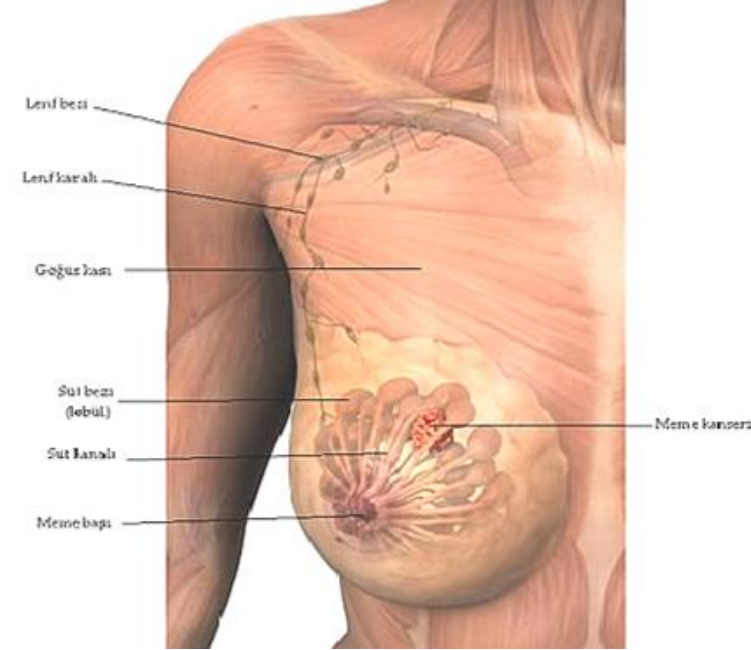


MEME KANSERİ

- Meme dokusunda görülen kanserdir
- Meme; süt bezleri ve süt kanalları, fibröz bağ dokusu ve yağ dokusunda oluşur
- Süt bezleri ve kanallarını döşeyen hücrelerin kontrolsüz bir şekilde çoğalmasına **meme kanseri** denir
- Bu kanser hücreleri vücudun başka yerlerine taşınarak orada çoğalmaya devam ederler.



MEME KANSERİ



- Kadınlar arasında **en sık** rastlanan kanser (%30)
- Her **8** kadında **1** görülür.
- Kadınlarda kansere bağlı **ölüm nedenlerinde** Akciğer kanserinden sonra **ikinci sıklıkta** (%20-25)
- Günümüzde erken tanı ve tedavi yöntemlerindeki gelişmeler sayesinde mortalite (ölüm) oranları daha düşük

Meme Kanseri Gelişiminde Rol Oynayan Faktörler

Kadın olmak:



- En önemli risk faktörü
- Meme Kanseri sıklıkla kadınlarda görülür
- Erkek meme kanseri oldukça nadirdir.



Yaş:

- **50** yaşın üzerinde meme kanseri **riski artar**
- Genetik geçişli kanser daha erken yaşlarda görülür



İrk:

- **Beyaz ırkta** zenci ırka göre **daha fazla**
- Zenci ırkta mortalite oranları daha yüksek

Reprodüktif (Üreme)Öykü



- Östrojen maruz kalma süresinin fazla olması
- İlk adet yaşı **12'nin** altı, menapoz yaşı **55'in** üstünde olması
- İlk canlı doğum yaşının **35'in** üstünde olması
- Hiç doğum yapmamış olmak **riski arttırır.**
- Östrojene maruz kalma süresinin az olması ve emzirme **riski azaltır.**
- Çok doğum yapmış olmanın koruyucu olup olmadığı **tartışmalı**
- İnfertilite (kısırlık)tedavisinin etkisi **tartışmalı**
- Düşük yapmanın meme kanseriyle bir **ilişkisi yok**

Ailesel/Genetik Faktörler



- Ailede meme kanseri bulunması önemli bir risk faktörü
- Tüm meme kanseri vakaların %5-10'u ailesel
- 1. derece akrabaların birinde meme kanseri olması riski **1.8 kat**, ikisinde olması **2.9 kat** arttırır.
- Kalıtsal meme kanseri ile ilişkili genler **BRCA 1/ BRCA 2**, TP53 ve PTEN genleri
- **BRCA1** mutasyonu saptanan bir kadında **risk % 50-80**
- BRCA1 mut. olan hastalara uygulanan ooferektomi (yumurtalıkların alınması) riski yarı yarıya azaltır

Ailesel Yatkınlığı Destekleyen Yapısal Özellikler:

- 45 yaşından önce kadın meme kanseri
- İki taraflı meme kanseri
- Erkek meme kanseri olgusu
- Ailede 50 yaş öncesi meme kanseri tanısı almış 2 veya daha fazla kadın bulunması
- Kişide biri 50 yaşın altında olmak üzere 2 primer kanser olması
- 50 yaş öncesi meme ve yumurtalık kanseri
- 50 yaş öncesi prostat kanseri ve meme kanseri aile öyküsü

