



National Institute for Public Health  
and the Environment  
*Ministry of Health, Welfare and Sport*

# دعوتك لفحص السكان لسرطان الثدي



في هذه النشرة تجد أهم المعلومات عن  
فحص السكان لسرطان الثدي.  
بهذا يمكنك أن تقرري إذا كنتِ تريدين المشاركة أم لا.

## لماذا تتم دعوتك؟

هذا الفحص يهدف إلى اكتشاف سرطان الثدي في وقت مبكر قدر الإمكان. كلما تم اكتشاف سرطان الثدي مبكراً، زادت فرصة العلاج الناجح. وغالباً يكون العلاج في هذه الحالة أقل صعوبة.

سرطان الثدي هو أكثر أنواع السرطان شيوعاً عند النساء. ويظهر هذا المرض أكثر عند النساء بين عمر 50 و75 سنة. لذلك نقوم بدعوتك للمشاركة في هذا الفحص.

## ما هو سرطان الثدي؟

سرطان الثدي هو ورم خبيث في الثدي. يمكن أن ينمو سرطان الثدي ببطء أو بسرعة. أحياناً يمكن أن ينتشر الورم إلى أجزاء أخرى من الجسم.

## المشاركة في فحص السكان

إذا شاركت، يتم أخذ صور بالأشعة (أشعة سينية) لثدييك. بهذه الطريقة يمكن معرفة إذا كان لديك سرطان الثدي، قبل أن تلاحظي أي شيء بنفسك.

## فحص السكان مجاني

يمكنك المشاركة في فحص السكان مجاناً. إذا كان هناك حاجة إلى فحص إضافي في المستشفى، فإن شركة التأمين الصحي تغطي ذلك. قد تضطرين إلى دفع جزء من التكاليف (التحمل الشخصي). هل لديك أسئلة عن هذا؟ تواصل مع شركة التأمين الصحي الخاصة بك.

شرح الفحص بلغة سهلة؟  
اطلعي على: [www.steffie.nl](http://www.steffie.nl)



مزيد من المعلومات:  
[www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl)

أو امسحي رمز QR باستخدام كاميرا هاتفك المحمول  
للوصول مباشرة إلى الموقع.

هل تريدين التحدث مع شخص للحصول على معلومات أو مساعدة؟  
يمكنك الاتصال بخدمة العملاء التابعة لـ Bevolkingsonderzoek Nederland.  
رقم الهاتف موجود في رسالة الدعوة الخاصة بك.



# الفحص في 5 خطوات



هل ترغبين في مشاهدة فيديو يوضح كيف يتم الفحص؟  
اطلعي على: [www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl)



امسحي رمز QR باستخدام كاميرا هاتفك المحمول.  
ستصلين مباشرة إلى الموقع.



## 1 حجز موعد

- تقومين بحجز الموعد بنفسك.
- املني الأسئلة الموجودة في خلف الرسالة.
- خذي الرسالة معك. وخذي أيضًا بطاقة هويتك، مثل بطاقة الهوية أو جواز السفر أو رخصة القيادة.



## 2 مركز الفحص

تذهبين إلى مركز فحص تابع لـ  
Bevolkingsonderzoek Nederland  
هم يقومون بإجراء الفحص.

يتم الفحص أحيانًا في مبنى، ولكن غالبًا في حافلة  
كبيرة. يقوم أحد الموظفين أولاً بالتحقق من بياناتك.

يستغرق الموعد حوالي 20 دقيقة في المجموع.

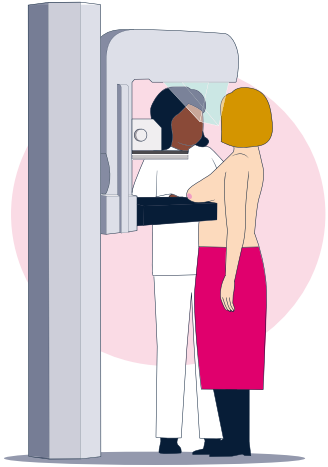


## 3 صور الثدي

عندما يأتي دورك، تخلعين ملابسك العلوية في غرفة  
تبديل الملابس. تأتي موظفة لتأخذك من غرفة التبديل.  
بعد ذلك تشرح لك الموظفة ما سيحدث.

