

Kanserde Erken Tanı

Prof.Dr. Adnan Aydiner

İstanbul Üniversitesi Onkoloji Enstitüsü

Çapa / İSTANBUL

www.adnanaydiner.com

e-mail: adnanaydiner@adnanaydiner.com

Prof.Dr. Adnan Aydiner

Yard.Doç.Dr. Gülbeyaz Can

Çoğu insan kanseri düşünmek bile istemez. Ancak unutmayın ki, kanser ne kadar erken saptanırsa onu yenme şansınız da o kadar yüksektir.

Bu kitapçıkta amaç, kansere ilişkin belirti ve bulgular ortaya çıkmadan bu hastalığı erken dönemde yakalamanıza destek olmaktadır.

Kanser Hastalığı Neden Önemlidir?

Herkes kanser olabilir. Kanser hücrenin hastalığıdır ve hücre yapısında meydana gelen değişiklikler sonucunda gelişir. Her yaş ve cinsten görülebilmekle birlikte, genellikle yaşın artmasıyla görülme sıklığı artar. Bu nedenle herkes kanserin belirti ve bulgularını bilmeli ve belli aralıklarla bu hastalığı belirlemeye yönelik tarama testlerini yaptırmalıdır.

Kanserde Erken Tanı Neden Önemlidir?

Kanser bazen erken dönemde belirti ve bulgu vermeyebilir. Bu nedenle hastalığın erken tanısında kanser tarama testlerini düzenli olarak yaptırmak çok önemlidir. Düzenli aralıklarla yapılan tarama testleri ile hastalık erken evrede, vücudun herhangi bir yerine yayılmadan tespit edilip kolaylıkla tedavi edilebilir. Erken dönemde tanı konulan kanserlerin tedavisi daha basittir ve hastalık günlük yaşam aktivitelerinizi gerçekleştirmeyi engellemez. Genel olarak, kanserin erken saptanması hayatınızı kurtarır.

Kanserin Belirti ve Bulguları Neler Olabilir?

Bazı değişiklikler kanserin belirtisi olabilir. Örneęin, barsak alışkanlıklarındaki değişiklik kolon veya rektum kanserini düşündürülebilir. Memedeki kitle meme kanserini düşündürülebilir. Bu nedenle:

- Rahim veya makattan gelen anormal kanama veya akıntı
- Memede veya vücudun herhangi bir yerinde ortaya çıkan şişlik ve sertlikler
- İyileşmeyen yaralar
- Uzun süreli ses kısıklığı ve öksürük
- Dışkılama ve idrar alışkanlıklarında değişiklikler
- Yutma güçlüğü ve hazımsızlık
- Nedensiz kilo kaybı
- Ben ve siğillerde meydana gelen büyüme, kanama, renk değişikliği gibi nedenini açıklayamadığınız herhangi bir şikâyetiniz olduğunda bir hekime başvurulmalıdır.

Kanser Tarama Testleri Hakkında Kime Danışabilirsiniz?

Kanser taramalarınızı, genel sağlık kontrolleriniz sırasında veya bir İç Hastalıkları ya da Onkoloji Uzmanına giderek özel olarak yapılmasını isteyebilirsiniz. Bu konu ile ilgili bir hekime başvurduğunuzda ilgili hekim sizin genel sağlık değerlendirmenizi yaptıktan sonra yaşıınıza ve aile hikâyenize göre sizden belli tarama testlerini yaptırmanızı isteyebilir. Çoğu kanser tarama testi kısa sürede gerçekleştirilir. Bazıları rahatsız edici olabilir, ama ağrıya neden olmaz.

MEME KANSERİ

Meme kanseri kadınlarda en sık görülen kanser türüdür. Özellikle 40 yaş üstünde olanlar, erken adet görenler, geç adetten kesilenler, hiç çocuk doğurmayanlar ve anne tarafında veya kendisinde meme kanseri hikâyesi olanlarda bu hastalığın gelişme olasılığı daha yüksektir. Bu nedenle belli aralıklarda mammografi, hekim tarafından meme muayenesi, kendi kendine meme muayenesi gibi tarama yöntemlerinin uygulanması meme kanserinin erken tanısında oldukça önemlidir:

NOT: Yakın akrabalarında meme kanseri hikâyesi olanlarda takip kriterleri değişebilmektedir. Bu konuda hekiminizle görüşerek kendinize uygun tarama programını oluşturmalısınız.