Bireysel faktörler

- **Proliferatif Meme Lezyonları**

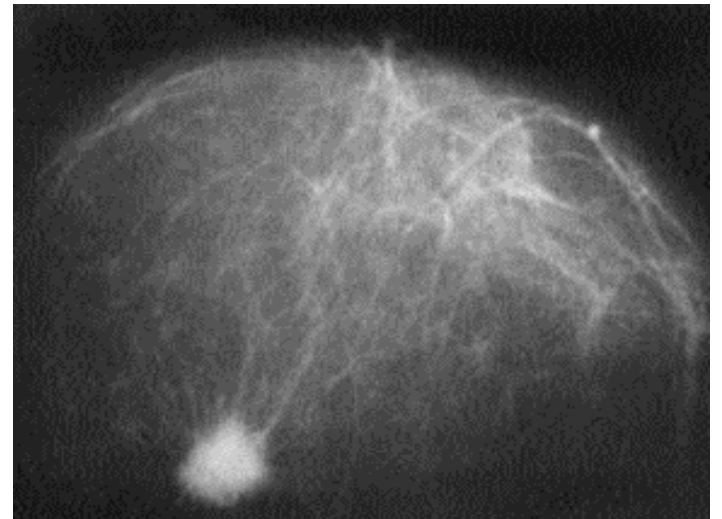
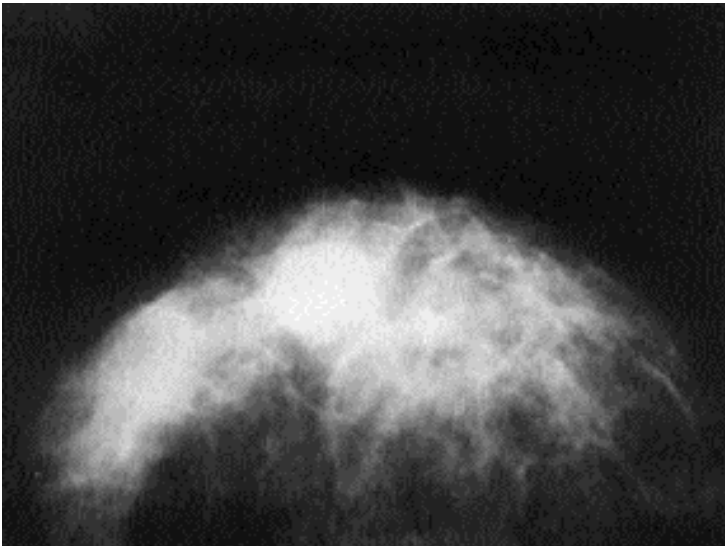
Atipi içeren proliferatif meme lezyonları (atipik duktal, lobüler hiperplaziler) meme kanseri riskini arttırır

- **Kişisel Meme Kanseri Öyküsü**

Kişisel meme kanseri öyküsü karşı memede kanser riskini arttırır.

- **Dens Meme Yapısı**

Meme kanseri riskini arttıran bir faktördür.



Sosyoekonomik düzey :

- Sosyoekonomik düzeyi yüksek olan bireylerde **meme kanseri riski 2 kat yüksek**
- Beslenme
- Erken adet görme
- Eğitim
- Geç yaşta evlilik
- İlk doğum yaşının geç olması



Kilo

- Kilo alımı ve vücut yağ kitlesinin artması meme kanseri riskini arttırır
- **Menapoz sonrası** dönemde aşırı kilolu kadınlarda **risk yüksek**
- **Menapoz öncesi** dönemde ise kilolu kadınlarda **risk düşük.**
- Genel olarak yaşam boyu zayıf kalmaya çalışmak önerilebilir



Egzersiz ve Fizik Aktivite:

- Obezitenin önlemesi bakımından faydalı olabilir
- Araştırmalar meme kanseri riskini azaltmak bakımından önemli bir avantajı olmadığını göstermiştir



Alkol Tüketimi



- Alkol tüketim **miktarı ve süresi** meme kanseri riskini **arttırır**
- Alkol tüketimi östradiol düzeyini yükseltir ve folik asit eksikliğine neden olur
- Orta düzeyde (günde 1-2 kadeh) alkol tüketiminin meme kanseri sıklığını arttırdığı gösterilmiş.
- Alkol çeşidiyle meme kanseri arasında ise bir ilişki yoktur

Sigara / Tütün Kullanımı:

- 17 yaşından önce sigara içmeye başlayan kadınlarda **risk artabilir**
- **N-asetiltranseferaz-2** enzimi tütündeki karsinojenlerini aktive eden enzim .
- Bir çalışmada NAT-2'nin meme kanseri ile **ilişkisi olmadığı** gösterilmiş
- Ancak sigaranın vücutta **oksidatif stres** yarattığı hatırlanırsa meme kanseri oluşumunda etkisi olabilir



Oral Kontraseptifler (Doğum Kontrol İlaçları)

- Meme kanseri ile ilişki çok zayıf
- Sadece 1. derece akrabalarda meme kanseri olan ve genç yaşta OK kullanan kadınlarda risk artar
- **10 yıl gibi uzun süre kullanımda risk artabilir**



Menapoz Sonrası Hormon Replasman Tedavisi (HRT)

- Östrojen ve progesteron türevlerini birlikte, uzun süre (5 yıldan uzun) kullanmak **riski arttırır**
- HRT'nin kesilmesinden 5 yıl sonra risk **normal** toplum düzeyine iner
- **HRT**; kalp hastalıkları ve kemik kırılması riskinde azalma yapar
- Meme kanseri açısından risk faktörü taşıyan kadınlarda bu ilaçların kullanılması kanser riskini daha da arttırabilir.



