



# يجب تشخيص

# الشامة!

את החן יש לאבחן



جمعية مكافحة السرطان



## من الأهمية بمكان معرفة

- سرطان الجلد هو مرض شائع في إسرائيل، حيث تشكل أشعة الشمس القوية أحد العوامل الأساسية في تطور آفات جلدية.
- سرطان الجلد (ميلانوما) هو الأخطر والأكثر سببا للموت من بين أنواع سرطان الجلد الأخرى.
- بهدف النجاح في العلاج من المهم تشخيص المرض في المراحل الأولى.
- تظهر الشامات على الجلد بشكل بقعة بنية اللون مسطحة أو بارزة، في مرحلة الطفولة أو المراهقة.
- ومع ذلك، فإن ظهور شامة جديدة، أو تغيير في حجم ولون الشامات القائمة، قد يشير الشك بتطور ورم سرطاني.

**تذكروا: يزيد الاكتشاف المبكر لسرطان الجلد**

**بشكل ملحوظ من نسب التعافية!**





## من ينتمي لمجموعة خطر التعرّض للإصابة بالمرض؟

- مَنْ لديه عدد كبير من الشامات (أكثر من 20 شامة).
- مَنْ لديه جلد، شعر وعينان لونهما أشقر، ولديه نمش.
- مَنْ يحترق جلده بسهولة في الشمس، أو لا تصبغ بشرته سمراء على الإطلاق.
- مَنْ لديه أقارب ذوو الشامات كثيرة، أو مرضوا بسرطان الجلد.
- مَنْ عانى من حروق الشمس الكثيرة، لا سيما في الطفولة.
- مَنْ يتناول أدوية تكبح جهاز المناعة أو يعاني من أمراض تضعفها (مثلا، مرضى الباركنسون، المرضى الذين لديهم أعضاء مغروسة، وغيرهم).

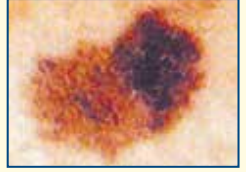
## كيف نتعرّف إلى الشامات التي على جسمنا؟

- نفحص الجهة الأمامية والخلفية من الجسم في غرفة مضاءة جيدا. يمكن الاستعانة بمرآة اليد، بحيث يمكن توجيهها نحو مرآة أكبر.
- من المهم فحص كل الجلد، بما في ذلك فروة الرأس، بين الشعر، وفي ثنيات الجسم، وبين أصابع اليدين والقدمين. بهدف فحص فروة الرأس من المهم الاستعانة بشخص آخر، وتُستسحن الاستعانة بشخص آخر لفحص الظهر.
- يُستحسن تذكر عدد الشامات في كل مكان وإنجاز الفحص ثانية كل 3 حتى 6 أشهر. يوصى للأشخاص الذين لديهم شامات بتصوير منطقة الشامات من خلال التكبير أثناء التصوير بهدف المقارنة. يُستحسن أن تكون الصور ملونة، وتضمن مسطرة للإشارة إلى حجم الشامة. من المهم الإشارة إلى تاريخ التقاط الصورة، ومنطقة الجسم ذات شامات.

## ما هي العلامات التي يجدر الانتباه إليها أثناء فحص الشامات؟ "الحالات المرضية الخمس".

### الشكل

شكل الشامات غير متماثل؛ نصفها الأول لا يساوي نصفها الثاني.



### الحدود

شامات حدودها ليست دائرية، واضحة ومعروفة.



### اللون

شامات لونها ليس موحدًا ومركبة من عدة ألوان مثل: البني، الأسود، الوردية وغيرها.



### الحجم

شامات يتجاوز قطرها خمسة ملمتر (قطر قلم رصاص).



### الارتفاع

تغيير ارتفاع الشامات أو أي تغيير في العلامات المرضية السابقة.





## متى يُستحسن التوجه إلى طبيب الجلد؟

- يجب على الأشخاص الذين لديهم شامات كثيرة و/ أو شامات خلقية، وماض شخصي أو عائلي من سرطان الجلد، إجراء فحص مرة في السنة على الأقل.
- اكتشاف علامة واحدة أو أكثر من علامات "الحالات المرضية الخمس".
- ظهور نمش جديد (مثل بقعة مسطحة، أو محدّبة) يزداد حجمه باستمرار.
- وجود جرح لا يتعافى.

إذا لاحظتم هذه العلامات، من المهم التوجه، فوراً، إلى طبيب الجلد لإجراء فحص. يُقرر الطبيب إذا كان يجب استئصال عينة من النسيج بهدف إجراء فحص باثولوجي لمعرفة نوعه.

**في حالة وجود شكّ،**

**من المُستحسن إجراء فحوص!**



تذكروا توصيات جمعية مكافحة السرطان  
حول التصرف الحكيم عند التعرّض لأشعة الشمس:



نظارات  
شمس



قبعة



ظل



شرب  
السوائل



كريم واق  
من الشمس



ساعات  
آمنة



ملابس

للحصول على معلومات إضافية ومواد إرشادية مجانية!  
يمكن التوجه إلى "تيليميداع" بمكالمة مجانية على هاتف  
جمعية مكافحة السرطان 1-800-36-36-55

نتقدم بجزيل الشكر إلى دكتور فليكس بافلوتسكي،  
مدير معهد العلاج بالضوء وقسم المكوث النهاري للجلد،  
قسم الجلد، المركز الطبي شيبا، تل هشومير  
ومستشار جمعية مكافحة السرطان،  
على ملاحظاته وتوضيحاته



جمعية مكافحة السرطان



[www.cancer.org.il](http://www.cancer.org.il)

تهدف المضامين الواردة في هذه الكراسة إلى تزويد معلومات فقط، وهي لا تشكل  
استشارة طبية، رأياً مهنيّاً، أو بديلاً عن استشارة مختصّ في كلّ مجال. يجب التوجه إلى  
الطبيب/ة في حال وجود أية مشكلة طبية.

© كافة الحقوق محفوظة لجمعية مكافحة السرطان في إسرائيل (جمعية مُسجلة)، آذار 2017.