



BreastScreen
Aotearoa

العربية (Arabic)

فحص الثدي

معلومات للنساء من عمر
70 عاما فما فوق

وكأي فحص يُجرى بالأشعة السينية، يعرضك فحص الماموجرام لكمية صغيرة جداً من الإشعاع، والتي من غير المحتمل أن تضر بك.

قد تجد بعض النساء فحص الثدي غير مريح، ومؤلم ومثيراً للقلق. يمكنك اصطحاب شخص لدعمك عند الذهاب إلى موعدك لفحص الماموجرام، ليكون بالقرب منك قبل أو بعد الفحص.

لمزيد من المعلومات، تفضلي بزيارة **TimeToBreastScreen.nz**، أو اتصلي بالهاتف المجاني **0800 270 200**، أو تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك، أو بزيارة الموقع health.govt.nz لقراءة "فحص سرطان الثدي: الانضمام إلى برنامج BreastScreen Aotearoa" و "إجراء فحص الماموجرام"

تصوير الثدي بالأشعة السينية (الماموجرام) للنساء غير المؤهلات لبرنامج فحص الثدي في نيوزيلندا BreastScreen Aotearoa

يعد فحص الماموجرام جزءاً مهماً من فحص أعراض تصيب الثدي (مثل ظهور كتلة جديدة أو تغير في الثدي) لدى النساء من جميع الأعمار. إذا لم تكوني مؤهلة لبرنامج الفحص، فيمكنك إجراء تصوير الثدي بالأشعة السينية مجاناً في مستشفى عام إذا كنت معرضة بشكل أكبر لخطر الإصابة أو لديك أعراض، وذلك عن طريق إحالة من أحد مقدمي الرعاية الصحية.

كما ويمكن أيضاً إحالة النساء المعرضات لخطر الإصابة بسرطان الثدي بشكل أكبر من المتوسط من أحد مقدمي الرعاية الصحية لإجراء فحوصات الماموجرام المجانية، حتى لو لم تكن لديهن أعراض. يطبق هذا إذا، على سبيل المثال، كان لديك واحدة (أو أكثر) من الحالات التالية:

- إصابة سابقة بسرطان الثدي
- تشخيص خزعة سابق أظهر خلايا ثدي غير طبيعية
- إصابة إحدى قريباتك المقربات (على سبيل المثال، الأم أو الأخت أو الابنة أو العمة أو الجدة) بسرطان الثدي (خاصة إذا كان في كلا الثديين)، أو سرطان المبايض.

للنساء اللاتي يبلغن من العمر 75 عاماً أو أكثر

تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول ما إذا كان الاستمرار في إجراء الماموجرام مناسباً لك بناءً على عوامل الخطر الفردية وصحتك العامة وما تفضليه.

بغض النظر عن عمرك، يجب عليك مراجعة مقدم الرعاية الصحية الخاص بك في أسرع وقت ممكن إذا لاحظت أي تغييرات جديدة في ثديك.

حجز تصوير الثدي بالمamوجرام من خلال برنامج

BreastScreen Aotearoa

إذا كنت مؤهلة لفحص الثدي بالمamوجرام وحن دورك لإجرائه من خلال برنامج BreastScreen Aotearoa، فسوف تستلمين خطاباً لدعوتك لإجراء الفحص إما بالبريد الإلكتروني أو برسالة نصية قصيرة أو بالبريد العادي. يمكنك التسجيل بالبرنامج وحجز الفحص:

- عبر الإنترنت مستخدمة **الرابط الآمن المخصص باسمك** الموجود في خطاب الدعوة المبعوث لك، أو
- عن طريق الاتصال بالرقم المجاني **0800 270 200**.

إذا كنت تعتقدين بأنك مؤهلة وحن دور فحصك ولكنك لم تستلمي خطاب الدعوة للفحص، الرجاء إبلاغنا بذلك من خلال الاتصال بالرقم المجاني، أو بإكمال استمارة التسجيل بالبرنامج على الموقع **TimeToBreastScreen.nz**

الخيار متروك لك

يمكنك الاختيار في الانضمام إلى برنامج BreastScreen Aotearoa أم لا. يمكنك ترك البرنامج في أي وقت. يمكنك العودة للانضمام إليه في أي وقت، بشرط أن تكوني مؤهلة لذلك.

ما تحتاجين إلى معرفته

يساعد فحص الماموجرام في الكشف المبكر لسرطان الثدي من خلال إظهار التغيرات الحاصلة داخل الثدي قبل الشعور بأي شيء، وفي الوقت الذي يسهل علاجه. وهذا يعني أن العلاج قد يكون أقل شدة وأكثر قابلية لإدارته، خاصة بالنسبة للنساء الأكبر سناً اللواتي قد يكنّ أكثر عرضة للإصابة بأمراض أخرى.

يسهل اكتشاف سرطانات الثدي في تصوير الماموجرام لدى النساء الأكبر سناً مقارنة بأولئك الأصغر سناً، وذلك بسبب الاختلافات في أنسجة الثدي. كثافة نسيج جدار الثدي يجعل من الصعب اكتشاف السرطان فيه. وتضع Health New Zealand Te Whatu Ora في اعتبارها استخدام الذكاء الاصطناعي لقياس كثافة نسيج الثدي مستقبلاً.

وبعض سرطانات الثدي التي يتم اكتشافها من خلال الفحص لعدد قليل من النساء المسنات اللواتي يعانين من حالات صحية خطيرة أخرى، لن تصبح ضارة خلال ما تبقى من حياتهن.

قد يتعذر اكتشاف بعض السرطانات بفحص الماموجرام وقد يتطور السرطان في المدة بين فحصي الماموجرام.

