

كيف أقلل من احتمالية إصابتي بسرطان الثدي؟

- | | | |
|---|--------------------------------|---------------------------------------|
| 03
تناول الغذاء الصحي . | 02
ممارسة الارضاع الطبيعى . | 01
الإنجاب المبكر قبل عمر ٣٠ سنة . |
| 06
تجنب المعالجة العرمونية بعد انقطاع الطمث. | 05
ممارسة النشاط البدنى . | 04
تجنب السمنة . |

معلومات تعمّك

أفضل طريقة للفحص عن سرطان الثدي؟
تصوير الثدي بأشعة الماموغرام.

هل سرطان الثدي يصيب الرجال؟
نعم لكن بنسبة قليلة.

١ من بين ٨ نساء عرضة للإصابة بسرطان الثدي.

متى يجب الكشف عن سرطان الثدي؟

- عند بلوغ سن الأربعين.
- وجود عامل وراثي للإصابة بسرطان الثدي.
- التعرض لعلاج إشعاعي في عمر صغير.