



آلام الثدي الدكتور بشير بني مصطفى اختصاصي الجراحة العامة و جراحة الثدي

تعتبر آلام الثدي من اكثر الاعراض شيوعاً بين السيدات اللواتي يراجعن عيادة امراض الثدي حيث ان ٧٥% من المراجعات يشكين من الام في الثدي وغالبية الاعراض تكون اما خفيفة او متوسطة ويمكن تقسيم الام الثدي الى قسمين آلام دورية والام غير دورية.

١ - الآلام الدورية: وهذه الآلام تصيب السيدات عادة في سن مبكرة حيث ان معدل عمر الإصابة في سن ٣٤ سنة تترافق عادة مع اعراض قبل الدورة الشهرية مثل زيادة الاحساس في الثدي والامتلاء وثقل في الجهتين في فترة ٣-٧ ايام التي تسبق الدورة الشهرية وتنتهي الاعراض بعد انقضاء الطمث ويوصف الألم بالاحساس بالثقل وألم عند لمس الثدي ويتركز في الجانب الخارجي من الثدي وقد يستمر لعدة ساعات. وغالباً ما تنتهي هذه الاعراض عند انقطاع الطمث وقد تكون الاعراض اكثر وضوحاً عند السيدات اللواتي يعملن بأيديهن.

٢ - آلام غير دورية وتصيب هذه الآلام السيدات الاكبر عمراً «متوسط العمر ٣٤ سنة» ويمكن ان يكون الألم لاسباب خارج الثدي نفسه مثل آلام جدار الصدر والعضلات وغير مرتبط بتوقيت الدورة الشهرية.

تقييم المرضى ان اهم شيء عند تقييم هؤلاء السيدات في عيادة امراض الثدي هو اخذ تاريخ مرضي كامل واجراء فحص سريري عام واستثناء وجود كتل في الثدي، ثم تصوير الثدي شعاعياً وبالموجات فوق الصوتية للسيدات فوق عمر ٣٥ سنة.

فاذا كان التصوير طبيعياً ودرجة الألم خفيفة او متوسطة يكفي تطمين السيدة الى عدم وجود ما يدعو للقلق وغالباً ما يكون هذا كافياً لأن معظم السيدات اللواتي يراجعن العيادة يعتقدن بوجود علاقة بين الألم وسرطان الثدي وقد اثبتت الدراسات مؤخراً ان حوالي ٢,٧% من السيدات اللاتي يراجعن عيادات الثدي بسبب الألم تم اكتشاف اورام سرطانية لديهن، وحوالي ٤,٦% من السيدات اللواتي لديهن سرطان ثدي كان الألم عرضاً رئيسياً وهذا يثبت ضعف العلاقة بين الألم وسرطان الثدي اما اذا كان الألم شديداً ويتدخل في النشاطات اليومية للمرأة فيجب التفكير في معالجة الألم.

الاسباب:

- ١- ارتفاع نسبة هرمون البرولاكتين في الدم.
- ٢- ارتفاع نسبة بعض الاحماض الدهنية في الدم.
- ٣- بعض العوامل الغذائية مثل تناول القهوة والشاي بكثرة.
- ٤- امراض العضلات وجدار الصدر خاص بالنسبة للآلام غير الدورية.

المعالجة:

ان اهم استطباب للمعالجة هو وجود آلام في الثدي تؤثر سلبياً في حياة المريضة، ويتم التحقق من ذلك بعمل لوحات لقياس الألم على مدى الدورة الشهرية ويعتبر الألم مهماً ويحتاج لمعالجة اذا كان يصيب المرأة لمدة ٧ ايام من كل شهر لمدة ٦ أشهر وطرق العلاج متعددة وأهمها:

١- تطمين المرأة بأن الألم ليس متعلقاً بالسرطان بعد اجراء الفحوصات السريرية والشعاعية اللازمة.

٢- تخفيف تناول القهوة والشاي.

٣- ممارسة الرياضة بانتظام وتخفيف الوزن.

٤- الادوية.

أ- مدرات البول - ليس هناك دليل علمي على فائدتها.

ب- الفيتامينات مثل فيتامين ب ٦ وكذلك ليس هناك دليل علمي على فائدتها.

ج- (Eveningprimrose oil) وتستعمل لمدة ستة اشهر.

د- Danazol ويستخدم في حال فشل العلاجات السابقة ولكن له آثار جانبية كثيرة منها زيادة الوزن، تغير الصوت، نمو الشعر الزائد وخاصة على الوجه.

هـ- Bromocriptine وهو دواء لتنشيط افراز الحليب.

و- Tomoxfen وهو دواء مضاد الايستروجين، والاستخدام الاساسي اصلاً لمعالجة سرطان الثدي ولكن تبين انه مفيد في معالجة آلام الثدي ايضاً.

ملاحظة يجب اخذ مشورة الطبيب لآخذ هذه العلاجات والانتقال من دواء الى آخر. غالبية هذه العلاجات تعطي مفعولاً واضحاً بعد اكثر من شهر من العلاج ويتم ايقافها بعد ستة اشهر كحد أعلى.