

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-7)

15 EKİM MEME SAĞLIĞI GÜNÜ (2025)

Kanser, hücrelerin normal işlevlerinin dışına çıkarak kontrolsüz biçimde çoğalması ve komşu dokulara veya uzak organlara yayılmasıyla ortaya çıkan bir hastalık grubudur. Tek bir hastalık değildir; farklı nedenlerle gelişen birçok hastalığın ortak adıdır. 2022 yılında dünya genelinde kanser nedeniyle yaklaşık 9,7 milyon ölüm meydana geldiği tahmin edilmektedir. Ortalama olarak her beş kişiden biri yaşamı boyunca kansere yakalanmaktadır. Akciğer, meme, rahim ağzı, prostat ve kalın bağırsak kanserleri en sık görülen kanser türleri arasındadır.^{1,2,3}

Meme Kanseri, meme dokusunda bulunan hücrelerin kontrolsüz biçimde çoğalması ve yayılmasıyla oluşur. Erken dönemde tespit edildiğinde yayılım göstermeden tedavi edilebilir ve bu dönemde genellikle ölümcül değildir. Ancak hastalık ilerleyip yayılım gösterdikten sonra hayati tehlike oluşturabilmektedir. 2022 yılında dünya genelinde meme kanseri nedeniyle yaklaşık 670 bin ölüm meydana geldiği tahmin edilmektedir. Meme kanseri kadınlarda 157 ülkede en sık görülen kanser türüdür. Ergenlik sonrasında her yaşta görülebilmekle birlikte, yaş ilerledikçe görülme sıklığı artmaktadır.⁴

Pek çok hastalık gibi meme kanseri de sosyoekonomik farklılıklardan etkilenmektedir. İnsani Gelişme Endeksi yüksek olan ülkelerde meme kanseri tanısı daha sık konurken, daha düşük İnsani Gelişme Endeksine sahip ülkelerde meme kanserine bağlı ölüm sıklığı daha yüksektir. Daha olumsuz sosyoekonomik koşullar, hastalığın daha ileri evrede tanı alması ve sağkalım sürelerinin kısalması ile ilişkilendirilmektedir. Bu durum eğitim olanaklarının kısıtlı olması, sağlık hizmetlerine erişimin sınırlı kalması, gıda güvencesizliği, yetersiz barınma koşulları ve tarama programlarına düşük katılım gibi pek çok faktörden etkilenmektedir.^{4,5}

Meme kanseri için en büyük risk faktörü kadın cinsiyettir. Meme kanserinin yaklaşık %99'u kadınlarda görülmektedir. Yaşın ilerlemesi, obezite, zararlı alkol kullanımı, ailede meme kanseri öyküsünün bulunması, radyasyona maruz kalma, tütün kullanımı, adet döneminin erken başlaması, ilk gebeliğin ileri yaşlarda gerçekleşmesi, bazı genetik mutasyonlar diğer risk faktörleri arasında yer almaktadır.⁴

Meme kanserinin en sık görülen belirtileri arasında memede genellikle ağrısız bir kitle oluşması, meme veya meme ucunun şeklinde değişiklikler meydana gelmesi ve meme ucundan anormal akıntı gelmesi yer alır. Bu belirtilerden biri tek başına ortaya çıkabileceği gibi birden fazlası birlikte de görülebilir. Ancak meme kanseri erken dönemde çoğu kişide herhangi bir belirti göstermez. Bu nedenle, hastalığın erken dönemde tanı için tarama programlarına katılım büyük önem taşımaktadır.⁴

Ülkemizde meme kanseri tarama önerileri:

- ✓ **20 yaşından itibaren**, her ay kendi kendine meme muayenesi yapılması,
- ✓ **40-69 yaşları arasında**, iki yılda bir klinik meme muayenesi ve mamografi çekimi önerilmektedir.

¹ [Internet] <https://www.cdc.gov/cancer-environment/php/guidelines/characteristics.html> Erişim:7.10.2025.

² [Internet] https://www.who.int/health-topics/cancer#tab=tab_1 Erişim:7.10.2025.

³ [Internet] <https://www.who.int/news/item/01-02-2024-global-cancer-burden-growing--amidst-mounting-need-for-services> Erişim:7.10.2025.

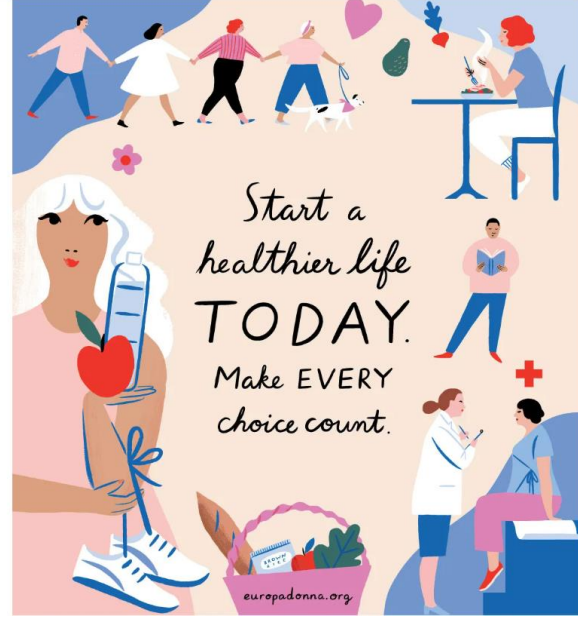
⁴ [Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer> Erişim:7.10.2025.

⁵ [Internet] <https://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/mm5439a2.htm> Erişim:7.10.2025.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-7)

Kendi kendine meme muayenesi için gerekli eğitimler ile klinik meme muayenesi ve mamografi çekimleri Kansere Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezlerinde (KETEM) ücretsiz yapılmaktadır.^{6,7}

Meme Sağlığı Günü, Avrupa Donna isimli sivil toplum kuruluşu öncülüğünde ilk kez 15 Ekim 2008 tarihinde İtalya'nın Milano kentinde düzenlenen etkinlikle kutlanmıştır. Bu özel gün, meme kanserinde yaşam tarzı değişikliklerinin önleyici etkisine ve erken teşhisinin önemine dikkat çekmek amacıyla her yıl Avrupa Donna öncülüğünde kutlanmaya devam etmektedir.⁸



8

⁶ [Internet] https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kanser-db/Dokumanlar/Afis_ve_Brosurler/14- KKMM_Brosuru_1-2_1-2.pdf Erişim:8.10.2025.

⁷ [Internet] [https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler-kanser/ekim-meme-kanseri-farkindalik-ayi.html#:~:text=Kendi%20Kendine%20Meme%20Muayenesi%20\(KKMM,almak%20i%C3%A7in%20merkezlerimize%20ba%C5%9Fvurulmas%C4%B1%20yeterlidir](https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler-kanser/ekim-meme-kanseri-farkindalik-ayi.html#:~:text=Kendi%20Kendine%20Meme%20Muayenesi%20(KKMM,almak%20i%C3%A7in%20merkezlerimize%20ba%C5%9Fvurulmas%C4%B1%20yeterlidir). Erişim:8.10.2025.

⁸ [Internet] <https://www.europadonna.org/prevention-and-breast-health/breast-health-day/> Erişim:8.10.2025.