Radyasyona maruz kalma

- Özellikle 10-14 yaş arasında, memenin aktif olarak geliştiği dönemde **risk artar**
- 30 yaşına kadar göğüs besine yapılan tedavi amaçlı radyoterapide **risk artar**
- 45 yaşından sonra radyasyona maruz kalma veya radyoterapi meme kanseri riskini **etkilemez**
- Tanısal amaçlı yapılan işlemler nedeniyle alınan radyasyonda risk yok veya dikkate alınmayacak kadar düşük



Enerji Alımı

- Yüksek enerji alımı, kanda **östrojen** hormonu düzeylerini arttırır
- Haftada 5 kez kırmızı et tüketilmesinin meme kanseri riskini arttırdığını gösteren çalışmalar var



Yağ Tüketimi

Yapılan çalışmalarda yağ tüketimi ile meme kanseri riski artışı arasında bir ilişki bulunamamış



Kalsiyum ve Vitamin D Alımı:

- Menapozdaki kadınlarda yapılan bir çalışmada; günde 1250 mg kalsiyum alanlarda meme kanseri, 500 mg altında alanlara göre daha az saptanmış
- Menapoz sonrası günde en az 1000 mg kalsiyum alınması öneriliyor
- Düşük D vitamini düzeylerinin meme kanseri riskini arttırdığını gösteren çalışmalar var.
- Ülkemizde D vitamini düzeyleri çok düşük



Folik Asit :

- Mercimek, yeşil yapraklı sebzeler, portakal, kuşkonmaz, barbunya, brokoli, avakado, ayçekirdeği gibi gıdalarda bulunur
- Çok alkol alan kadınlarda kanda folik asit seviyesi düşer
- Folik asit eksikliği özellikle menopoz sonrasında meme kanseri riskini arttırır



Fitoöstrojenler:

- Soya, rafine edilmemiş arpa, buğday, mısır gibi bitkilerde bulunurlar
- **Östrojen benzeri aktiviteleri** vardır
- Soyanın kanser, kalp damar hastalıkları ve osteoporozu önleme, menapoz semptomlarını hafifletmede rolü olduğu düşünülüyor.
- Fitoöstrojen tüketimi ile meme kanseri arasında açık bir ilişki bulunamamış



Resveratrol

- Üzümde ve kabuğunda bol miktarda bulunur.
- Meme kanserinde **risk düşürücü** bir etkisinin olduğu sanılmakta
- Aynı zamanda **fitoöstrojendir**
- Yapılan bir çalışmada; resveratrol tüketimi artmış kadınlarda meme kanseri daha az görülmüş
- Resveratrolun etkisi; üzüm tüketenlerde ortaya çıkarken, kırmızı şarap tüketenlerde ortaya çıkmamakta



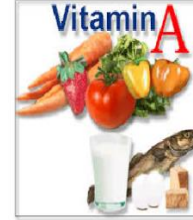
Karotenoidler:

- Bitkisel ve hayvansal ürünlere sarıdan kırmızıya kadar renk veren bileşiklerdir
- **Antioksidan** özellik gösterirler
- Beta Karoten; A vitamini öncül maddesi
- Ispanak, marul, lahana brokoli, kavun, havuç, kayısı, kımız ve yeşil biber karoten yönünden zengin
- Meyve ve sebze tüketmenin bazı kanserlere karşı koruyucu etkisi olabilir
- Bu durum meme kanseri için çok belirgin değildir.



Diğer Vitaminler

A, C, ve E vitamini gibi vitaminlerin meme kanserine karşı koruyucu etkisi **tartışmalıdır**



Keten tohumu yağı:

- Özellikle **meme kanseri tedavisi** sırasında günde 25 gr keten tohumu alan hastalarda tümör büyüme potansiyelinin azaldığı gösterilmiş
- Ancak bizim toplumumuzda keten tohumu yağı tüketmek için ek çaba sarf etmeye gerek yok.
- Bu yağın bileşiminde olan yağ asitlerinden ikisi **zeytin yağı ve tereyağında** zaten bol miktarda bulunuyor.