يتم أخذ صورتين لكل ثدي. لكل صورة، يتم ضغط الثدي  
ليضع ثوان بين لوحين. هذا ضروري للحصول على صورة  
جيدة، مع أقل قدر ممكن من الإشعاع.

قد يكون الضغط مزعجًا، لكنه غير ضار بالثديين. يمكنك  
إخبار الموظفة إذا لم يعد ذلك مريحًا لك. ستحرص الموظفة  
معك على أن يتم الفحص بأفضل طريقة ممكنة.



## 4 هل نجحت كل الصور؟

بعد الفحص، ترتدين ملابسك مرة أخرى. تقوم الموظفة  
بالتحقق من جودة الصور. إذا كانت جيدة، تكونين قد انتهيت.  
إذا لم تكن كذلك، يقوم الموظف بأخذ صورة أو أكثر إضافية.

تُرسل الصور إلى طبيبين. يبحثان عن أي تغييرات أو  
علامات غير طبيعية في الصور.



## 5 النتيجة

ستتلقين رسالة تحتوي على النتيجة خلال أسبوعين.



# ما هي النتائج الممكنة؟

يمكنك الحصول على واحدة من 3 نتائج:

## 1 لم يتم العثور على أي خلل

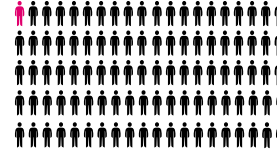
لم تظهر الصور أي علامات تدل على سرطان الثدي. ستتلقين دعوة مرة أخرى في المرة القادمة لفحص السكان. هل لديك شكاوى في الثدي؟ اتصلي دائمًا بطبيبك العام.



98 من كل 100 مشاركة  
يصلن على هذه النتيجة.

## 2 معلومات غير كافية

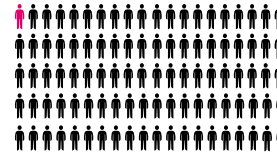
الصور لا تعطي معلومات كافية. هناك حاجة إلى فحص إضافي في المستشفى. قد يكون ذلك صورة إضافية أو فحصاً آخر. في معظم الحالات، لا يوجد شيء خطير.



1 من كل 100 مشاركة  
تحصل على هذه النتيجة.

## 3 تمت رؤية خلل

تمت رؤية خلل في الصور قد يكون سرطان الثدي. هناك حاجة إلى فحص إضافي في المستشفى. قد يكون ذلك صورة أو فحصاً آخر. غالبًا يتم أخذ قطعة صغيرة من نسيج الثدي للفحص. هذا لا يعني بالضرورة أنك مصابة بسرطان الثدي.



1 من كل 100 مشاركة  
تحصل على هذه النتيجة.

## أسئلة تطرحها كثير من النساء

### “أنا الآن تحت العلاج أو المراقبة بسبب سرطان الثدي، ماذا أفعل؟”

لا يمكنك المشاركة في فحص السكان لسرطان الثدي. يمكنك إلغاء مشاركتك هذه المرة عبر موقع 'Mijn Bevolkingsonderzoek' من خلال [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](http://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl) باستخدام DigiD الخاص بك. يمكنك أيضًا الاتصال أو إرسال بريد إلكتروني إلى Bevolkingsonderzoek Nederland. ستجدين بيانات الاتصال في رسالة الدعوة.

### “لديّ غرسات (بروتز) في الثدي، هل يمكنني المشاركة؟”

نعم، يمكنك المشاركة. يتم أخذ غرساتك في الاعتبار أثناء الفحص. عند التقاط صور الثدي، يتم ضغط الثدي بين لوحين. حسب جراحي التجميل، فإن احتمال تلف الغرسات بسبب الضغط صغير جدًا. لذلك، لا يوجد مانع من المشاركة في الفحص.