Mammografi

Memenin röntgenidir. Düzenli aralıklarla çekilirse bu tanı yöntemi ile kitle elle hissedilmeden 2 yıl önce belirlenebilir.

Öneri: 40 yaşından itibaren yılda bir

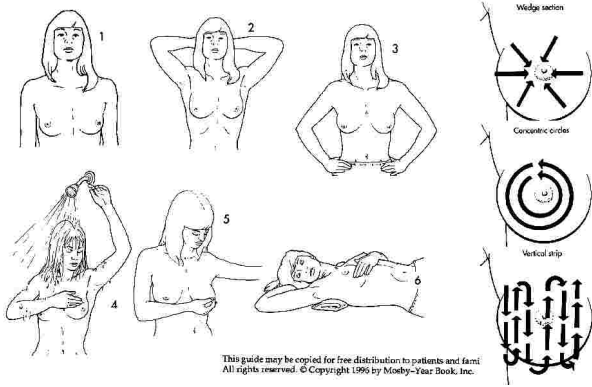
Hekim Tarafından Meme Muayenesi (HMM)

Hekim memenizi gözle inceleyerek ve elle muayene ederek meme kanserine ilişkin belirti ve bulguları belirlemeye çalışır.

Öneri: 20-39 yaşları arasında 3 yılda bir
40 yaşından sonra yılda bir

Kendi Kendine Meme Muayenesi (KKMM) Tüm meme kanserlerinin % 65-70'i bizzat kadınlar tarafından saptandığından, 20 yaşın üzerindeki kadınların düzenli olarak ayda bir, adet kanamasının başlangıcından bir hafta sonra veya adeti kesilenler ayın belli bir gününde KKMM'ni yapması önemlidir. KKMM'si inceleme (Resim 1, 2, 3) ve elle muayene (Resim 4, 5, 6) olmak üzere 2 aşamadan oluşmaktadır. Amaç meme dokusunda oluşabilecek değişiklikleri belirlemektir. Gözlem sırasında her iki memede şekil bozukluğu, büyüklük farkı olup olmadığı değerlendirilirken, elle muayenede memede ele gelen kitle varlığı araştırılır.

Öneri: 20 yaşından itibaren ayda bir



This guide may be copied for free distribution to patients and family. All rights reserved. © Copyright 1996 by Mosby-Year Book, Inc.

RAHİM VE RAHİM AĞZI KANSERLERİ

Rahim ve rahim ağzı kanserleri özellikle erken evlenenlerde, cinsel ilişkiye erken başlayanlarda, dış üreme organlarının temizliğine dikkat etmeyenlerde ve çok doğum yapanlarda sık görülmekle birlikte yaş arttıkça da görülme sıklığı artmaktadır. Bu nedenle hastalığın erken tanısında aşağıda yer alan tarama yöntemlerinin yapılması oldukça önemlidir.

Pelvik muayene

Pelvik muayene sırasında hekim iç üreme organlarının, idrar kesesinin ve makatın büyüklüğünde ve şeklinde herhangi bir değişikliğin varlığını değerlendirir.

Öneri: 18-39 yaşları arasında 3 yılda bir
40 yaşından sonra yılda bir

Pap smear

Pap smear rahim ağzı kanserinin erken tanısı için kullanılan bir tarama yöntemidir. Pelvik muayene sırasında hekim bir çubuk yardımı ile rahim ağzından birkaç hücreyi alarak mikroskop altında inceler ve bu hücrelerde kanseri düşündürecek belirtilerin olup olmadığına bakar. Kadınlar ilk cinsel ilişkiye girdikten yaklaşık olarak 3 yıl sonra ilk Pap Smear testini yaptırmalıdır. Yılda bir yapılan 3 tarama testi normal çıkarsa, takip eden yıllarda bu tarama testi hekiminizin önerisiyle 1-3 yılda bir tekrarlanabilir.