Curcumin (Zerdeçal) (Hint safranı):

- Baharatlarda bulunan Turmeric maddesinin ana bileşeni
- Bilinen en kuvvetli anti-oksidan
- Kanserden korunmada ve kanser tedavisinde etkili
- Curcuminin anti-oksidan etkisini oluşturmak için kullandığı yol ,aynı zamanda KT ilaçlarının tümör hücrelerini öldürmek için kullandığı yoldur
- **KT alan hastalarda curcumin gibi anti-oksidanların alınması zararlı olabilir**



Omega 3 Yağ Asidi (Balık Yağı)

- Sağlık üzerine olumlu etkileri var
- HT, Romatoid artrit, astım tedavisinde etkili olduğu düşünülüyor
- Koroner arter hastalığı riskini ve serum trigliserit düzeyini azalttığı gösterilmiş
- Meme ve AC kanserini azaltabileceği yönünde veriler var
- Ancak bu konudaki bilgiler **tartışmalı**
- Meme kanseri tedavisi sırasında KT'nin yan etkilerinden korunmak için yararlı olabilir.



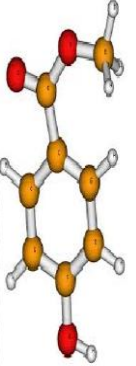
Kafein

Kafein ile meme kanseri
arasında bir ilişki
gösterilmemiştir.



Parabenler

- Deodorant gibi kozmetik ürünler içinde koruyucu madde olarak bulunan kimyasal maddelerdir
- Östrojenik etkisi olduğunu gösteren çalışmalar var
- Parabenlerin meme kanseri gelişme riski ile ilişkili olabileceği ileri sürülmüş
- Uzun süreli kullanımlarının emniyetli olduğunu gösteren çalışmalar da var
- Kozmetik ürünlerin yoğun şekilde kullanılmaması, ürün seçerken paraben içermeyen doğal, kaliteli ve güvenilir ürünler kullanılması tavsiye edilebilir.



Bisfenol A



- **BPA;** plastiđi sert hale getirmek için kullanılan organik bir madde
- Saklama kapları, damacana, içecek şişeleri, yemek kapları, parfüm ve deodorant kapakları gibi her tür plastik maddede bulunur
- Bilgisayarların plastik parçaları, kitap kapakları ve kasa fişlerinde bulunur
- Üreme ve cinsel fonksiyonları bozduğunu, Astım, Diyabet, Obezite, Kalp hastalıkları ve kansere neden olduğunu gösteren çok sayıda çalışma var.
- Kadınlarda **meme kanseri riskini arttırır**
- **BPA' yı harekete geçiren şey sıcaklık!**

Meme Protezi Takılması

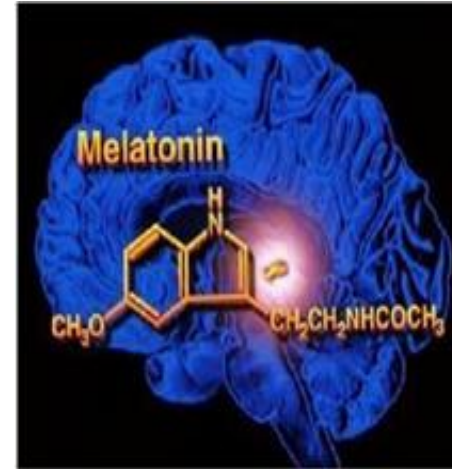
- Meme protezi takılması meme kanseri **riskini arttırmaz**
- Silikon protezi olan hastalara mammografi yapılabilir.
- Tecrübeli ellerde yapılan mammografi silikona zarar vermez
- Mammografi + US
- MR



Meslek



- Gece vardiyasında çalışan kişilerde meme kanseri oranının arttığını gösteren çalışmalar var
- Bu çalışmalar risk artışını **melatonin** hormon düzeylerinin değişmesiyle açıklıyor.
- **Melatonin**, antioksidan özellik gösterir ve bazı kanser hücrelerinin çoğalmasını engeller.
- Melatonin **gece karanlığında** en yüksek düzeye çıkar.
- Gece vardiyasında çalışmak melatonin düzeyini düşürüyor.



Meslek

- Gece uyku sırasında yatak odasında 60 Hz manyetik alana maruz kalanlarda **melatonin düzeyini düşer**
- Gece uyku sırasında bütün elektronik cihazlar kapatılmalı, istirahat edilen ortamda ışık kapalı olmalı.
- Meme kanseri riski yüksek olan kadınlar uyku düzenini bozulmayacağı meslekleri seçebilirler.



