا بقوا على قيد الحياة.

السرطان ليس حكماً بالاعدام - انه ليس رهيباً كما تتصوّروا. حافظوا على الأمل. - Anh

من المهم أن تطرحي الأسئلة على طبيبك عن أي شيء لا تفهمينه. أحياناً يكون ذلك صعباً أو قد لا تعرفين أي أسئلة تطرحين، فقد يساعدك في ذلك كتابة الأسئلة قبل زيارتك. ومن الجيد أن يصطحبك أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء في مواعيدك، حيث يمكنهم طرح الأسئلة أو تدوين الملاحظات حول ما يقوله الطبيب.

إذا كنت بحاجة إلى مترجم، أخبري طبيبك أو الممرضة بذلك عندما تأخذين مواعيدك.

جاءت ابنتي معي إلى مواعيدي مع الطبيب وكان هذا جيداً لأنني كنت أشعر بالتوتر الشديد، وتذكرت هي أن تطرح الأسئلة التي نسيتها أنا وبعد المواعيد كانت قادرة على مساعدتي في فهم ما حدث. أن اتخاذ قائمة من الأسئلة معك عندما تحضرين موعداً مع كل طبيب حقاً يساعدك، وليس هناك أي سؤال سخيف والقائمة تساعدك أيضاً على تذكر الأسئلة التي تريدین طرحها. - Delene

يمكن لمجلس مكافحة السرطان The Cancer Council المساعدة في الإجابة على بعض الأسئلة، أو مساعدتك في تحديد أي أسئلة تطرحين. يمكنك الإتصال هاتفياً بالمجلس The Cancer Council على الرقم 13 11 20، وإذا كنت بحاجة لمترجم اتصلي بالرقم 13 14 50. كما يستطيع مجلس مكافحة السرطان تأمين خدمة الترجمة الهاتفية وأنت على الخط.

Having the treatments that your doctor recommends for you will give you the best chance of surviving cancer. Your treatment will also lower the chance of cancer coming back. It is good to remember that most people diagnosed with early breast cancer in Australia survive.

Cancer is not a death sentence – it's not as terrible as you might imagine. Have hope. – Anh

It is important to ask your doctor questions about anything you do not understand. Sometimes this can be hard and you may not know which questions to ask. It can help to write down questions before your visit. It is a good idea to take a family member or friend with you to your appointments. They can ask questions or write notes about what the doctor says.

If you need an interpreter, let your doctor or nurse know when you make your appointments.

My daughter came with me to my doctor appointments. This was good because I felt so nervous. She remembered to ask the questions I forgot, then after the appointments she could help me understand what happened. It really does help to take a list of questions to every doctor's appointment. No question is too silly and a list helps you to remember the questions you want to ask. – Delene

The Cancer Council can help answer some of your questions, or help you decide which questions to ask. You can phone the Cancer Council on **13 11 20** or, if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

ماذا تعني هذه الكلمات؟

فيما يلي بعض الكلمات التي قد ترينها في تقرير التشريح المرضي الخاص بك. قد يتحدث طبيبك عنها عندما يقول لك أي نوع من سرطان الثدي لديك وأفضل علاج لك.

الدرجة (the grade)	درجة السرطان هي مدى بطء أو سرعة نمو الخلايا السرطانية. الدرجة 1 (Grade 1) تعني إن السرطان ينمو ببطء. الدرجة 3 (Grade 3) تعني إن السرطان ينمو بوتيرة أسرع.
المرحلة (the stage)	مرحلة سرطان الثدي هي مدى كبر الورم السرطاني وما إذا كان قد انتشر إلى الغدد الليمفاوية أم لا.
الغدد الليمفاوية (lymph nodes)	توجد الغدد الليمفاوية في جميع أنحاء الجسم، بما في ذلك الإبط والفخذ (the groin) والمعدة والصدر والرقبة. غالبا ما تكون الغدد الليمفاوية في الإبط (الإبطين) أو بالقرب من الثدي هي المقام الأول الذي ينتشر فيه سرطان الثدي خارج الثدي. سوف يقوم الجراح بإزالة عقدة أو أكثر من العقدة الليمفاوية أثناء جراحة الثدي لمعرفة ما إذا كانت تحتوي على أي خلايا سرطانية.
هامش الجراحة (surgical margin)	هامش الجراحة هو المنطقة المحيطة بسرطان الثدي التي تشبه الأنسجة السليمة. ويتم إزالتها مع سرطان الثدي أثناء الجراحة في حال وجدت فيها بعض الخلايا السرطانية الصغيرة التي لا يمكن رؤيتها. فإذا لم يكن هناك أي خلايا سرطانية في الأنسجة السليمة المظهر، يقال أنها 'نظيفة'. أما إذا كانت الأنسجة تحتوي على خلايا سرطانية، فقد يلزم إجراء عملية جراحية إضافية لإزالة السرطان بأكمله.

