

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI
TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2019/2020-27)

DÜNYA KANSER GÜNÜ
4 ŞUBAT (2020)

Kanser, neredeyse bütün organlarda ortaya çıkabilen, anormal hücrelerin kontrolsüz bir şekilde çoğalmasıyla karakterize, ortaya çıktığı organın dışındaki diğer organlara yayılabilen hastalık grubudur. Kanser neoplazm, malign tümör adıyla da isimlendirilmektedir. Dünya genelinde her 6 ölümden birinin nedeni kanserdir ve kanser 2018 yılında tahmini olarak 9,6 milyon insanın ölümünden sorumlu olmuştur. Kanser dünya genelinde en sık ikinci ölüm nedenidir. Her insan, yaşı, cinsiyeti, mesleği veya yaşadığı yerden bağımsız olarak kanser hastalığına yakalanabilir. Akciğer kanseri, prostat kanseri, kolorektal kanser, mide kanseri ve karaciğer kanseri erkeklerde en yaygın görülen kanser türleridir. Meme kanseri, kolorektal kanser, akciğer kanseri, servikal kanser ve tiroid kanseri ise kadınlar arasında en yaygın olanlarıdır^{1,2}. Erken yaşlardan itibaren basit sağlıklı yaşam alışkanlıklarının (düzenli ve dengeli beslenme, yeterli uyku, düzenli egzersiz ve sigara kullanımının önlenmesi) edinilmesi kanser riskini önemli ölçüde azaltırken, erken tanı ve tedavi ile hastaların yaşam süre ve kalitesi artmaktadır. Bu nedenle, herkesin kendisi ve diğer insanların kanserden korunması ve toplumda kanser ile mücadelede yapabileceği işler vardır; kanser konusundaki farkındalık ve destek arttıkça toplumlarda kansere bağlı hastalık ve ölümlerin azalması mümkün olacaktır.

Dünya Kanser Günü ilk kez 4 Şubat 2000'de Paris'te düzenlenen Yeni Binyıl İçin Dünya Kansere Karşı Zirvesi'nde ortaya çıkmıştır. Paris Sözleşmesi araştırmayı teşvik etmeyi, kanseri önlemeyi, hasta hizmetlerini iyileştirmeyi, farkındalığı artırmayı ve küresel toplumu kansere karşı ilerleme kaydedecek şekilde harekete geçirmeyi amaçlamış ve bunu vurgulamak üzere her yılın 4 Şubat gününün Dünya Kanser Günü olması kararlaştırılmıştır³.

Dünya Kanser Günü teması 2019 yılında, 2021 yılına kadar sürecek 3 yıl boyunca, “Yapıyorum, yapacağım” olarak belirlenmiştir. “Yapıyorum, yapacağım” teması kişileri sağlık savunuculuğu için

¹ [İnternet]: https://www.who.int/health-topics/cancer#tab=tab_1 Erişim Tarihi: 31.01.2020.

² [İnternet]: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cancer> Erişim Tarihi: 01.02.2020.

³ [İnternet] <https://www.worldcancerday.org/> Erişim Tarihi: 31.01.2020.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2019/2020-27)

harekete geçirici bir mesaj olarak geleceği etkilemek için şu anda yapılan bireysel eylemin gücünü vurgulamaktadır. 2019 yılında bu konuda 127 ülkede 947 aktivite yapılmış, 154 ülkede konu ile ilgili 15.810 haber yayınlanmış, #WorldCancerDay başlığı altında 741.936 sosyal medya paylaşımı yapılmıştır^{4,5}. 2020 yılı bu temanın desteklenmesi için planlanan sürenin tam ortasında yer almaktadır ve 2019 yılı çalışmalarının artan ivme ile devamını hedeflenmektedir.

