

## الأبحاث توصي بإجراء التلقيح ضد فيروس الورم الحليمي على عدة جرعات

عددة جرعات بغية التمتع بمناعة مستدامة.. واستندت هذه الدراسة المنشورة في مجلة «كانسر بريفاشن ريسيرتش» الأمريكية إلى تجربة سريرية مولها المعهد الأمريكي للسرطان لاختبار فعالية لقاح «سيفرايكس» من إنتاج المختبر البريطاني «غلاكوسميثكلين» عند نساء من كوستاريكا. وفي إطار هذه التجربة، حصلت 20% من النساء على جرعة واحدة من اللقاح بدلا من الجرعات الثلاث الموصى بها، في حين تلقت أخريات ثلاث جرعات، أما باقي المشاركات في الدراسات فلم يتلقين أي جرعة لقاح. وقارن الباحثون نسبة الأجسام المضادة للفيروس عند المجموعات الثلاث وتبين لهم أنها أتت متشابهة عند أول مجموعتين، وأعلى بأربع إلى 25 مرة من تلك المسجلة عند النساء اللواتي لم يتلقين أي لقاح.

واشنطن / متابعات: كشفت دراسة أن جرعة واحدة من اللقاح المضاد لفيروس الورم الحليمي البشري، الذي يتسبب بـ70% من حالات سرطان عنق الرحم، تكفي لتأمين مناعة دائمة من هذا النوع من السرطان. وأكدت محبوبية صفيان، الباحثة في المعهد الأمريكي للسرطان «ان سي أي» في ولاية ماريلاند (شرق الولايات المتحدة) والقيمة الرئيسية على هذه الأبحاث أن هذا الاكتشاف جد واعد إذ إنه يسمح بإطلاق حملات تلقيح مسطحة وأقل كلفة تتمتع بحظوظ وافر للنجاح، لا سيما في البلدان النامية التي تسجل 85% من حالات سرطان عنق الرحم.. وأوضحت أن هذه الأبحاث، تضع على المحك التوصيات الحالية التي تدعو إلى إجراء التلقيح المضاد لفيروس الورم الحليمي البشري على



# الطب والحياة

إشراف/ أيمن عصام

## «سرطان الثدي» خطر على الرجال قبل النساء

# العوامل الوراثية تلعب دوراً مهماً في سرطان الثدي والمبيض عند النساء



سرطان الثدي أصبح في الآونة الأخيرة هاجساً لكل فتاة وامرأة وحتى الرجال، لأنه يصيب جزءاً حساساً من الجسد، ويعتبر من أكثر الأورام شيوعاً عند الضعفاء والغالبية العظمى منها حميد، والقليل منها خبيث (غير حميد) وقد يصيب الرجال أيضاً ولكن بنسبة أقل، لذا الكشف الطبي الدوري والمبكر يقلل من مضاعفاته بنسبة كبيرة.. سرطان الثدي غالباً ما يصيب أنسجة الثدي وخاصة في قنوات ودد الحليب التي تحمل الحليب إلى الحلمة فنجد أن الخلايا المصابة تنمو وتتغير في شكل كتل من الأنسجة الإضافية وتسمى الأورام.

### إعداد/ محمد فؤاد

#### أعراضه

هذا يقودنا إلى التعرف على العلامات والأعراض لهذا المرض: هذه الأعراض والعلامات كلما اكتشفت مبكراً كانت النتيجة جيدة ومذهلة واليك سردها: أي تغيير يحدث في أي جزء من الثدي سواء كان تغييراً في لون الحلمة والجلد، وانكماش بالحلمة احمرار.. الخ - إفرازات من حلمة الثدي سواء كانت بيضاء أو صفراء أو مخلوطة بدم- وجود أي ورم أو كتلة في الثدي وخاصة إذا كانت غير مؤلمة، وجود أورام صغيرة في شكل حبيبات تحت الإبط (الغدد الليمفاوية)- ألم في أي جزء من الثدي، مع أي سرطان غالباً لا يكون مؤلماً- كما سبق ذكره فإننا في معظم الأحيان لا نلاحظ الأعراض الصغيرة جداً وخاصة إذا كانت غير مؤلمة، فكيف يمكننا الكشف عن وجود الأورام غير المؤلمة الصغيرة في الثدي؟ هذا يتم عن طريق الكشف الدوري والمبكر والذاتي للثدي كالاتي: كل امرأة فوق سن 20 عاماً يجب أن تفحص ثدييها شهرياً، أما إذا كانت في فترة الحيض، فيجب أن تقوم بذلك بعد 3 - 4 أيام من نهايته- أيضاً بعد الرضاعة شهرياً- أما المرأة بعد انقطاع الطمث فيمكن شهرياً في أي يوم من أيام الشهر أن تفحص ثدييها.