Öneri: İlk cinsel ilişkiden yaklaşık olarak 3 yıl sonra Pap smear testi yılda bir
30 yaşından sonra 3 Pap smear testi normal ise hekim kararı ile 2-3 yılda bir

KOLON VE REKTUM KANSERLERİ

Kolon (kalın barsak) ve rektum (makat) kanserleri özellikle yaşlılarda, yağdan zengin ve posadan fakir gıdalarla beslenenlerde ve aile hikâyesi olanlarda daha sık görülmektedir. Bu nedenle kolon ve rektum kanserlerinin erken dönemde belirlenebilmesi için belli yaştan sonra aşağıda yer alan beş seçenekten birinin takip edilmesi oldukça önemlidir:

- Gaitada gizli kan testi
- Sigmoidoskopi
- Gaitada gizli kan testi ve sigmoidoskopi
- Çift kontrast baryum lavmanlı kolon filmi
- Kolonoskopi

NOT: Yakın akrabalarında kolon-rektum kanseri hikâyesi olanlarda takip kriterleri değişebilmektedir. Bu konuda hekiminizle görüşerek kendinize uygun tarama programını oluşturmalsınız.

Gaitada gizli kan testi

Gaitada gizli kan tarama testi ile dışkıdan alınan örnekte gözle görülmeyen kan varlığı araştırılır. Öneri: 50 yaşından itibaren yılda bir.

Sigmoidoskopi

Sigmoidoskop adı verilen ince, ucunda ışık olan bir araçla hekim alt kolon veya rektuma girerek kanser varlığını gösteren bulguları değerlendirir.

Öneri: 50 yaşından itibaren 5-10 yılda bir

Kolonoskopi

Kolonoskop adı verilen ince, ucunda ışık olan bir araçla hekim tüm kolon ve rektuma girerek kanser varlığını gösteren bulguları değerlendirir. Öneri: 50 yaşından itibaren 10 yılda bir

Çift kontrast baryum lavmanlı kolon filmi

Çift kontrast baryum lavmanlı kolon grafisi ya da baryumlu kolon grafisi olarak adlandırılır, makattan baryumlu kontrast madde ve hava verilerek kalın barsakların incelenmesidir. Öneri: 50 yaşından itibaren 5 yılda bir

CİLT

Cilt kanseri özellikle beyaz tenlilerde ve güneş altında çalışan işçilerde daha sık görülmektedir. Basit olan cilt muayenesinin kendi kendine düzenli olarak yapılması ile cilt kanseri erken dönemde belirlenebilir. Bu muayene sırasında kişi baştan aşağı vücudunun tüm bölümlerini inceleyerek benlerin büyüklüğü, yapısı veya renginde meydana gelen değişiklikleri izler.

Hekim Tarafından Cilt Muayenesi (HCM)

Rutin kontroller sırasında da yapılabilen cilt muayenesi sırasında hekim benlerin yapısını ve benlerde oluşan değişiklikleri değerlendirmektedir.

Öneri: 20-39 yaşları arasında 3 yılda bir
40 yaşından sonra 1-2 yılda bir

Kendi Kendine Cilt Muayenesi (KKCM)

Öneri: 20 yaşından itibaren ayda bir

PROSTAT

Prostat kanseri özellikle yaşlı erkeklerde sık görülen bir kanser türüdür. Prostat kanserlerinin %80'inden fazlası özellikle 65 yaş ve üstü erkeklerde ortaya çıkmakla birlikte, genç erkeklerde de görülebilir. Bu kanser türünün erken tanısında belli yaştan sonra rektal (makat) muayene ve Transrektal ultrasonografi (TRUS) yapılması ve kanda prostat-spesifik antijen (PSA) düzeyinin değerlendirilmesi oldukça önemlidir.

NOT: Yakın akrabalarında prostat kanseri hikâyesi olanlarda takip kriterleri değişebilmektedir. Bu konuda hekiminizle görüşerek kendinize uygun tarama programını oluşturmalsınız.

Rektal Muayene

Rektal (makat) muayene sırasında hekim prostat bezinde herhangi bir büyüme olup olmadığını değerlendirir.

Öneri: 50 yaşından itibaren yılda bir

PSA

Prostat-spesifik antijen testi (PSA) erkeğin kanında bulunan özel bir proteinin düzeyini ölçmektedir. Bu proteinlerin prostat kanseri ve diğer prostat hastalıkları sırasında arttığı görülmüştür.

Öneri: 50 yaşından itibaren yılda bir.