اقرأ المزيد عن المشاركة أو عدمها على:

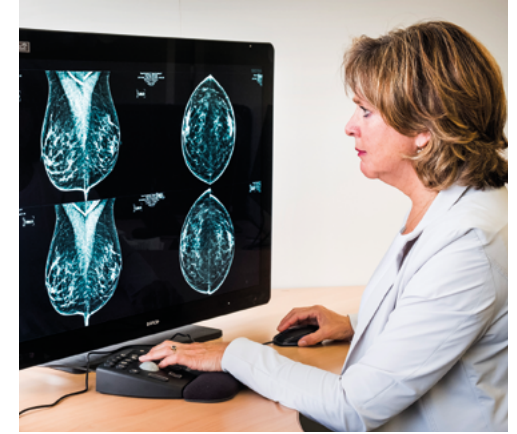
[www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl)

### “متى من الأفضل ألا أشرك؟”

في بعض الأحيان، هذا الفحص يكون أقل فائدة لك. وقد يكون فحص آخر أفضل. تحدثي مع طبيبك العام حول ما هو الأفضل لك إذا كان واحد أو أكثر من هذه الأمور ينطبق عليك:

- أنت مريضة جدًا ولا يمكن الشفاء منك؛
- لديك استعداد وراثي لسرطان الثدي؛
- يوجد سرطان الثدي أو سرطان المبيض في عائلتك.

# التصوير بالأشعة



باستخدام هذه الصور، يستطيع الأطباء رؤية أنسجة الثدي. وبهذا يمكنهم اكتشاف تغييرات قد تكون سرطان الثدي. هذه هي أفضل طريقة لاكتشاف سرطان الثدي.

يتم فحص الصور من قبل طبيبين. كل طبيب ينظر إلى الصور بشكل منفصل. إذا كانت النتيجة مختلفة، يتم فحص الصور مرة أخرى.

يبحث الأطباء في الصور عن علامات سرطان الثدي. أحياناً يجدون شيئاً آخر. وهذا يسمى نتيجة عرضية. النتيجة العرضية هي شيء يتم اكتشافه بالصدفة. إذا لزم الأمر، يخبر الأطباء طبيبك العام بذلك. وسيقوم طبيبك بالاتصال بك بخصوص ذلك.

## الفحص يكون أكثر فائدة إذا شاركت في كل مرة

هل شاركت من قبل في فحص السكان؟ في هذه الحالة، يقارن الأطباء الصور الجديدة بالصور السابقة. وبهذا يمكنهم رؤية أي تغييرات. وهذا يساعد على اكتشاف المشاكل في وقت مبكر.

## أقل قدر ممكن من الإشعاع في كل صورة

التصوير بالأشعة يعطي إشعاعاً. وفي الحياة اليومية، يتعرض الإنسان أيضاً للإشعاع. يتم أخذ صورتين لكل ثدي، باستخدام أقل قدر ممكن من الإشعاع. الإشعاع يمكن أن يسبب السرطان، لكن هذا الخطر في هذه الحالة صغير جداً.

## ماذا يجب أن أفعل إذا كان لديّ شكاوى أو تغييرات في الثدي؟



هل ترين أو تشعرين بوحدة من الأعراض أو التغييرات التالية؟ في هذه الحالة، لا تشاركي في فحص السكان لسرطان الثدي. ولكن احجزي موعداً مباشرة مع طبيبك العام. وإذا ظهرت لديك أعراض بعد المشاركة في الفحص، اذهبي دائماً إلى الطبيب.

تشعرين بكتلة أو تورّم أو تصلّب في الثدي.



ترين أو تشعرين بانتفاخ في الثدي.



لديكِ انبعاجات أو حفر في الثدي.



جلد الثدي يحتوي على حفر ويشبه قشر البرتقال.



ترين احمراراً أو تقشراً أو انكماشاً في الحلمة.



يخرج دم أو سائل من الحلمة.



يتغير شكل أو حجم الثدي.



تشعرين أن الثدي مختلف عن الطبيعي.



لديكِ جرح في الثدي لا يلتئم جيداً.



تشعرين بتورّم في الإبط.



# المزايا والعيوب

مثل أي فحص طبي، للفحص السكاني مزايا وعيوب. أنت تقررين بنفسك إذا كنت تريدين المشاركة أم لا.