What do these words mean?

Below are some of the words you may see in your pathology report. Your doctor may talk about them when he or she tells you about the type of breast cancer you have and the best treatment for you.

The grade	The grade of the cancer is about how slow or fast the cancer cells are growing. Grade 1 means the cancer is growing slowly. Grade 3 means the cancer is growing faster.
The stage	The stage of the breast cancer is about how big the cancer is and whether it has spread to the lymph nodes or not.
Lymph nodes	Lymph nodes are found all around the body, including the armpit, groin, stomach, chest and neck. The lymph nodes in the armpit (axilla) or near your breast are often the first place that breast cancer will spread outside the breast. Your surgeon will remove one or more lymph nodes during your breast cancer surgery to see if they have any cancer cells in them.
Surgical margin	The surgical margin is the area around the breast cancer that looks like healthy tissue. It gets taken out with the breast cancer during surgery in case there are some tiny cancer cells in the area that cannot be seen. If there are no cancer cells in the healthy looking tissue, it is said to be 'clear'. If the tissue has cancer cells in it, more surgery may be needed to take all of the cancer out.

ماذا تعني هذه الكلمات؟

<p>متلقيات الهرمون (hormone receptors)</p>	<p>عندما تكون هناك متلقيات هرمون على خلايا سرطان الثدي فهذا يعني أن الهرمونات التي تدعى أستروجين (oestrogen) و/أو بروجسترون (progesterone) تجعل هذه الخلايا السرطانية تنمو. وتسمى هذه السرطانات سرطانات الثدي 'موجبة لمتلقيات هرمون' (hormone receptors positive). تصاب امرأتان من أصل ثلاثة مصابات بسرطان الثدي بهذا النوع من سرطان الثدي، والذي يسمى أيضا بسرطان الثدي موجب الأستروجين (ER+).</p>
<p>HER2</p>	<p>إذا كان السرطان موجبا لـ (HER2-positive) HER2، هذا يعني أن لديه مستويات من البروتين HER2 أعلى من المستويات العادية، مما يمكن أن يجعل الخلايا السرطانية تنمو وتنقسم.</p>
<p>ثلاثية السلبية (triple negative)</p>	<p>سرطانات الثدي الثلاثية السلبية ليس لديها متلقيات هرمون أو HER2. وهذا يعني أنه لا هرمون الإستروجين ولا البروجسترون ولا بروتين HER2 يساعدون السرطان على النمو.</p>

What do these words mean?

<p>Hormone receptors</p>	<p>When breast cancer cells have hormone receptors on them it means that hormones called oestrogen and/or progesterone make them grow. These cancers are called 'hormone receptor positive' breast cancers. About two out of three women with breast cancer have this sort of breast cancer. This is also called oestrogen-positive (ER+) breast cancer.</p>
<p>HER2</p>	<p>If the cancer is HER2-positive, it means it has higher than normal levels of the HER2 protein and this can make the cancer cells divide and grow.</p>
<p>Triple negative</p>	<p>Triple negative breast cancers have no hormone or HER2 receptors. This means that neither oestrogen, progesterone nor the HER2 protein help the cancer to grow.</p>

More information

Breast Cancer Network Australia (BCNA) is the peak organisation for Australians affected by breast cancer. We have more information about breast cancer in a number of languages, including English.

Phone BCNA on **1800 500 258**

If you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

Visit our website **www.bcna.org.au**

مزيد من المعلومات

للاستراليين المتضررين من سرطان الثدي. لدينا المزيد من المعلومات حول سرطان الثدي في عدد من اللغات، منها الانكليزية. هي المنظمة الرئيسية

اتصلوا بـ BCNA على الرقم 1800 500 258
إذا كنتم بحاجة إلى مترجم، اتصلوا بالرقم 13 14 50.

راجعوا موقعنا على الإنترنت **www.bcna.org.au**

Breast
Cancer
Network
Australia



sussan

Breast Cancer Network Australia
acknowledges the assistance of
Sussan in producing this booklet.