גילוי מוקדם יכול להציל חיים
כל מה שחשוב לדעת

המודעות לבריאות השד במהלך חייך הבוגרים היא חלק בלתי נפרד מלקיחת אחריות לגופך.
חשוב שתכירי את המראה והתחושה במצב רגיל, כך שתוכלי להבחין בכל שינוי או חריגה, ולו גם הקטנים ביותר. חשוב לציין, שדייך עוברים שינויים רבים במהלך החיים כתוצאה משינויים הורמונליים (מחזור חודשי, הריון, הנקה, גיל המעבר ושינויים במשקל הגוף). ברוב המקרים יהיו אלו שינויים שפירים (לא ממאירים) אך בכל מקרה את חייבת לדווח עליהם מיד לרופא.ה, ולעמוד על כך שההתייחסות לפנייתך תהיה רצינית.

שינויים בשד שחשוב לשים אליהם לב

שינויים בגודל השד
(אחד מהם או שניהם)

הופעת גוש או התעבות על השד
או בבית השחי המורגש בצורה
שונה ממבנה השד הרגיל

כיווץ או היווצרות
גומות על העור

הופעת נפיחות בבית השחי או
סביב עצם הבריח

תופעות חריגות על גבי
הפטמה: קילוף עור, נסיגה,
התעבות או הפרשה

הופעת אדמומיות וגבשושיות
על גבי עור השדיים

הופעת נפיחות
בשד – בצקת

היווצרות כיבים על פני השד

התנפחות ורידים על גבי
השד בצורה לא אחידה

כאב מתמשך בשד
או בבית השחי

הפרשה דמית מהפטמה

עם זאת, חשוב שתדעי שלבדיקת מישוש של השד יכולת מוגבלת מאוד
באבחון סרטן שד מוקדם והיא אינה יעילה כבדיקת סקר

⚠ במקרה של חשש, חשד, תלונה או ממצא - פני לרופא/ה המטפל/ת

לפירוט נוסף היכנסי לאתר אחת מתשע www.onein9.org.il

גילוי מוקדם יכול להציל חיים
כל מה שחשוב לדעת

הסיכון לחלות בסרטן שד מורכב משילוב של כמה גורמים, חלקם תורשתיים וחלקם קשורים באורח חיים וסביבה. לא כל אישה הנחשפת לגורם סיכון אחד או אפילו לכמה גורמים בהכרח תחלה בסרטן שד. שאלון הערכת הסיכון יכול לעזור לרופא בתכנון שגרת הבדיקות שלך. **ולכן:**

- מגיל 25 מלאי שאלון הערכת סיכון וגשי איתו לרופא/ה המטפל/ת לקבלת תכנית מעקב אישית. מלאי שוב את השאלון פעם ב־5 שנים או אם יש שינוי רלוונטי.

- הכירי את שדייך ואת השינויים שחלים בהם.

- אם את ממוצא אשכנזי (מלא או חלקי) או אתיופי, החל מגיל 25 מומלץ שתעשי בדיקת דם לנשאות גנטית.

- אם מישהו ממשפחתך הקרובה (מצד האם או האב) חלו בגיל צעיר בסרטן השד, השחלה, הערמונית או הלבלב – פני לייעוץ גנטי.

- מגיל 50 קבעי תור לבדיקת ממוגרפיה.
נשים בנות 45-50 יכולות להתייעץ עם הרופא שלהן ולבקש ממוגרפיה.

במקרה של חשש, חשד או ממצא - פני לרופא/ה המטפל/ת

סרקי למידע נוסף

אלו סוגי בדיקות יש ?

ממוגרפיה

צילום רנטגן של השד המבוצע במטרה לאתר גושים חשודים. השד נלחץ בין שני לוחות מיוחדים והצילומים מבוצעים מזוויות שונות. לחיצת השד גורמת לאי נוחות ולעיתים אף לכאב אך מדובר בפרקי זמן של שניות בלבד. סריקת הממוגרפיה מתבצעת ברמת קרינה נמוכה. רוב המרכזים הרפואיים משתמשים בממוגרפיה דיגיטלית, טכנולוגיה ששיפרה את איכות הדימות והפענוח תוך שמירה על רמת קרינה מזערית. תוצאות הבדיקה מתקבלות על גבי דיסק דיגיטלי ונשמרות במחשב. מומלץ לשמור אותן כדי שניתן יהיה להשוותן עם תוצאות סריקות ממוגרפיה בעתיד. במידה שביצעת ממוגרפיה בעבר במכון אחר, יש להביא צילומים קודמים לבדיקה. בישראל זכאית כל אישה מגיל 50 עד 74 לסריקת ממוגרפיה אחת לשנתיים במסגרת ביטוח הבריאות הממלכתי. במידה והאישה נמצאת בקבוצת סיכון לסרטן השד, או קיימות סיבות רפואיות אחרות, יומלץ על ביצוע ממוגרפיה גם בגיל צעיר ו/או מבוגר יותר, ולעיתים קרובות יותר.

אולטרסאונד שד

סריקה באמצעות גלי קול בתדרים גבוהים ללא קרינה, היוצרת תמונה של השד. שיטה זו יעילה במיוחד להבחנה בין ציסטה (גוש המכיל נוזלים) לבין גוש סולידי (מוצק), ולהערכת גודלו של הגוש.
השיטה אינה יעילה בזיהוי גושים קטנים במיוחד. הסריקה אינה כואבת ואורכת מספר דקות בלבד.
סריקת האולטרסאונד מהווה אפשרות בדיקה משלימה לכל אישה בכל גיל, ובפרט לנשים מתחת לגיל 40 שסריקת ממוגרפיה פחות מתאימה להן, לנשים עם מבנה שד צפוף (פיברוגלנדולרי), למעקב בזמן הריון ועוד.

ישנן בדיקות נוספות המותאמות לקהלים ספציפיים,
לפירוט נוסף היכנסי לאתר אחת מתשע www.onein9.org.il

אחת מתשע
כל מה שנוגע לסרטן השד, נוגע לנו.

סירקי למידע נוסף