TRUS

Transrektal ultrasonografi (TRUS) rektuma (makata) yerleştirilen bir aletten meydana gelen dalga seslerini değerlendirerek kanseri belirler. Prostatta ses dalgalarının yarattığı yankılar bilgisayar yardımı ile resme dönüştürülür. TRUS rutin olarak yapılan bir test değildir. Hekimler bu testi tanıya destek olarak kullanırlar.

TESTİS

Testis kanseri özellikle 15-35 yaşları arasında olan genç erkeklerde sık görülen bir kanser tipidir. Belli yaştan sonra aylık kendi kendine testis muayenesinin düzenli olarak yapılması ve bu hastalığa ilişkin semptomların (testislerde küçük ağırlı kitle, skrotumda (haya torbası) ağırlık hissinin olması, alt karın bölgesinde veya kasıkta ağrı, testislerde elle herhangi bir değişiklik hissedilmesi ve skrotumda ani kan veya sıvı toplanması) değerlendirilmesi ile hastalık erken dönemde yakalanabilir.

Hekim Tarafından Testis Muayenesi (HTM)

Öneri: 20-39 yaşları arasında 3 yılda bir
40 yaşından sonra yılda bir

Kendi Kendine Testis Muayenesi (KKTM)

Öneri: 20 yaşından itibaren ayda bir

KOLON VE REKTUM KANSERLERİ

Kolon (kalın barsak) ve rektum (makat) kanserleri özellikle yaşlılarda, yağdan zengin ve posadan fakir gıdalarla beslenenlerde ve aile hikâyesi olanlarda daha sık görülmektedir. Bu nedenle kolon ve rektum kanserlerinin erken dönemde belirlenebilmesi için belli yaştan sonra aşağıda yer alan beş seçenekten birinin takip edilmesi oldukça önemlidir:

- Gaitada gizli kan testi
- Sigmoidoskopi
- Gaitada gizli kan testi ve sigmoidoskopi
- Çift kontrast baryum lavmanlı kolon filmi
- Kolonoskopi

NOT: Yakın akrabalarında kolon-rektum kanseri hikâyesi olanlarda takip kriterleri değişebilmektedir. Bu konuda hekiminizle görüşerek kendinize uygun tarama programını oluşturmalısınız.

Gaitada gizli kan

Gaitada gizli kan tarama testi ile dışkıdan alınan örnekte gözle görülmeyen kan varlığı araştırılır. Öneri: 50 yaşından itibaren yılda bir.

Sigmoidoskopi

Sigmoidoskop adı verilen ince, ucunda ışık olan bir araçla hekim alt kolon veya rektuma girerek kanser varlığını gösteren bulguları değerlendirir.

Öneri: 50 yaşından itibaren 5-10 yılda bir

Kolonoskopi

Kolonoskop adı verilen ince, ucunda ışık olan bir araçla hekim tüm kolon ve rektuma girerek kanser varlığını gösteren bulguları değerlendirir. Öneri: 50 yaşından itibaren 10 yılda bir

Çift kontrast baryum lavmanlı kolon filmi

Çift kontrast baryum lavmanlı kolon grafisi ya da baryumlu kolon grafisi olarak adlandırılır, makattan baryumlu kontrast madde ve hava verilerek kalın barsakların incelenmesidir. Öneri: 50 yaşından itibaren 5 yılda bir

CİLT

Cilt kanseri özellikle beyaz tenlilerde ve güneş altında çalışan işçilerde daha sık görülmektedir. Basit olan cilt muayenesinin kendi kendine düzenli olarak yapılması ile cilt kanseri erken dönemde belirlenebilir. Kendi kendine yapılan cilt muayenesi sırasında kişi baştan aşağı vücudunun tüm bölümlerini inceleyerek benlerin büyüklüğü, yapısı veya renginde meydana gelen değişiklikleri değerlendirmektedir.

Hekim Tarafından Cilt Muayenesi (HCM)

Rutin kontroller sırasında da yapılabilen hekim cilt muayenesi sırasında benlerin yapısını ve benlerde oluşan değişiklikleri değerlendirmektedir.

