

ثمانية أشياء كنت أتمنى لو عرفتها قبل الفحص الأول لتصوير الثدي (الماموجرام)

30 سبتمبر 2019

شارك:

بقلم تونيا ستانسيل



عندما يتعلق الأمر بصحتي، فأنني أتبنى نهجًا عمليًا إلى حد ما. لذا عندما بلغت الأربعين من العمر، لم أتفاجئ عندما ذكر طبيب الرعاية الأولية الخاص بي أن الوقت قد حان لأول تصوير شعاعي للثدي. لقد كانت لدي معلومات عن التصوير الشعاعي للثدي ومدى أهميته، لذلك لم أكن بحاجة إلى الاقناع بإضافته إلى قائمة المهام الصحية السنوية التي يجب على القيام بها.

إلا أن هذا لا يعني أنه لم يكن لدي أسئلة. على الأرجح أنك تعرفين الأسئلة التي أتحدث عنها.

هل سيكون الفحص مؤلماً؟

كم من الوقت سيستغرق؟

ما الذي سيحدث أثناء الفحص بالفعل؟

الآن وبعد أن أصبحت لدي خبرة بعد بضع مرات من الخضوع لأشعة التصوير الشعاعي للثدي، إليك ما كنت أتمنى أن أعرفه قبل أول تصوير شعاعي للثدي:

قد لا يكون التصوير الشعاعي للثدي سيئاً كما تظنين

لن أقول أنني شعرت براحة تامة أثناء التصوير الشعاعي الأول للثدي، ولكن لم يكن الأمر أكثر صعوبة أو إزعاجاً من رؤية طبيب أمراض النساء - وهو أمر كنت أفعله منذ عقود.

خلال التصوير الشعاعي للثدي، هناك ضغط بالتأكيد، وهناك إنزعاج بالتأكيد - لكنني لن أقول أنه مؤلم. ليس هدفي أن أنتقد أطباء الأسنان، ولكنني أعتقد أن علاج الأسنان أسوأ من التصوير الشعاعي للثدي.

لن يستغرق التصوير الشعاعي للثدي وقتاً طويلاً

أن عملية التصوير الشعاعي للثدي سريعة وسهلة للغاية. في ما يلي خطوة بخطوة لما يحدث في غرفة الفحص:

أولاً، أقوم بإزالة بلوزتي وحمالة الصدر وألبس الرداء الذي تم إعطائه لي.

ثم يقوم فني تصوير الثدي بوضع أحد يدي على الجهاز المخصص للفحص بالأشعة السينية. بعد ذلك تقوم الآلة بضغط صدري لبضع ثوان فقط بينما يأخذ التقني عدة صور بالأشعة السينية. ثم يتم تكرار هذه العملية حوالي مرتين أو ثلاث مرات لكل ثدي.

إن عملية ضغط الصدر سريعة للغاية، وتستمر عملية التصوير بأكملها حوالي خمس دقائق.

بعد ذلك أرتدي ملابستي وأغادر المكان ثم أستمر في القيام بمهام يومي.

سيرشذك التقني بما يحدث خلال كل خطوة من خطوات تصوير الثدي الشعاعي

أنا دائماً معجبة بتقني تصوير الثدي بالأشعة السينية وأقدرها (إذ أنها دائماً ما تكون امرأة)

ويعود ذلك ربما لحقيقة كونها محترفة تماماً – وعلى معرفة تامة بما يجب فعله، وتشرح لي الخطوات بوضوح أثناء قيامها بذلك. أو ربما يكون ذلك لأنها تواصل القدر المناسب من المحادثة غير الرسمية ، أثناء استمرارها في العمل.

في كلتا الحالتين ، يساعد فني تصوير الثدي بالأشعة السينية في جعل ما يجب أن يكون موقفاً مزعجاً وكأنه تجربة خالية من الإجهاد نسبياً.

قد يتم استدعائك لإخذ المزيد من الصور الإشعاعية

مثل معظم الأشياء في الحياة، تعلمت أن تصوير الثدي ليس دائماً مثاليًا تمامًا. ونعم ، لقد تلقيت هذه المكالمات من قبل - تلك التي أخبروني فيها أنني بحاجة إلى العودة للمزيد من الصور الإشعاعية.

