

1-7 NİSAN KANSER HAFTASI

Kanser, kontrolsüz hücre çoğalmasıyla seyreden ve vücudun herhangi bir bölgesini etkileyebilen bir hastalık grubunu tanımlamak için kullanılan genel bir terimdir.¹ Dünyada ve ülkemizde önemli bir sağlık sorunudur. Dünyada her yıl 14 milyon yeni kanser vakası tespit edilmektedir, bu sayının gelecek 20 yıl içinde %70 artarak 22 milyona ulaşabileceği tahmin edilmektedir.² Türkiye’de kanser sıklığı dünya ve dünyanın gelişmekte olan ülkeleriyle benzerlikler göstermektedir. Türkiye’de 2010 yılında kanser sıklığı erkeklerde yüz binde 261,4; kadınlarda ise yüz binde 168,7 olarak belirlenmiştir. Kanser istatistikleri 2010 yılı verilerine göre ülkemizde her yıl yaklaşık 97 bin erkek ve 62 bin kadın kansere yakalanmaktadır.³

Dünyada erkeklerde, 2012 yılında en sık görülen beş kanser; akciğer, prostat, kolorektal, mide, karaciğer kanseridir.² Türkiye’de 2010 verilerine göre erkeklerde en sık görülen beş kanser ise akciğer, prostat, mesane, kolorektal, mide kanseridir.⁴

2012 yılında dünyada kadınlarda en sık görülen 5 kanser meme, kolorektal, akciğer, serviks ve mide kanseridir.² Türkiye’deki 2010 verilerine göre kadınlarda en sık görülen beş kanser ise meme, tiroid, kolorektal, rahim, akciğer kanseridir.⁴

Kanserler 2012 yılında dünyada 8,2 milyon ölüme neden olmuştur ve 20 yıllık süre içinde her yıl 13 milyon ölüm olacağı tahmin edilmektedir (2). Dünyada en fazla öldüren kanserler;¹

- ✓ Akciğer kanseri (1,59 milyon ölüm)
- ✓ Karaciğer kanseri (745 000 ölüm)
- ✓ Mide kanseri (723 000 ölüm)
- ✓ Kolorektal kanser (694 000 ölüm)
- ✓ Meme kanseri (521 000 ölüm)
- ✓ Yemek borusu kanseridir (400 000 ölüm)

Türkiye’de 2014 yılında ölümlerin %40,4’ünü dolaşım sistemi hastalıkları oluştururken, ikinci sırada %20,7 ile iyi huylu ve kötü huylu tümörler yer almıştır.⁵

Yaşlanma kanser gelişimi için temel faktördür. Kanserler için belirli risk faktörlerinin birikmesi ve hücrel tamir mekanizmalarının kişi büyüdükçe daha az etkili olması nedeniyle kanser sıklığı yaşla birlikte artar.¹

Kanser ölümlerinin %30’undan fazlası risk faktörlerinden kaçınarak veya değiştirerek önlenabilir.¹ Bu risk faktörleri;

- ✓ Tütün kullanımı
- ✓ Fazla kilolu veya obez olma
- ✓ Düşük meyve ve sebze alımı, sağlıksız beslenme
- ✓ Fiziksel aktivite eksikliği
- ✓ Alkol kullanımı
- ✓ Cinsel yolla bulaşan İnsan papilloma virüsü (HPV) enfeksiyonu

¹ [Internet] <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en/>. Erişim:31.03.2015.

² World Cancer Report 2014 (Stewart BW, Wild CP, ed). IARC, 2014.

³ Kanser Daire Başkanlığı 2014 Birim Faaliyet Raporu, Sağlık Bakanlığı, 2015.

⁴ [Internet] http://kanser.gov.tr/Dosya/Sunular/KanserKontrolu_2014.pdf. Erişim: 31.03.2015.

⁵ [Internet] <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=18855> Erişim:31.03.2015.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-49

- ✓ Hepatit B (HBV) enfeksiyonu
 - ✓ İyonize ve iyonize olmayan radyasyon
 - ✓ Kentsel hava kirliliği
 - ✓ Katı yakıtların ev kullanımıyla oluşan kapalı alan dumanı.

Tütün kullanımı kanser için en önemli risk faktörüdür, dünyadaki kanser ölümlerinin yaklaşık %20'sine ve akciğer kanseri ölümlerinin yaklaşık %70'ine neden olur.² Ülkemizdeki tüm ölümlerin %23'ü tütüne bağlı hastalıklar sebebiyle olmaktadır.

Kanseri önleme stratejileri;

- ✓ Yukarıda sıralanan risk faktörlerinden kaçınma
- ✓ İnsan papilloma virüsüne (HPV) ve hepatit B virüsüne (HBV) karşı aşılama
- ✓ Mesleki tehlikeleri kontrol etme
- ✓ Güneş ışığı ile non-iyonize radyasyona (UV) maruz kalmayı azaltma
- ✓ Radyasyona (mesleki veya tıbbi teşhis görüntüleme) maruz kalmayı azaltma

Erken tanı ve tedavi ile kanserden ölümler azaltılabilir. Ülkemizde kanser taramaları, tütün kontrolü, obezite kontrolü, fiziksel aktivite teşviki, sağlıklı beslenmenin teşviki, kendi kendine meme muayenesinin teşviki her ilde bulunan sayısı 2014 yılında 264'e ulaşan Kanser Erken Teşhis Tarama ve Eğitim Merkezi'nde (KETEM) yapılmaktadır.⁶ Ayrıca taramalar Toplum Sağlığı Merkezleri (TSM) ile Aile Hekimliği birimlerinde de yapılmaktadır. Ülkemizde ulusal tarama standartları şu şekildedir;

Meme kanseri:

- ✓ Kendi kendine meme muayenesi 20 Yaş üzeri, ayda bir
- ✓ Doktorun meme muayenesi 20 Yaş üzeri, 2 yılda bir; 40 Yaş üzeri, yılda bir
- ✓ Mamografi 40-69 yaş arası, 2 yılda bir

Rahim ağzı kanseri:

- ✓ Smear Testi 30-65 Yaş arası, 5 yılda bir
- ✓ HPV Testi 30-65 Yaş arası, 5-10 yılda bir

Kalın bağırsak kanseri:

- ✓ Dışkıda Gizli Kan Testi 50-70 yaş arası, 2 yılda bir
- ✓ Kolonoskopi 51-61 Yaş, 10 yılda bir

Kanserden korunma, erken tanı ve hastaların tedavi edilmesi stratejilerinin uygulanması ile kanser kontrolü sağlanabilir. Çoğu kanser türünde erken teşhis ve uygun tedavi ile kür elde edilmektedir.¹

UNUTMAYINIZ:

**SAĞLIKLI YAŞAM DAVRANIŞLARI İLE KANSERDEN KORUNMAK MÜMKÜNDÜR!
ERKEN TANI HAYAT KURTARIR!**

⁶[İnternet] <http://kanser.gov.tr/Dosya/Kitaplar/turkce/DunyadaveTurkiyedeMamografiProgramlari.pdf> Erişim: 30.03.2015