Genel Öneriler

- Yıllık meme taramalarınızı mutlaka yaptırın
- Düzenli beslenin
- Spor yapın
- Yaşam boyu zayıf kalmaya çalışın
- D vitamin düzeyinizi ölçtürün
- 20 li yaşlarda çocuk sahibi olun ve emzirin
- Sigara ve alkolden uzak durun



MEME KANSERİNİN BELİRTİLERİ

- Memede veya koltuk altında ele gelen sertlik veya kitle
- Memede büyüme, meme cildinde ödem, şişlik ve içe doğru çekintiler olması (portakal kabuğu görünümü)
- Meme başında kalınlaşma, kızarıklık veya yara olması
- Meme derisinde veya meme başında içeri doğru çekinti
- Meme başında ortaya çıkan akıntı (şeffaf, kanlı)
- Meme başında içe doğru çekilme, çökme veya şekil bozukluğu şekil bozukluğu veya asimetri

Meme başından kanlı akıntı



**MEME BAŞINDA
İÇERİ ÇEKİLME**



Memede portakal kabuğu görüntüsü

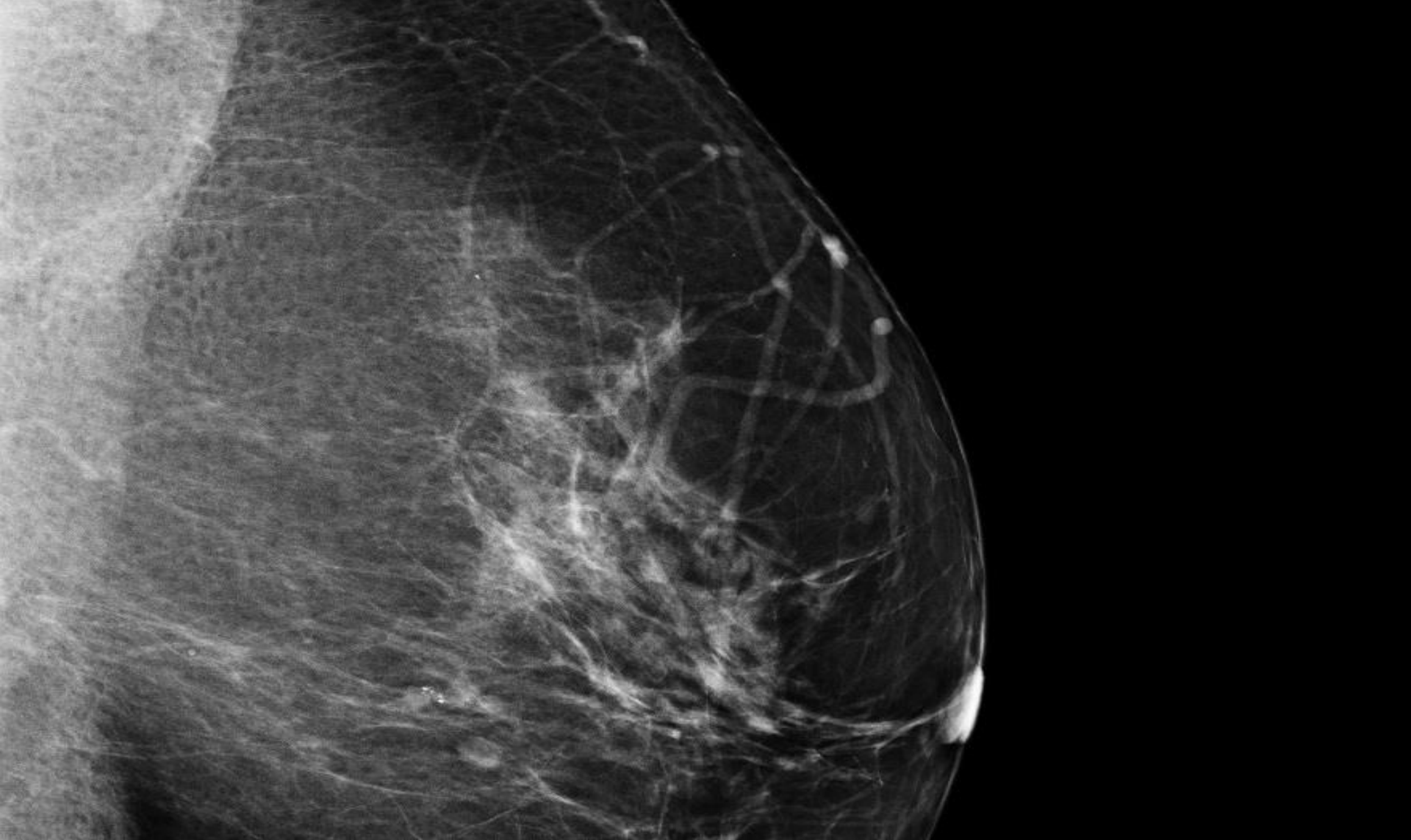


Meme Kanseri Tanısında Kullanılan Radyoloji Yöntemleri

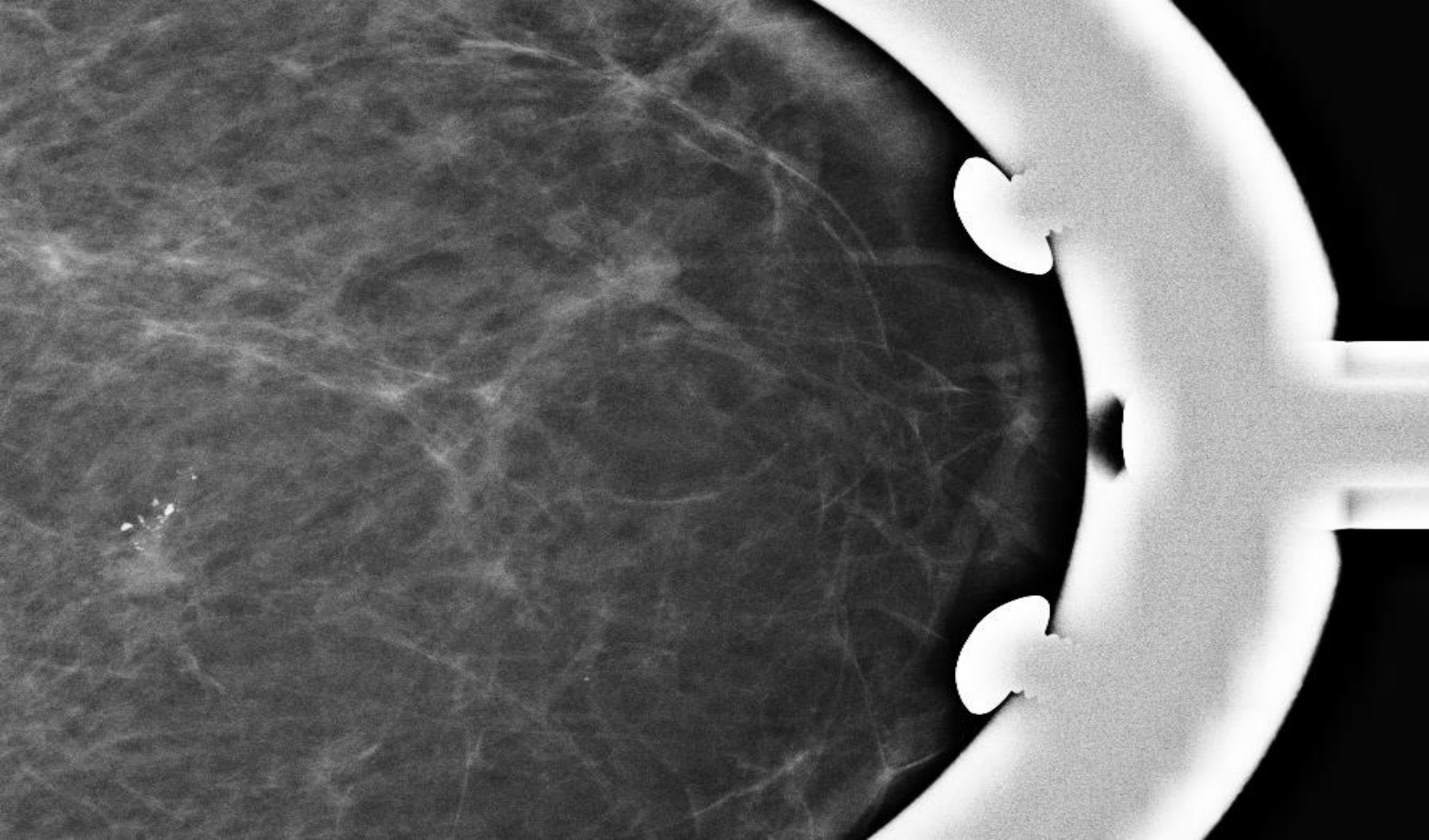
- Mammografi
- Ultrasonografi
- Duktografi
- Duktoskopi
- Meme MR
- Meme Tomosentez

Mammografi:

- Meme kanseri taramasında ve takipte kullanılır
- Meme kanserinin erken dönemde saptanmasında çok önemli bir yere sahiptir
- Meme kanser düşündüreren bulgular: speküler uzantıları olan veya olamayan kitleler, meme dokusunda asimetric kabalaşma ve gruplaşma eğiliminde olan mikrokalsifikasyonlardır
- Deneyimli ellerde bile %10 yanlış pozitiflik, %7 yanlış negatiflik görülebilir.
- Mammografi için tarama yaşı 40 yaştır
- Yüksek riskli kişilerde daha erken başlanmalıdır.



Sol meme karsinoma insitu-LMLO



Sol meme karsinoma insitu-spot grafi

Ultrasonografi:

- Kuşku mamografik bulguları açığa çıkarmada, kistik lezyonları ve solid kitlereri tanımlamada kullanılır.
- Özellikle dens meme dokusuna sahip kadınlarda mamografiye ilave tarama yöntemi olarak kullanılabilir.
- İnce veya kalın iğne biyopsilerinde rehber olarak kullanılır.
- Meme kanserini düşündüren US bulguları; düzensiz sınırlı solid kitleler, dopplerde kanlanma artışıdır.