فيما يخص وضعي ، فقد ذكروا لي بسرعة أنه لا ينبغي علي أن أفترض الأسوأ وأن هذا الاتصال إحترازي (حيث أن إحدى صوري لم تكن واضحة كما يريدونها أن تكون). من الواضح أن لا أحد يرغب في العودة - لكن تجربتي علمتني ألا أشعر بالذعر على الفور إذا حدث ذلك.

قومي بأداء واجبك عندما يتعلق الأمر باختيار مركز التصوير

قمت بإجراء أول تصوير شعاعي للثدي لي في مركز أشعة عام ، وفي ذلك الوقت ، بدا الأمر لي جيدًا. على الرغم من ذلك ، كان من الصعب بعض الشيء الجلوس بجوار المرضى الذكور في غرفة الانتظار أثناء ارتداء ثوب الفحص السريري.

أما الآن ، فأنا أذهب إلى مركز تصوير متخصص في تصوير الثدي ، ويمكنني أن أخبرك أنها كانت تجربة مختلفة تمامًا.

لا يزال يتعين علي قضاء خمس دقائق عن قرب مع جهاز الأشعة السينية ، لكن ما تبقى من مواعيدي يشبه التواجد في منتجع صحي حيث الجو والديكور هادنان ، ويمكنني أن أستشف كوبا من الشاي في غرفة الانتظار حتى يحين دوري ، وأحصل على رداء مريح ودافئ لإرتدائه بدلاً من ثوب الفحص الورقي. بالإضافة إلى ذلك ، وقبل مغادرتي، يتم إعطائي مزيل لرائحة العرق. (نصيحة - مررت بذلك وفعلت ذلك أيضاً: لا تستعملي مزيل العرق أو الكريمات أو اللوشن قبل عملية التصوير الشعاعي للثدي.)

اطلبي تصوير الثدي بالأشعة السينية ثلاثي الأبعاد

تقدمت التكنولوجيا منذ تصويري الأول للثدي بالأشعة السينية ، وأقوم الآن دائماً بجدولة ما يسمى بتصوير الثدي بالأشعة السينية ثلاثي الأبعاد. لقد سمعت عن هذا النوع من التصوير الشعاعي للثدي الأكثر حداثة من طبيبي ، الذي أخبرني أنه يوفر صورة أوضح للثدي - مما يقلل من فرصة الاستدعاء مرة أخرى لمتابعة التصوير ، وتحسين فرصة إكتشاف الإصابة بسرطان الثدي في وقت مبكر ما أمكن.

لا تتوفر تقنية الماموجرام ثلاثي الأبعاد في كل مكان ، لذلك عليك أن تسألني عنها عند جدولة التصوير الشعاعي للثدي. ولكن ، بالنسبة لي ، فإن الفوائد الإضافية تجعلها جديرة بالاهتمام بالنسبة لي.

ابحثي عن مركز تصوير يعجبك - والتزمي به

إن الذهاب إلى نفس مركز تصوير الثدي كل عام هو أكثر من كونه مجرد وضعاً ملائماً.

بعد التصوير الشعاعي الأول للثدي ، فإن جزءاً كبيراً مما يبحث عنه طبيبي في عمليات المسح الخاصة بي هو وجود أي تغييرات بالمقارنة مع أشعة الثدي السينية السابقة.

يمكنك دائماً طلب إرسال الصور السابقة إلى مركز تصوير مختلف، ولكن من الأسهل عليك القيام بأداء واجبك والعثور قبل الموعد المحدد على مركز متخصص لتصوير الثدي تعتقدين أنك ستحيينه منذ البداية.

راحة البال تجعل تصوير الثدي بالأشعة يستحق كل العناء

ما أعرفه على وجه اليقين هو أن الأطباء لا يستطيعون علاج شيء لا يعرفون بوجوده - وأن علاج سرطان الثدي أسهل بكثير عندما يتم اكتشافه مبكرًا. قبل أن أفتح نتائج التصوير الشعاعي للثدي والذي يصلني في رسالة عبر البريد كل عام ، أتنفس بعمق. بعد قراءة نتائجي ، أعطي نفسي الكثير من الوقت لأقدر موجة الإرتياح التي أشعر بها عندما أرى علامة الاختيار أمام " لا توجد دلائل على وجود سرطان الثدي".

عن تونيا
على الرغم من مرور بضع سنوات على تصويرها لأول مرة بالأشعة السينية ، ألا أن تونيا والتي تعمل بمستشفى هيوستن ميثوديست أرادت المشاركة في رؤيتها حول ما يبدو عليه الماموجرام في الحقيقة.