## المزايا

**يمكن اكتشاف سرطان الثدي مبكرًا وعلاجه مبكرًا**  
من خلال فحص السكان لسرطان الثدي، يمكن اكتشاف المرض في وقت مبكر. وعند الاكتشاف المبكر، تكون فرصة نجاح العلاج أكبر. وغالبًا يكون العلاج أقل صعوبة.

**انخفاض خطر الوفاة بسبب سرطان الثدي**  
الأشخاص الذين يشاركون بانتظام في فحص السكان لديهم خطر أقل للوفاة بسبب سرطان الثدي مقارنةً بمن لا يشاركون.

## العيوب

**قد تشعرين بالقلق**  
انتظار النتيجة قد يكون مقلقًا. وقد يجعلك التحويل إلى المستشفى تشعرين بالخوف أو القلق.

**قد يحدث علاج زائد**  
في معظم الحالات، يعالج الأطباء سرطان الثدي. لكن أحيانًا ينمو الورم ببطء شديد، بحيث لا يسبب مشاكل خلال حياة المريضة. في هذه الحالة، قد لا يكون العلاج ضروريًا. يحدث هذا عند حوالي 1 من كل 10 أشخاص مصابين بسرطان الثدي. ولا يمكننا معرفة من لا يحتاج إلى علاج. أنت وطبيبك تقرران معًا إذا كنت تريدين العلاج وكيف يتم ذلك.

**الفحص لا يعطي ضمانًا كاملًا**  
هناك دائمًا احتمال ألا يتم اكتشاف سرطان الثدي من خلال الفحص.

# بياناتك

نحن نستخدم بياناتك من أجل فحص السكان. ونلتزم بقوانين حماية الخصوصية. يوضح نظام الخصوصية ماذا يحدث لبياناتك.

لمزيد من المعلومات عن الخصوصية:

[www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy](http://www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy)

يمكن استخدام نتائج الفحص لتحسين جودة فحص السكان. نتائج جميع المشاركات معًا توفر معلومات مهمة. لذلك نقوم أحيانًا بمشاركة البيانات مع مؤسسات البحث والرعاية الصحية. في الأبحاث العلمية، نضمن أن الباحث لا يعرف هوية الأشخاص.

إذا كان هناك حاجة إلى فحص إضافي، نتواصل مع طبيبك العام. وسيتم تحويلك إلى المستشفى عن طريقه.

## يمكنك اختيار كيفية استخدام بياناتك

إذا كنت لا تريدين استخدام بياناتك في الأبحاث أو تحسين الجودة، يمكنك إبلاغ Bevolkingsonderzoek Nederland بذلك. تجدين بيانات الاتصال في الرسالة المرفقة مع هذه النشرة.

لمزيد من المعلومات:

[www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy](http://www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/privacy)

# مساعدة في اتخاذ القرار

نأمل أننا قدمنا لك معلومات واضحة.

## هل لا تريد المشاركة؟

اقرأ في الصفحة 15 كيف  
يمكنك إلغاء المشاركة.

## هل تريد المشاركة؟

اقرأ في الصفحة 14 كيف  
تجزين موعداً.

هل تحتاجين معلومات أكثر أو تجدين صعوبة في الاختيار؟  
هناك مصادر وأشخاص يمكنهم مساعدتك.

## للمزيد من المعلومات:

[www.steffie.nl](http://www.steffie.nl) (شرح مبسط)

[www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl)

[www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/borstkanker](http://www.bevolkingsonderzoeknederland.nl/borstkanker)

[www.thuisarts.nl/borstkanker-opsporen](http://www.thuisarts.nl/borstkanker-opsporen)

## مساعدة من الآخرين:

- إسأل طبيبك العام
- زوري الموقع

[www.mammarosa.nl](http://www.mammarosa.nl)

# تجارب الآخرين

في هولندا، يشارك 7 من كل 10 أشخاص في  
فحص السكان لسرطان الثدي. من الطبيعي أن  
يكون لديك أسئلة أو شكوك. هنا يمكنك قراءة  
تجارب الآخرين:

”أنا أشارك في الفحص،  
لأنه يساعدني على الاهتمام بصحتي.  
أنا أراقب أي تغيير في الثدي،  
لكن الفحص يعطيني اطمئناناً أكثر.“

”أنا لا أشارك في الفحص،  
لأنه لا يعطيني ضماناً كاملاً.  
وقد يحدث شيء بين فحصين.“





## معلومات عملية

### احجز موعدك بنفسك

يمكنك القيام بذلك بثلاث طرق:



1. امسح رمز QR باستخدام كاميرا هاتفك المحمول. ستصلين مباشرة إلى الموقع. تحتاجين إلى DigiD الخاص بك.



