DÜNYA KANSER GÜNÜ (4 ŞUBAT)

  Uluslararası Kanser Savaş Örgütü (UICC) önderliğinde, bütün dünyanın ortak olarak hareket ederek kanser ile mücadele konusunda farkındalık oluşturulması amacıyla her yıl 4 Şubat “Dünya Kanser Günü” olarak kabul edilmiştir (1).

Kanser, tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de en önemli sağlık sorunlarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Türkiye'de 2019 yılına aitölümlerin nedenleri incelendiğinde 2. sırada yer almaktadır. Kanser, dünya çapında önde gelen ölüm nedenlerinden biridir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından yapılan açıklamaya göre 2020 yılında 10 milyon ölüme neden olmuştur, yaklaşık altı ölümden birine karşılık gelmektedir. Bu rakam neredeyse Ankara nüfusunun iki katı, Bangkok nüfusu, İrlanda nüfusunun iki katı kadar insanın, kanser nedeniyle hayatını kaybettiği anlamına gelmektedir (2,3,4).

Kanser, genel anlamda, vücudun çeşitli bölgelerindeki hücrelerin kontrolsüz çoğalması ile ortaya çıkan bir hastalık olarak tanımlanmaktadır. Çok çeşitli kanser tipleri vardır. Tedavi edilmez ise ciddi rahatsızlıklara ve ölüme neden olabilir (5).

Kanserlerin yaklaşık %10’u genetik bozukluklarla ortaya çıkmaktadır. Kanserlerin yaklaşık yüzde 80’i ise çevresel nedenlerle oluşmaktadır. Kansere yol açan faktörlerin başında sigara (tütün), alkol, endüstride kullanılan maddeler ve endüstriyel atıklar gelmektedir. Yapılan çalışmalarda asbest, benzen, kadmiyum ve benzeri 50’ye yakın kimyasal maddenin, insanda kanser yapabileceği gösterilmiştir. Kanser ölümlerinin %27’si sigara ve alkol tüketiminden kaynaklanmaktadır. Kanserden ölümlerin yaklaşık üçte biri tütün kullanımı, yüksek vücut kitle indeksi, alkol tüketimi, az meyve ve sebze alımı ve fiziksel aktivite eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Sağlıklı yaşam alışkanlıklarının, kanserden korunmada önemli olduğu bilinmektedir (2,4,6)

Erken teşhis ve etkili bir tedavi ile birçok kanser tedavi edilebilmektedir. Bu nedenle kanserin erken tanınmasına yönelik tarama programları, daha iyi prognoz ve uzun dönemli sağ kalım için kritik öneme sahiptir (4,7).

Meme kanseri, kadınlarda en sık görülen kanserdir. Meme kanseri taraması için; 20 yaş üzeri kadınlar ayda bir kendi kendine meme muayenesi (KKMM) yapmalıdır. 20-40 yaş arasında 2 yılda bir, 40 yaş üzeri ise yılda bir defa klinik meme muayenesi yaptırılmalıdır. 40 yaşından sonra her yıl mamografi önerilmektedir. Serviks kanseri, kadınlarda ikinci en sık görülen kanserdir. İlk cinsel ilişkiden itibaren ilk 3 yıl içinde ya da en geç 21 yaşında serviks kanseri taramasının başlaması önerilmektedir.Tarama için pap smear testi 30-65 yaş arası 5 yılda bir, Human papillomavirus (HPV) testi 30-65 yaş arası 5-10 yılda bir defa önerilmektedir. Kolorektal kanserler, kadınlarda meme ve genital bölge kanserlerinden, erkeklerde akciğer kanserinden sonra en sık görülen kanserdir. Taramada, 50-69 yaş arası yılda bir gaitada gizli kan (GGK) testi, 50-69 yaş arası 10 yılda bir kolonoskopi yapılması önerilmektedir (6,7).

Kanserde erken tanı hayat kurtarıcıdır. Her ilde bulunan Kanser Erken Teşhis Tarama ve Eğitim Merkezi (KETEM) birimlerinde, kanser taraması ücretsiz olarak yapılmaktadır. Günümüzde önemli bir halk sağlığı sorunu olan kanser için, farkındalığın arttırılması ile hayat kayıplarını önlemek mümkündür (8).

KAYNAKÇA

1.Dünya Kanser Günü. Erişim adresi: https://dunyakansergunu.org/icerik.php?id=158 (Erişim Tarihi: 26.01.2023).

2. Dünya Kanser Günü. <https://dunyakansergunu.org/images/dkg2022/Bilgi-notlari.pdf> (Erişim tarihi: 26.01.2023)

3. Türkiye İstatistik Kurumu (2019). Ölüm ve Ölüm Nedeni İstatistikleri, 2019. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Olum-ve-Olum-Nedeni-Istatistikleri-2019-33710#:~:text=%C3%96l%C3%BCmler%20nedenlerine%20g%C3%B6re%20incelendi%C4%9Finde%2C%202019,ile%20solunum%20sistemi%20hastal%C4%B1klar%C4%B1%20izledi.&text=Grafikteki%20rakamlar%2C%20yuvarlamadan%20dolay%C4%B1%20toplam%C4%B1%20vermeyebilir>. (Erişim Tarihi: 26.01.2023)

4. World Health Organization (2022). Cancer Key Facts. Erişim adresi: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/cancer> (Erişim Tarihi: 26.01.2023)

5. T. C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. Kanser nedir. Erişim Adresi: <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/kanser-nedir-belirtileri.html#:~:text=Kelime%20anlam%C4%B1%20olarak%20kanser%2C%20bir,100'den%20fazla%20hastal%C4%B1k%20grubudur>. (Erişim Tarihi:26.01.2023)

6. Öztek, Z. (2020). Halk Sağlığı Kuramlar ve Uygulamalar. Ankara: Sağlık ve Sosyal Yardım Vakfı.

7. Bayçelebi, G., Aydın, F., Gökosmanoğlu, F., Tat, T. S., & Varım, C. (2015). Trabzon’da Kanser Tarama Testleri Farkındalığı. *Journal Of Human Rhythm*, *1*(3), 90-94.

8. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (2022). 4. Şubat Dünya Kanser Günü(2022). Erişim adresi: <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler/4-subat-dunya-kanser-gunu-2022.html> (Erişim Tarihi:26.01.2023)