#### أنواع الورم

سرطانية- خبيثة- غير سرطانية حميدة، والفرق بين الخبيثة والحميدة أن الخبيثة تتكاثر وتدمر أنسجة الجسم السليمة، وقد تنتشر هذه الخلايا لأجزاء أخرى من الجسم وتدمرها.

#### عوامل خطورة الورم

هناك عوامل ترفع من درجة الخطورة عند الإصابة بسرطان الثدي: العوامل الوراثية تلعب دوراً مهماً في سرطان الثدي، وكذلك سرطان المبيض- وتزداد كلما زاد عمر المرأة، وخاصة بعد سن 50 عاماً.. عند الإصابة في أحد الثديين بالسرطان فإن احتمال إصابة الثدي الآخر تزداد بما يقارب 3 - 4 أضعاف- العلاج بالإشعاع في منطقة الصدر تزيد من احتمال الإصابة بالسرطان ابتداء الدورة الشهرية قبل سن 12 سنة- مبكراً- أو تأخر انقطاع الطمث إلى ما بعد سن الخمسين عاماً تزيد احتمال السرطان، لأن هذا يعرض المرأة للتعرض لهرمون الاستروجين أطول فترة ممكنة، الحمل بعد سن الثلاثين عاماً قد يزيد الإصابة أيضاً- استعمال الهرمونات مثل الاستروجين أو البروجستيرون بعد سن انقطاع الطمث، إلا بعد استشارة الطبيب المعالج قبل تناوله، إن نسبة الإصابة تقل عند المرضعات (الرضاعة الطبيعية) إذا توالى بعد سنتين، والنساء المنجيات لعدد أكبر من الأطفال- السمنة- الكحول تزيد كذلك من الإصابة إلى حد ما، الطعام الغني بالدهن وخاصة بعد سن اليأس، الرياضة تقلل من الإصابة إلى حد ما، بعد كل هذه الأسباب لا يزال السبب الحقيقي غير معروف بالضبط أو بدقة تامة.

#### فحص الثدي

أمام المرأة- عند الاستحمام- عند الاستلقاء واليك كيفية الفحص الذاتي عند الاستلقاء: للاحظة التغيير في البشرة، والشكل، وانكماش الحلمة، فيجب النظر في المرأة، وبعد ذلك للفحص بطريقة سهلة ومريحة يبدأ الفحص بالاستلقاء مع

## الحمل بعد سن الثلاثين قد يزيد الإصابة بالسرطان

عن المرحلة الأخرى.. عموماً طرق العلاج هي: الجراحة- العلاج بالإشعاع- العلاج الكيميائي- العلاج الهرموني- العلاج البديل- العلاج النفسي، وطرق العلاج هذه إما موضعية أو شاملة لجميع خلايا الجسم، ولكن غالباً العلاج بعدة طرق في نفس الوقت على حسب تقدير الطبيب المعالج..

التابعة مع الطبيب دورياً، ومن حق أي مريضة أن تعرف التفاصيل الكاملة عند مرضها من غير تبسيط في التعامل، ومن ثم تحدد هي بمساعدة طبييها وأفراد أسرته أفضل طرق العلاج لسرطان الثدي. إن علم المريضة بنوعية العلاج وكيفية إعطائه ومضاره وفوائده هو أفضل طريقة لتقوية عزيمتها لتقبل العلاج، والتغلب على هذا المرض بإذن الله تعالى.

#### الخلاصة

الفحص الدوري لصدرتك يوفر لك حماية كاملة وعلاجاً مبكراً قبل حدوث المضاعفات- اكتشاف سرطان الثدي متأخراً، يعني تفشي وانتشار المرض في الجسم بنسبة كبيرة، ويصبح علاجه صعباً- اكتشاف ورم بالثدي أو كتلة لا يعني بالضرورة وجود سرطان، فمعظم الكتل المحسوسة بالثدي حميدة والحمد لله- إن الألم في الثدي في مختلف أعمار النساء قد يكون نتيجة لخلتف الأمراض السهلة التي تصيب الثدي، وجود الإفرازات من الحلمة أيضاً قد يكون عرضاً من أعراض كثير من الأمراض الحميدة التي تصيب الثدي.

#### سرطان الثدي عند الرجال

الرجال غير بعيدين عن الإصابة بسرطان الثدي، وأن حدث يكون بنسبة أقل من 1% من الحالات، ويظهر في شكل ورم غير مؤلم حول الحلمة، وغالباً ما يكون في سن متقدمة- 60 عاماً- وإذا حدث فإنه أكثر خطورة من سرطان الثدي عند النساء.