2. اذهبي إلى الموقع: [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](https://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl) تحتاجين إلى DigiD الخاص بك.



3. اتصلي بـ Bevolkingsonderzoek Nederland. رقم الهاتف موجود في الرسالة التي وصلتك.



### التحضير:

هل لديك صعوبة في المشي أو تستخدمين كرسيًا متحركًا؟ احجز موعدك عبر الهاتف واذكري ذلك. ارتدي ملابس علوية يمكن خلعها بسهولة. يمكنك إحضار وشاح لتغطية نفسك أثناء الانتظار في غرفة تبديل الملابس. لا تستخدم مرهمًا أو مسحوقًا أو لوشن على الجزء العلوي من جسمك. يُسمح باستخدام مزيل العرق. هل تستخدمين مرهم الزنك على ثدييك؟ توقفي عن استخدامه قبل 3 أسابيع من موعدك. اذهبي إلى المرحاض قبل أن تأتي إلى الموعد. في معظم مراكز الفحص لا يوجد مرحاض.



### انتبهي! يرجى إحضار الأمور التالية معك إلى الفحص:

- الرسالة التي حصلت عليها مع هذا الكتيب.
- املئي الأسئلة الموجودة في خلف الرسالة مسبقًا.
- بطاقة هوية سارية المفعول، مثل بطاقة الهوية أو جواز السفر أو رخصة القيادة.

## إذا كنت لا تريد المشاركة في الفحص

يمكنك إلغاء المشاركة باستخدام DigiD الخاصة بك

عبر الموقع: [mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl](https://mijn.bevolkingsonderzoeknederland.nl)

كما يمكنك الاتصال أو إرسال بريد إلكتروني. ستجدين رقم الهاتف والبريد الإلكتروني في رسالة الدعوة.



## bevolkingsonderzoek

الفحص السكاني هو فحص طبي مجاني لاكتشاف المرض في مرحلة مبكرة. تقدم الحكومة ثلاثة فحوصات سكانية للكشف عن السرطان. يتعلق الأمر بفحص سرطان عنق الرحم، وسرطان الثدي وسرطان القولون. يمكن اكتشاف هذه الأمراض في وقت مبكر، قبل ظهور الأعراض.

تم إعداد محتوى هذا الكتيب بعناية كبيرة. لا يمكن استخلاص أي حقوق من هذا الكتيب.

### أثناء موعدك:

- يمكنك دائمًا أن تطلبي المساعدة من امرأة إذا كنت تريدين ذلك.



## Multiple languages / andere talen

This information is available in English at

Bu bilgiyi Türkçe olarak şu internet sitesinde okuyabilirsiniz

يمكنكم قراءة هذه المعلومات باللغة العربية على الموقع

Te informacje są również dostępne w języku polskim na stronie

Ви можете прочитати цю інформацію українською на веб-сайті



[www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl/vertalingen](http://www.bevolkingsonderzoekborstkanker.nl/vertalingen)

تم إعداد هذا الكتيب بالتعاون مع: الأطباء العامين (NHG)،  
أطباء الأشعة (NVvR)، خبراء الفحص (LRCB)،  
Pharos، KWF، جمعية سرطان الثدي في هولندا، و  
.Bevolkingsonderzoek Nederland



هذا إصدار من:

**National Institute for Public Health  
and the Environment, RIVM**

P.O. Box 1 | 3720 BA Bilthoven

The Netherlands

[www.rivm.nl/en](http://www.rivm.nl/en)

January 2026

Committed to health  
and sustainability