

MEME KANSERİ BİLİNÇLENDİRME VE FARKINDALIK AYI
1-31 EKİM (2022)

Meme, göğüs duvarında yağ tabakasıyla çevrili süt üretebilen bezlerden oluşan ve hormonlardan etkilenen bir organdır. Meme hormonlar aracılığıyla büyür, gelişir ve süt üretir.¹ Ağrı, iltihap, kist, kanserli doku içersin veya içermesin kitle-yumru memede görülebilen rahatsızlıklardır.²

Meme kanseri ise meme dokusunu oluşturan normal hücre yapısının farklılaşması ve hızlı bir büyüme seyri göstererek çevre dokulara yayılıp zarar verebilecek bir forma dönüşmesidir. Her iki memede veya tek bir memede ortaya çıkabilen meme kanseri kadınlarda, erkeklere göre çok daha fazla görülür.³ Dünyada 2020 yılı için meme kanseri tanısı alan kişi sayısı 2.3 milyon iken 685 bin kişi meme kanseri nedeniyle hayatını kaybetmiştir.⁴ Ülkemizde meme kanseri kadınlarda en sık görülen kanser türüdür, 2017 yılında meme kanseri tanısı alan kişi sayısı 11.851'dir.⁵ Meme kanseri ayrıca tüm dünyada, kadınlarda en fazla görülen ve en fazla ölüme neden olan kanserdir.⁶

Meme kanseri gelişmesine neden olan birçok risk faktörü vardır, bu risk faktörlerini;

- ✓ Kadın olmak
- ✓ Yaşlı olmak
- ✓ Genetik mutasyonlar
- ✓ 12 yaşından önce adet görmeye başlamak
- ✓ 55 yaşından sonra menopoza girmek
- ✓ Önceden meme kanseri geçirmiş olmak
- ✓ Ailede meme veya yumurtalık kanseri öyküsü
- ✓ Radyoterapi tedavisi almış olmak
- ✓ Yetersiz fiziksel aktivite

¹ [İnternet] <https://ftp.cdc.gov/pub/publications/cancer/npcr/training/breast.ppt> Erişim: 02.10.2022

² [İnternet] <https://www.healthdirect.gov.au/breast-diseases#:~:text=The%20most%20common%20breast%20conditions,if%20they%20notice%20any%20changes.> Erişim: 02.10.2022

³ [İnternet] <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/about/what-is-breast-cancer.html> Erişim: 30.09.2022.

⁴ [İnternet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer#:~:text=In%2020%2C%20there%20were%202.3,the%20world's%20most%20prevalent%20cancer.> 02.10.2022

⁵ Türkylmaz M, Öztürk M. Türkiye Kanser İstatistikleri 2017, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Ankara, 2021.

⁶ [İnternet] https://gco.iarc.fr/today/online-analysis-multi-bars?v=2020&mode=cancer&mode_population=countries&population=900&populations=900&key=total&sex=1&cancer=39&type=0&statistic=5&prevalence=0&population_group=0&ages_group%5B%5D=0&ages_group%5B%5D=17&nb_items=10&group_cancer=1&include_nmsc=0&include_nmsc_other=1&type_multiple=%257B%2522inc%2522%253Atrue%252C%2522mort%2522%253Atrue%252C%2522prev%2522%253Afalse%257D&orientation=horizontal&type_sort=0&type_nb_items=%257B%2522top%2522%253Atrue%252C%2522bottom%2522%253Afalse%257D Erişim: 30.09.2022.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI
TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2022/2023-2)

- ✓ Fazla kilolu veya şişman olmak
- ✓ 30 yaşına kadar gebelik öyküsünün olmaması
- ✓ Alkol tüketimi

şeklinde sıralayabiliriz.⁷

Meme kanserinden korunmak için;

- ✓ Sağlıklı kilo kontrolü
- ✓ Fiziksel aktivite yapmak
- ✓ Alkol kullanmamak
- ✓ Çocukların anne sütüyle beslenmesi (anneyi korur)
- ✓ Ailede meme kanseri öyküsü, genetik mutasyon varsa koruyucu cerrahi önlemler için doktor tavsiyesi almak önerilmektedir.⁸

Meme kanseri ülkemizde kanser tarama programı kapsamında taranmaktadır. Bu kapsamda Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri (KETEM), Toplum Sağlığı Merkezleri (TSM) ve Aile Sağlığı Merkezlerine (ASM) başvurarak ücretsiz olarak tarama yaptırılabilir. Olası bir hastalığı erken dönemde yakalayabilmek için ise;

- ✓ Kendi kendine meme muayenesi yapabilmeyi öğrenmek için KETEM'e başvurmak,
- ✓ 20-39 yaş arasında
 - Ayda bir kez kendi kendine meme muayenesi
 - Her üç yılda bir klinik meme muayenesi önerilmektedir.
- ✓ 40-69 yaş arasında
 - Ayda bir kez kendi kendine meme muayenesi
 - Her yıl klinik meme muayenesi
 - İki yılda bir mamografi çekilmesi önerilmektedir.⁹

Her hastanın tedavisi farklılık göstermekte olup; tedavi kararında hastalığın yeri, evresi, hastanın yaşı ve diğer sağlık sorunlarının var olup olmaması gibi birden fazla faktör etkilidir. Meme kanserinde cerrahi, ışın tedavisi (radyoterapi) ve ilaç tedavisi (kemoterapi) gibi farklı tedavi seçenekleri uygulanmaktadır. Son yıllarda meme kanseri tedavisinde minimal invaziv yöntemler öne çıkmaktadır. Meme kanseri tedavisinde erken tanı ve multidisipliner yaklaşım tedavi başarısını arttırmaktadır.¹⁰



⁷ [İnternet] https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/risk_factors.htm Erişim: 03.10.2022

⁸ [İnternet] https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/prevention.htm Erişim: 03.10.2022

⁹ [İnternet] <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/kanser-taramalari> Erişim: 03.10.2022

¹⁰ Kankaya, Burak, et al. Meme Kanseri Tedavisinde Güncel Yaklaşım/Current Management in Breast Cancer. Tıp Fakültesi Klinikleri Dergisi, 2019, 2.1: 7-10.