

Gümüşhane Devlet Hastanesi Genel Cerrahi Uzmanı Op. Dr. Oğuzhan Doğan'dan "Meme Kanseri" Açıklaması



Genel Cerrahi Uzmanı Op. Dr. Oğuzhan Doğan'ın "Meme Kanseri" Açıklaması şöyledir:

"Dünya Sağlık Örgütü tarafından 2004 yılından bu yana meme kanserinde erken teşhisinin önemi ve meme kanseri farkındalığının vurgulanması amacıyla **Ekim Ayı Meme Kanseri Bilinçlendirme ve Farkındalık Ayı** olarak belirlenmiştir. Ülkemiz 'de de Sağlık Bakanlığı Başkanlığında bu ayda çeşitli faaliyetler düzenlenmektedir.

Ülkemizde ve dünyada kadınlarda en sık görülen ve aynı zamanda en sık ölüme neden olan meme kanseri, meme dokusunda yer alan hücrelerin kontrolsüz çoğalması ile ortaya çıkmaktadır. 4 Şubat 2021'de Dünya Sağlık Teşkilatı, artık meme kanserinin tüm yeni tanı konulan kanserlerin %11.7'si olarak **ilk sıraya yükseldiğini**, akciğer kanserinin bunun ardından %11.4 ile ikinci sıklıkta, kalın bağırsak kanserinin %10 ile üçüncü, prostat kanserinin %7,3 ile dördüncü ve mide kanserinin %5,6 ile beşinci sıklıkta görüldüğünü duyurmuştur.

Erken evrelerde tespit edilen meme kanserlerinin hem tedavileri daha başarılı olmakta hem de yaşam kalitesi önemli ölçüde artmaktadır. Bu sebeple yürütülen toplum tabanlı taramalar yolu ile kadınlarımızın olası bir kanser gelişimi durumunda, kanser gelişim sürecini erken evrede, henüz klinik bulgular ortaya çıkmadan önce tespit etmek ve kadınlarda meme kanserine bağlı ölüm hızını düşürmek mümkün olabilmektedir.

Tüm kanserlere karşı olduğu gibi; sebze ve meyve açısından yeterli, uygun koşullarda hazırlanmış gıdaların dengeli tüketimi ve fiziksel aktivitenin artırılması, sağlıklı kiloda olmak, sigara ve alkol kullanımından uzak durmak riski azaltabilmektedir. Emzirmenin meme kanserinden koruduğuna dair çok sayıda bilimsel çalışma bulunduğu için annelerin bebeklerini en az 2 yıl süreyle emzirmeleri önerilmektedir.

Meme kanserinde en sık rastlanan belirti, ağrısız, zamanla büyüyen bir kitlenin ele gelmesi, hissedilmesidir. Yirmi yaşından başlayarak, her ay düzenli olarak kendini muayene etmek, bir değişiklik varsa sağlık kurumuna başvurmak önem arz etmektedir. 40-69 yaş arasındaki kadınlar, herhangi bir yakınmaları yoksa bile, her iki yılda bir ücretsiz mamografi taraması yaptırmalıdır. Bu mamografi

taraması ücretsizdir.

Meme kanseriyle mücadelede en büyük gücünüz, "kendinize ayıracağınız zamandır". Sağlığınızı korumak için atacağınız her adım, sevdiklerinizle geçireceğiniz nice güzel günlerin kapısını aralayabilir. Hayatın koşuşturmasında kendinizi ihmal etmeden, kontrollerinizi düzenli olarak yaptırmak, meme kanserini erken yakalamanın en güçlü yoludur. Bu dünyadaki varlığınız, sevgiyle dokunduğunuz her insan için kıymetli. Sağlığınıza göstereceğiniz özen, yalnızca sizin değil, sevdiklerinizin de hayatına ışık tutacak. Kendinize zaman ayırın; geleceğiniz için, sevdikleriniz için, hayatınız için..."

Kaynak: Güümöşhane İl Sağlık Müdürlüğü Basın Bürosu – 14.10.2024