B ETU HASTANESI

1/13 16:16:59

ADM

323765

MI 0.9

TIs 0.6

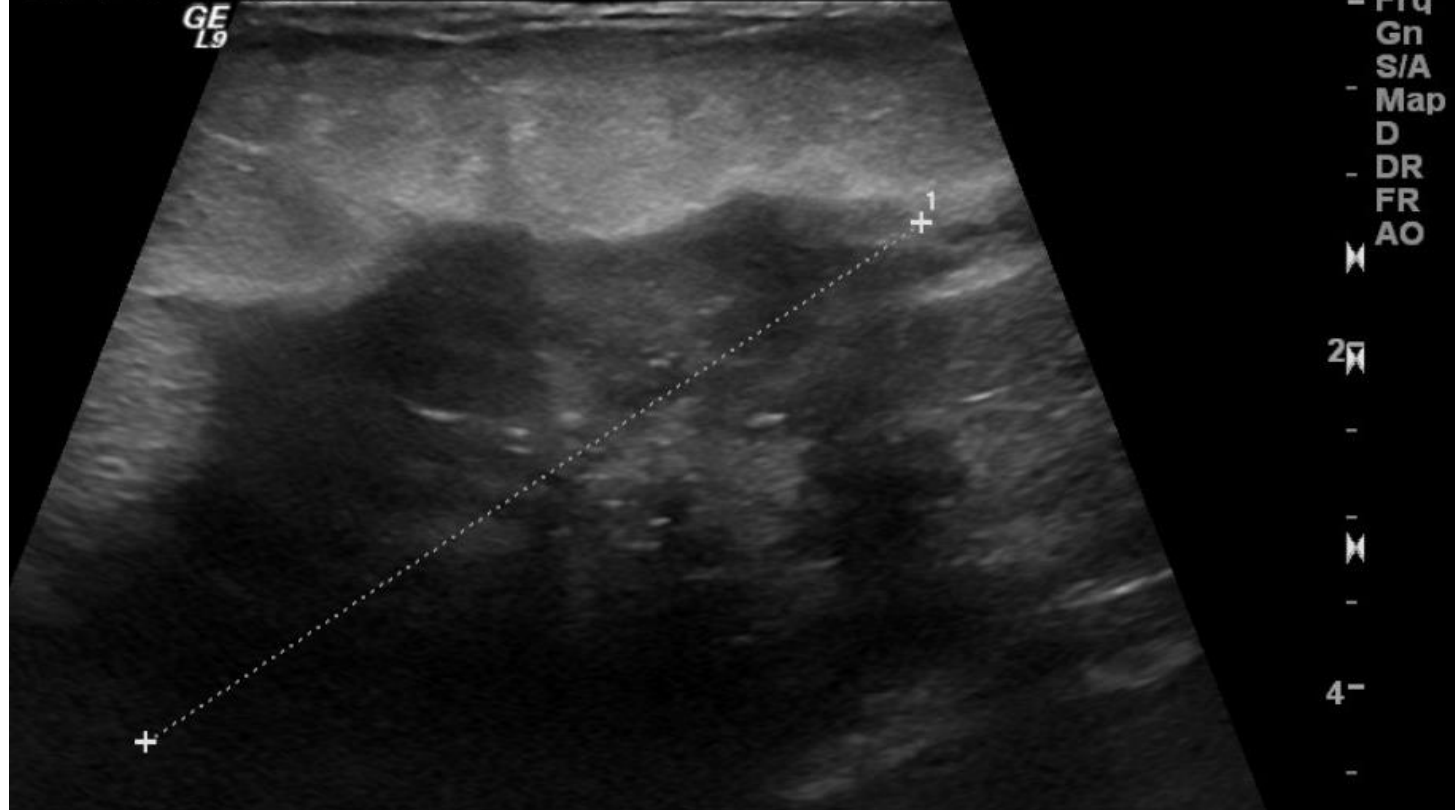
M1

--:--:--

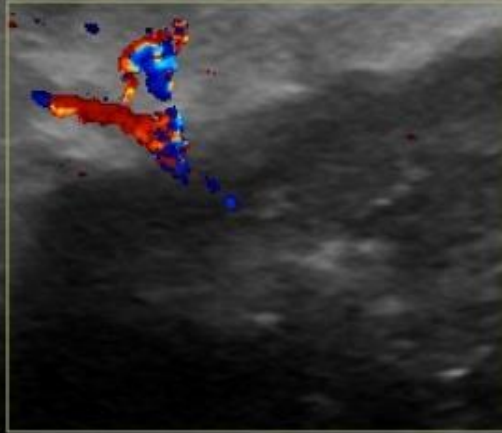
Br

ST 1-3 SOLID

GE
L9



SG- Sol Meme Ca

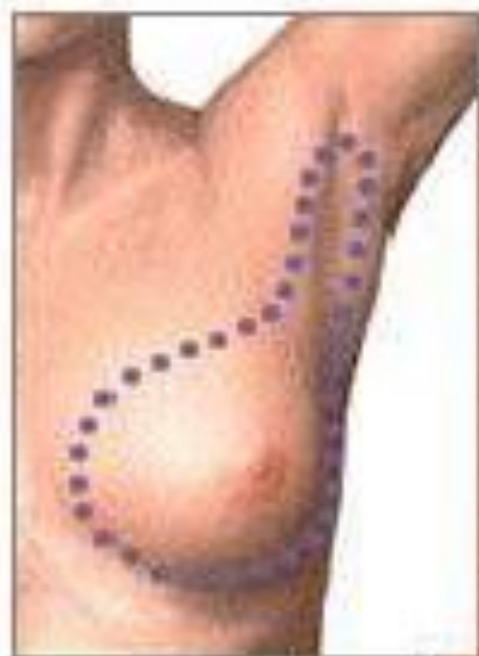
GE
L9

Meme Kanseri – Renkli Doppler US’de kanlanma

MEME KANSERİ TEDAVİSİ

- Cerrrahi tedavi
- Kemoterapi