HATIRLAYIN:

Tüm kanser vakalarının %30-50'si önlenabilmektedir. Korunma, kanserle savaşta en uygun maliyetli uzun vadeli stratejiyi sunar. Kanser önlenmesi için kanser risk etkenleriyle hem bireysel hem de toplumsal olarak mücadele etmek gerekmektedir. Bu risk etkenleri aşağıdaki şekilde sıralanabilir ^{2,6}:

- ✓ Tütün kullanımı
- ✓ Şişmanlık (obezite) ve fazla kiloluluk
- ✓ Düşük miktarda meyve ve sebzenin tüketildiği sağlıksız beslenme
- ✓ Alkol kullanımı
- ✓ Fizik aktivite yapılmaması
- ✓ Cinsel yolla bulaşan HPV enfeksiyonu
- ✓ Hepatit ve diğer kanser yapıcı enfeksiyonlar (EBV vd.)
- ✓ Çevre kirliliği
- ✓ İyonlaştırıcı ve ultraviyole radyasyon
- ✓ Katı yakıtların kullanımına bağlı ev içi duman
- ✓ İş yerinde maruz kalınan kanser yapıcı kimyasal maddeler

Kanserle mücadelede önemli bir diğer alan erken tanı ve tedavidir. Bu amaçla ülkemizde farklı tarama programları uygulanmaktadır. Kadınlarda meme kanseri tarama programı kapsamında 40-69 yaş arası kadınlara 2 yılda bir mammografi çekilmekte; rahim ağzı kanseri tarama programı kapsamında 30-65 yaş aralığındaki kadınlardan 5 yılda bir smear alınmakta ve HPV-DNA testi yapılmaktadır. Kolorektal kanser taramaları için 50-70 yaş aralığındaki erkek ve kadınlara 2 yılda bir gaitada gizli kan testi

⁴ [İnternet] 2019 Impact Report https://www.worldcancerday.org/sites/default/files/2019-04/WCD19_ImpactReport_FA_English_Web.pdf Erişim Tarihi: 31.01.2020.

⁵ [İnternet] <https://www.uicc.org/events/world-cancer-day-2020> Erişim Tarihi: 31.01.2020.

⁶ [İnternet]: <https://www.who.int/cancer/prevention/en/> Erişim Tarihi: 31.01.2020.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2019/2020-27)

yapılmakta, 50-70 yaş arasında 10 yılda bir kolonoskopi önerilmektedir⁷. Kansere Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri (KETEM) aracılığıyla bu tarama programları ücretsiz olarak yapılmaktadır.

Dünyada 2020 yılı için Dünya Kansere Günü kapsamında toplamda 478 etkinlik planlanmaktadır, bu etkinliklerden ülkemizde dört tanesi yer alacaktır: Türkiye Radyasyon Onkolojisi Derneği tarafından 2 Şubat tarihinde Ankara Anıttepe’de Dünya Kansere Günü için bisiklet sürme etkinliği, Türk Kansere Araştırma ve Savaş Kurumu Derneği tarafından düzenlenen 4 Şubat tarihindeki basın toplantısı ve 5 Şubat tarihinde Hacettepe Üniversitesinde Dünya Kansere Günü konferansı bu etkinlikler arasındadır⁸.

Sağlıklı bir gelecek için kanserle mücadele önemlidir.

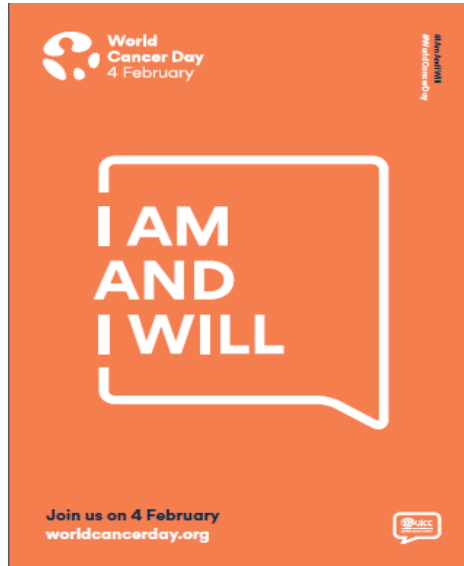
En etkili mücadele yöntemi korunmaktır.

Uygun ve sürekli önlemler ile daha sağlıklı yarınlar mümkündür.

Kendiniz, diğer insanlar ve yarınlar için

SİZ

bu konuda desteğe hazır mısınız?



“Yapıyorum, yapacağım”

⁷ [İnternet]: <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/kanser-taramalari> Erişim Tarihi: 31.01.2020.

⁸ [İnternet]: <https://www.worldcancerday.org/map-activities#!?viewall=on> Erişim Tarihi: 31.01.2020.