BreastScreen Aotearoa هو برنامج فحص مجاني للثدي غرضه التأكد من عدم وجود علامات سرطان الثدي. يقدم البرنامج فحوصات الماموجرام (فحص الثدي بالأشعة السينية) مجاناً كل عامين للنساء اللواتي تتراوح أعمارهن بين 45 و 69 عاماً واللواتي لا تظهر عليهن أعراض سرطان الثدي. ويجري حالياً توسيع نطاق أهلية البرنامج.

تمديد أهلية الحصول على فحص الثدي إلى عمر 74 عاماً

يعمل برنامج BreastScreen Aotearoa على تمديد الفئة العمرية لفحص الثدي المجاني، ابتداءً من النساء البالغة أعمارهن 70 و 74. في شهر أكتوبر من كل عام سوف يتم تمديد الفئة العمرية المؤهلة للبرنامج لسنة إضافية لحين يشمل النساء اللواتي تتراوح أعمارهن من 70 إلى 74 عام. سيتم تطبيقه بالكامل بحلول أكتوبر 2029.

في جميع أرجاء نيوزيلندا

(ما عدا نيلسون ومالبورو)

ابتداءً من شهر أكتوبر 2025 أنت مؤهلة:

- لإجراء فحص الماموجرام المجاني كل سنتين لحين بلوغك سن 75 عاماً، إذا بلغت من العمر 70 عاماً في الأول من أكتوبر 2025 أو بعد هذا التاريخ
- فحص نهائي أخير من نوعه في عمر 74، إذا بلغت سن 70 إلى 74 قبل تاريخ 1 أكتوبر 2025.

نيلسون ومالبورو

ابتداءً من أكتوبر 2024، إذا كنت تعيشين في مناطق نيلسون ومالبورو، أنت مؤهلة:

- لفحص ماموجرام مجاني لكل عامين لحين بلوغك 75 عاماً، إذا بلغت سن 70 في الأول من أكتوبر 2024 أو بعد هذا التاريخ
- فحص نهائي أخير من نوعه في عمر 74، إذا بلغت سن 70 إلى 74 قبل تاريخ 1 أكتوبر 2024.

لمزيد من المعلومات حول الأهلية، ولتحديد ما إذا كان الفحص مناسباً لك، تفضلي بزيارة الموقع **TimeToBreastScreen.nz** أو اتصلي بالهاتف المجاني **0800 270 200**.

خطر الإصابة بسرطان الثدي

يزداد خطر الإصابة بسرطان الثدي مع تقدم العمر. اذا كنت تشعرين بصحة جيدة بشكل عام، فناقشي مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك ما إذا كنت ستستفيدين من إجراء تصوير الثدي بالأشعة السينية (الماموجرام).

قد يزيد وجود التاريخ العائلي لإصابة سرطان الثدي من خطر الإصابة به، ولكن معظم النساء اللواتي لديهن تاريخ إصابة عائلي، لا يَصُنَّ بسرطان الثدي.

عادة ما تحدث الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء اللاتي لديهن تاريخ عائلي لهذا المرض قبل سن السبعين. تكون نسبة خطر الإصابة بالنسبة للنساء فوق سن السبعين ولديهن تاريخ عائلي للمرض، أعلى قليلاً فقط من مثيلتهن بالعمر من اللواتي ليس لديهن تاريخ عائلي.

تحديثي مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول المخاطر التي قد تواجهيها، والتكاليف المترتبة، وعن كيفية الحصول على إحالة لإجراء تصوير الماموجرام.

كيف يمكنني إجراء فحص لسرطان الثدي؟

يجب على كل النساء أن يعرفن الشكل الطبيعي لثديهن (سواء أجرين فحص الماموجرام أم لا).

إذا لاحظت أياً من التغيرات التالية (حتى لو كنت قد أجريت تصوير الماموجرام)، راجعي مقدم الرعاية الصحية في أقرب وقت ممكن:

- ظهور حديث لكتلة في منطقة الثدي أو تحت الإبط
- تغيرات في شكل الثدي أو حجمه
- تغيرات في جلد الثدي مثل ظهور نقرات أو تجعدات أو زيادة في سمكه
- تغيرات في الحلمة، مثل انقلابها للداخل، أو تقرحها، أو ظهور حكة جديدة فيها
- خروج إفرازات من الحلمة أو نزيفها
- احمرار دائم
- ألم مستمر في الثدي لا يمكن تخفيفه.

يمكن للنساء، من أي فئة عمرية، اللواتي يعانين من أعراض سرطان الثدي إجراء تصوير ماموجرام مجاني بإحالتهم من مقدم للرعاية الصحية.

لمزيد من المعلومات حول فحص الثدي، اقرأي كتيب "إجراء فحص الماموجرام". يتوفر هذا الفحص من مركز المحلي أوتياروا لفحص الثدي بالماموجرام BreastScreen Aotearoa، بالاتصال المجاني على الرقم **0800 270 200**، أو عن طريق healthed.govt.nz، أو من خلال مزود الخدمة المحلي المعتمد.



تذكري

على النساء من كافة الأعمار عندما يشعرن
أو يلاحظن أي شيء غير اعتيادي في ثديهن،
وفي أي وقت، مراجعة مقدم الرعاية الصحية
الخاص بهن.



Scan the QR code to access available translations of BSA brochures into languages other than English and formats including Braille, audio, Large Print, Easy Read and NZSL.

الهاتف المجاني

0800 270 200

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government



BreastScreen
Aotearoa

This resource is available from healthed.govt.nz or your local Authorised Provider. Revised September 2026. **HE10120-ARA**