

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Messa
DATE:	16-October-2015
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	20,000
TITLE :	Women...and Breast Cancer
PAGE:	08
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Amany Ibrahim

PRESS CLIPPING SHEET

وقفة مصرية



**أمانى
إبراهيم**

المرأة.. وسرطان الثدي

●● كشفت الإحصائيات الصادرة عن المؤسسة المصرية لمكافحة سرطان الثدي عن زيادة عدد النساء المصابات بسرطان الثدي في مصر بنسبة ٢٠٪ خلال السنوات الخمس الماضية.

أشارت نتائج الدراسة التي أعدتها المؤسسة أن هناك عدداً كبيراً من المصابات دون سن الـ ٤٠ ولديهن وراثة عائلية للإصابة بهذا النوع من السرطان وأن معظم الحالات تم اكتشافها خلال المرحلة الثانية من المرض في حين تم اكتشاف ٣٠٪ منها في المرحلة الثالثة.

●● لا شك أن هذه الإحصائيات الصادمة تؤكد على ضرورة قيام السيدات بمبادرات استباقية حول حالتهم الصحية للحيلولة دون أصابتهن بهذا المرض وبتزايد احتمال تعرض النساء لخطر الإصابة بسرطان الثدي في الوقت الراهن نظراً لطبيعة الحياة العصرية التي تخلو من النشاط والاعتماد على خيارات غذائية غير صحية ولهذا تبرز أهمية التوعية الصحية حول هذا المرض ومعرفة أفضل الوسائل المتاحة للتعامل معه وتتراوح نسبة النجاة من سرطان الثدي في حال اكتشافه في المرحلة الأولى بين ٩٥ إلى ١٠٠٪ بينما تنخفض هذه النسبة لتصل إلى ٨٦٪ حال اكتشافه في المرحلة الثانية و٥٧٪ فقط في حال اكتشافه في المرحلة الثالثة.

●● تبين أن أسباب تزايد المرض هو التشخيص المتأخر وشعور المرضى بالحرج الاجتماعي فأكثر ما يقلق النساء هو عدم استعدادهن لتقبل تلك الصدمة النفسية التي يمكن أن يتعرضن لها عند إزالة أنسجة سرطان الثدي لذلك فإنهن يتجاهلن الأعراض!!

●● تنصح الدراسات الطبية تناول بعض الأطعمة التي تزيد مناعة المرأة عن الإصابة بهذا المرض على رأسها العسل لما يمتلكه من خصائص مضادة للسرطان والأورام ويساعد في التقليل من خطر الإصابة بالمرض.. وكذلك تناول النعناع لأحتوائه على العديد من الزيوت الطيارة.. وغيرها من المواد التي تمتاز بمضادات الأكسدة القوية ومضادات الالتهاب والفيروسات والميكروبات والفطريات بالإضافة إلى تناول الفراولة التي يوجد بها العديد من الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة كما تتمتع الخضراوات والفواكه بكميات وافرة من الفيتامينات.

●● عزيزتى المرأة.. واجهى سرطان الثدي بقوة وجسارة وانقذى حياتك.

كلمات لا تنسى

●● المرأة دائماً لا تياس إذا رأت المصائب تقترب منها والظلام يحاصرهما.. لأن لديها إيماناً قوياً بأن السماء لن تتخلى عنها!!

●● الإنسان القوي لا يعطي فرصة لنفسه للانتقام بل يمنحها القدرة على الثواب!!

●● قبل أن تفكر في الغايات.. علينا أن نفكر جيداً في الوسائل!!

Amany Press@Hotmamaail.com