#### علاج المرض

يعتمد علاج سرطان الثدي على عدة عوامل منها: مرحلة المرض: من حيث حجم السرطان وحالة الغدد الليمفاوية، ونوعية الخلايا السرطانية، وحالة المريضة العامة- يعتمد اعتماداً كبيراً على رغبة المريضة في العلاج، وخاصة أن العلاج غالباً ما يكون شاقاً وطويلاً، ويشمل مختلف الطرق العلاجية، لذا يتطلب منها إعداداً نفسياً وإرادة قوية وتشجيعاً من الجميع- أن تكون العلاقة بين الطبيب ومريضته علاقة ثقة وصدق من البداية، وتوصيل المعلومات لها دون خوف أو مبالغة أو تبسيط شديد.

#### مراحل تطوره

وتم تقسيم مراحل سرطان الثدي إلى التالي: المرحلة الأولى والثانية- المرحلة الثالثة- المرحلة الرابعة وتختلف كل مرحلة في شدتها ومخاطرها وعلاجها

#### التشخيص المبكر

بعد الفحص الكلينيكي بواسطة الطبيب هناك فحوصات لتصوير حالة الثدي منها: فحص الثدي باستعمال أشعة أكس- عمل موجات صوتية للثدي- الفحص بواسطة أخذ عينة عن طريق الإبرة وأخذ عينة من أنسجة الثدي تحت تأثير التخدير- يمكن أيضاً الفحص باستعمال الرنين المغناطيسي- هناك بعض الفحوصات لتوضيح إذا كان سرطان الثدي قد انتشر لأجزاء أخرى من الجسم وذلك بصورة أشعة الصدر، صورة للعظام- موجات صوتية للكب- صورة كاملة للدم (الأنيميا.. الخ) للتأكد من سلامة الكبد والعظام- إلى غيرها من الفحوصات التي يمكن أن تحدد نوعية الورم الموجود، ومدى انتشاره في بقية أجزاء الجسم الأخرى. حسناً بعد أن تم تشخيص المرض على أنه سرطان ثدي وليس عرضياً فما هو العلاج؟ هناك عدة طرق لمعالجة أورام الثدي، فمثلاً تعالج الأورام الحميدة عادة بالاستئصال الجراحي، وبعد ذلك

## البعض منها قد يسبب حب الشباب إذا استخدم بطريقة خاطئة الاستعمال الخاطئ لمستحضرات تبييض البشرة يؤدي الجلد



أن يسبب حب الشباب أو يضعف الجلد إذا استخدم بطريقة خاطئة، مشيرة إلى أن مادة الزئبق التي قد تدمر الجهاز العصبي وجدت في الكثير من هذه المستحضرات المزيفة. وتابعت أنها ورفاقها في المركز الطبي لاحظوا الكثير من المرضى الذين يعانون من العوارض الجانبية لاستخدامهم هذه المستحضرات بشكل خاطئ، بدورها قالت الباحثة إيفلين ناكانو غلين من جامعة كاليفورنيا- بيركلي إن الكثيرين من الأميركيين من أصل أفريقي أو الذين لديهم بشرة سوداء يعتقدون أن تبييض بشرتهم سيعزز مكانتهم في المجتمع. وأضافت: الأمر ليس من نسج الخيال، هناك تمييز ضد أصحاب البشرة الداكنة وبخاصة النساء في ما يسمى بسوق الزواج.

#### نيويورك / متابعات:

ربما يؤدي الاستخدام الخاطئ لمراهم أو مستحضرات تبييض البشرة التي يصفها الأطباء أو المزيفة إلى عوارض جانبية ضارة. وقالت الاختصاصية في أمراض الجلد في مركز داونستاتيت الطبي في بروكلين « نيويورك» إرين جيلبرت لصحيفة «نيويورك تايمز» إن الأميركيين من أصل أفريقي أو أصحاب البشرة الداكنة عموماً يشتركون هذه المستحضرات بناء على وصفة طبية أو مباشرة من الصيدليات أو حتى من محلات البقالة، ولكنهم لا يعرفون التمييز بين الأصلي والمزيف منها أو الطريقة الصحيحة لاستخدامها. وأضافت إن أحد هذه المراهم «هايبورجيل أند فيراند وايت» يمكن

## ريجيم سريع ينقص الوزن (8) كيلوجرامات في 10 أيام



إليك ريجيم سريع ينقص وزنك 8 كيلوجرامات في 10 أيام في خطوات مبسطة وتستطيعين تحملها اليوم الأول: أي صنف البان منزوع الدسم ( لبن زبادي - لبن حليب - لبن رائب - جبن قريش) + خيار أو خس ولكن صنف واحد فقط.