Öneri: 20-39 yaşları arasında 3 yılda bir
40 yaşından sonra 1-2 yılda bir

Kendi Kendine Cilt Muayenesi (KKCM)

Öneri: 20 yaşından itibaren ayda bir KANSER

Kanserden şüpheleniyor veya kanser tanısı konur ise, ne yapmalısınız?

Bugün kanserin erken tanısında kullanılan tarama yöntemleri geçmişe kıyasla kanserin erken tanısında oldukça iyi olduğunu söyleyebiliriz. Ancak bazen kanser, tarama yöntemlerini yaptırmaya başlamadan önce de oluşabileceğinden kansere ilişkin belirti ve bulguları bilmemiz ve bu konuda duyarlı olmamız gerek hastalığın erken tanısında, gerekse etkili tedavisinde oldukça önemlidir. Bu nedenle kanser olabileceğini düşündüğünüz herhangi bir şikâyetiniz olduğunda ilgili uzmana gidip korkmadan gerekli taramaları yaptırmanız oldukça önemlidir. Kanser şüphesi olduğunda aşağıda yer alan adımları takip etmeniz yeterlidir:

Kanser tanı ve tedavisinde uzmanlık almış bir hekime görünmeli ve gerekli tarama testlerini yaptırmalısınız. Onkologlar özellikle kanser tedavisinde rol alan hekimlerdir.

- Yapılan taramalar sonucunda kanser tanısı kondu ise size uygun tedavi seçeneklerinin neler olduğunu hekiminizle görüşmeli ve hangi tedavi yaklaşımını seçeceğinize birlikte karar vermelisiniz. Yaptığınız görüşmeler sırasında anlamadığınız bir şey var ise, soru sormalı ve hekiminizin size anlayabileceğiniz dilde açıklama yapmasını istemelisiniz.
- İstiyorsanız hekiminizle karar verdiğiniz tedaviye başlamadan önce bu konuda başka bir hekime daha danışabilirsiniz.
- Ailenizle ve arkadaşlarınızla bu konuyu konuşarak size destek olmalarını isteyin. Kanserle tek başına mücadele etmemelisiniz.

Genellikle erken dönemde çoğu kanser türü herhangi bir belirti vermez.

İyi bir sağlık ve iyi bir yaşam için, kendinizi iyi hissettiğiniz anlarda bile bu kitapçıkta yer alan tarama testlerinizi düzenli olarak yaptırmanız kanserin erken tanısında oldukça önemlidir.

NOTLAR

KADINLARDA KANSER TARAMA

TESTLERİ KONTROL LİSTESİ

Bu çizelgeyi hekiminize götürerek birlikte size uygun olan kanser tarama testlerini belirleyin ve hangi sıklıkta yaptırmanız gerektiğine karar veriniz.

Daha sonra testi yaptırdığınız her tarihi boş bırakılan kutuların içine yazınız.

Mammografi <i>40 yaşından itibaren yılda bir</i>									
Hekim Meme Muayenesi <i>20-39 yaşları arasında 3 yılda bir</i> <i>40 yaşından sonra yılda bir</i>									
Kendi Kendine Meme Muayenesi <i>20 yaşından sonra her ay</i>									
Pelvik Muayene <i>18-39 yaşları arasında 3 yılda bir</i> <i>40 yaşından sonra yılda bir</i>									
Pap Smear* <i>İlk cinsel ilişkiden yaklaşık olarak 3 yıl sonra Pap smear testi yılda bir</i> <i>30 yaşından sonra 3 Pap smear testi normal ise hekim kararı ile 2-3 yılda bir</i>									
Gaitada Gizli Kan Testi <i>50 yaşından sonra yılda bir</i>									
Sigmoidoskopi <i>50 yaşından sonra 5-10 yılda bir</i>									
Kolonoskopi <i>50 yaşından sonra 5-10 yılda bir</i>									
Çift kontrast baryum lavmanlı kolon filmi <i>50 yaşından sonra 5 yılda bir</i>									
Hekim Cilt Muayenesi <i>20-39 yaşları arasında 3 yılda bir</i> <i>40 yaşından sonra yılda bir</i>									
Kendi Kendine Cilt Muayenesi <i>20 yaşından sonra her ay</i>									

*3 yıl boyunca yapılan Pap smear testinden normal sonuç alınırsa bu tarama yöntemini 1-3 yıl sonra yaptırmanızı isteyebilir.

