

# HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2024/2025-7)

## 15 EKİM MEME SAĞLIĞI GÜNÜ (2024)

Kanser, anormal hücrelerin kontrolsüzce büyüüp, normal sınırlarını aşarak, vücutta diğer organlara yayılabilen vücudun hemen her organında veya dokusunda başlayabilen geniş bir hastalık grubudur.<sup>1</sup> Kanser, hastaların yaşam kalitesindeki olumsuz etkileri yanı sıra 9,7 milyon insanın ölümüne sebep olan önemli bir halk sağlığı sorunudur.<sup>2</sup>

Meme kanseri hücreleri, memenin süt kanallarının ve/veya süt üreten lobüllerinin içinde başlar. En erken form yaşamı tehdit edici değildir ve erken evrelerde tespit edilebilir. Kanser hücreleri yakındaki meme dokusuna yayılabilir. Bu, yumrulara veya kalınlaşmaya neden olan kitleler oluşturur.<sup>3</sup> Meme kanseri dünyada en sık görülen ikinci kanser türüdür ve 185 ülkenin 157'sinde kadınlarda en sık görülen kanser türüdür.<sup>3,4</sup> Dünya genelinde 2022 yılında 2.29 milyondan fazla yeni meme kanseri vakası ve meme kanserinden yaklaşık 666.000 ölüm olduğu tahmin edilmektedir.<sup>5</sup>

Meme kanseri nedenli ölümler, düşük ve orta gelirli ülkelerdeki bireyleri orantısız bir şekilde etkilemektedir. Yüksek gelirli ülkelerde meme kanseri 5 yıllık sağ kalım oranları %90'ı aşarken, Hindistan'da bu oran %66 ve Güney Afrika'da %40'tır. Bu eşitsizliğin sebepleri şu şekilde sıralanabilir<sup>6</sup>:

- **Geç tanı:** İleri evrelerde tespit edilmesi hayatta kalma şansını büyük ölçüde azaltır
- **Yetersiz hizmetler:** Yetersiz tanı ve tedavi altyapısı
- **Düşük kapsam:** Ülkenin temel sağlık hizmeti paketine ve evrensel sağlık kapsamı gündemine meme kanserinin kapsamlı bir şekilde dahil edilmemesi

Meme kanserinin önlenmesi için kanser risk etkenleriyle hem bireysel hem de toplumsal olarak mücadele etmek gerekmektedir. Meme kanseri için en güçlü risk faktörü kadın olmaktır. Meme kanserlerinin yaklaşık %99'u kadınlarda ve %0,5-1'i erkeklerde görülür. Erkeklerde meme kanserinin tedavisi, kadınlardakiyle aynı yönetim prensiplerini takip etmektedir<sup>3</sup>.

Meme kanseri için değiştirilebilir risk faktörleri<sup>7</sup>:

- Sedanter yaşam
- Obezite ve menopoz sonrasında aşırı kilolu olmak
- Hormon replasman tedavisi almak
- 30 yaşından sonra ilk kez gebe kalmak
- Emzirmemek
- Alkol kullanmak

<sup>1</sup> [İnternet] [https://www.who.int/health-topics/cancer#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/cancer#tab=tab_1) Erişim: 15.10.2024

<sup>2</sup> [İnternet] <https://gco.iarc.who.int/media/globocan/factsheets/cancers/39-all-cancers-fact-sheet.pdf> Erişim: 15.10.2024

<sup>3</sup> [İnternet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer> Erişim: 15.10.2024

<sup>4</sup> [İnternet] <https://www.wcrf.org/cancer-trends/breast-cancer-statistics/> Erişim: 15.10.2024

<sup>5</sup> [İnternet] <https://gco.iarc.fr/today/fact-sheets-populations> Erişim: 15.10.2024

<sup>6</sup> [İnternet] <https://www.who.int/initiatives/global-breast-cancer-initiative/breast-cancer-inequities> Erişim: 15.10.2024

<sup>7</sup> [İnternet] [https://www.cdc.gov/breast-cancer/risk-factors/?CDC\\_AAref\\_Val=https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic\\_info/risk\\_factors.htm](https://www.cdc.gov/breast-cancer/risk-factors/?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/risk_factors.htm) Erişim: 15.10.2024

Bu doküman, Dr. Gül Usar Yıldız tarafından, Dr.Nüket Paksoy Erbaydar danışmanlığında 15.10.2024 tarihinde hazırlanmıştır.

Bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik, vb ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Yıldız GU, Paksoy Erbaydar N. 15 Ekim Meme Sağlığı Günü (2024) Bilgilendirme Notu-HÜTF Halk Sağlığı AD Toplum İçin Bilgilendirme Serisi 2024/2025-7 [İnternet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/>. Erişim:15.10.2024.

# HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2024/2025-7)

Meme kanseri için değiştirilemeyen risk faktörleri<sup>7</sup>:

- Yaşlı olmak
- BRCA 1 ve BRCA 2 gibi genetik mutasyonlara sahip olmak
- Ergenliğe erken yaşta ve menopoza geç yaşta girmek
- Yoğun meme dokusuna sahip olmak
- Geçmişte meme kanseri veya meme hastalıkları öyküsünün bulunması
- Meme ve/veya yumurtalık kanseri açısından pozitif aile öyküsünün bulunması ve
- Daha önceden radyoterapi tedavisi almış olmak

Yapılan çalışmalarda meme kanserinin erken evrede hiç bir belirti göstermediği bu nedenle, kadınların meme kanserinin erken tanısı için kendi kendilerine meme muayenesini yapmaları, erken tanı için yardım edici ve maliyet gerektirmeyen bir yöntem olarak önerilmektedir.<sup>8</sup>

Meme kanserinin bazı uyarı işaretleri şunlardır<sup>9</sup>:

- Memede veya koltuk altında (koltukaltı) yeni kitle
- Memenin bir kısmının kalınlaşması veya şişmesi
- Meme derisinde tahriş veya çukurlaşma
- Meme ucunda veya göğüste kızarıklık veya pullanma
- Meme ucunun içeri çekilmesi veya meme ucunda ağrı
- Anne sütü dışındaki meme başından gelen akıntı (kan dahil)
- Memenin büyüklüğünde veya şeklinde herhangi bir değişiklik

Ülkemizde, Kanser Erken Teşhis, Tarama Ve Eğitim Merkezlerinde (KETEM) kanser tarama, danışmanlık, eğitim faaliyetleri yürütülmektedir. Meme kanseri de KETEM'lerde erken tanı için taranan kanser türlerinden biridir. 40-69 yaş arasındaki kadınlar giderek bu tarama programına katılabilirler.

Program kapsamında iki yılda bir mamografi çekilmektedir. Erken teşhis hayat kurtarır.<sup>10</sup>



Resim 1<sup>11</sup>

<sup>8</sup>[Internet] <https://sakaryaeah.saglik.gov.tr/TR-1011335/dunya-meme-sagligi-gunu15-ekim.html> Erişim: 15.10.2024

<sup>9</sup>[Internet] [https://www.cdc.gov/breast-cancer/symptoms/?CDC\\_AAref\\_Val=https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic\\_info/symptoms.htm](https://www.cdc.gov/breast-cancer/symptoms/?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/symptoms.htm) Erişim: 15.10.2024

<sup>10</sup>[Internet] <https://shm.saglik.gov.tr/hizmetlerimiz/7-kanser-erken-teshis-tarama-ve-egitim-merkez-ketem-faaliyetleri.html> Erişim: 15.10.2024

<sup>11</sup>[Internet] <https://tekirdagism.saglik.gov.tr/TR-258955/15-ekim-dunya-meme-sagligi-gunu.html> Erişim: 15.10.2024