- Hormon tedavisi
- Radyoterapi
- Hücresel/immünolojik tedavi

Modifiye Radikal Mastektomi



Meme

Lenf
nodları



Ameliyat sonrası

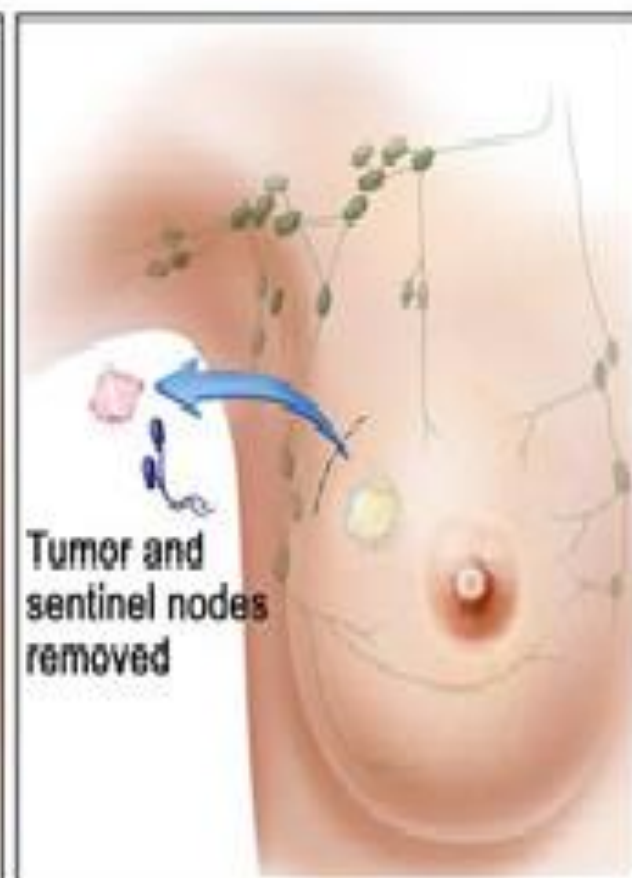
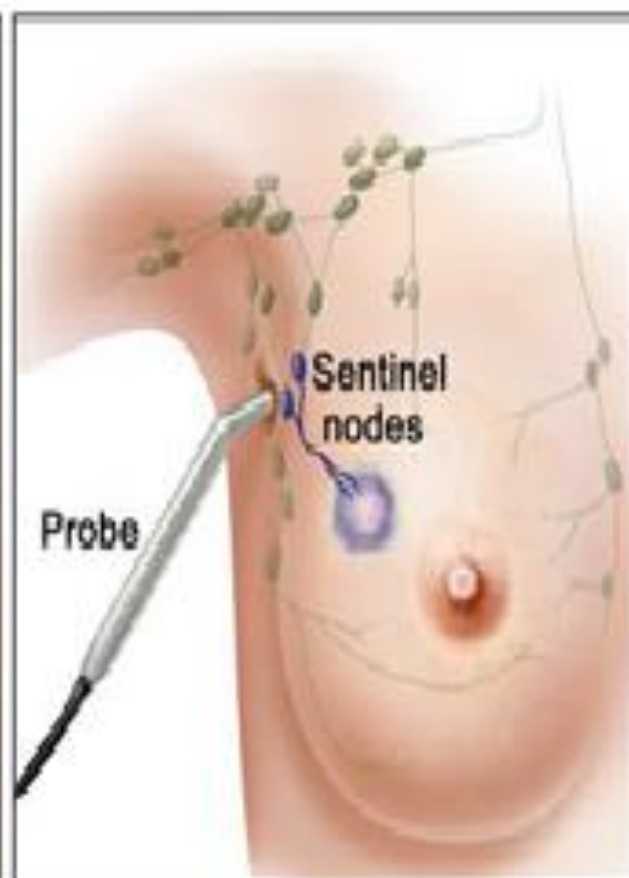
Meme Koruyucu Cerrahi



Önce



Sonra





Teşekkürler



Frig ve Hitit Uygarlıklarına ait
Kibele ve Kubaba
(Bolluk Bereket)