

MEME KANSERİNDE TARAMA



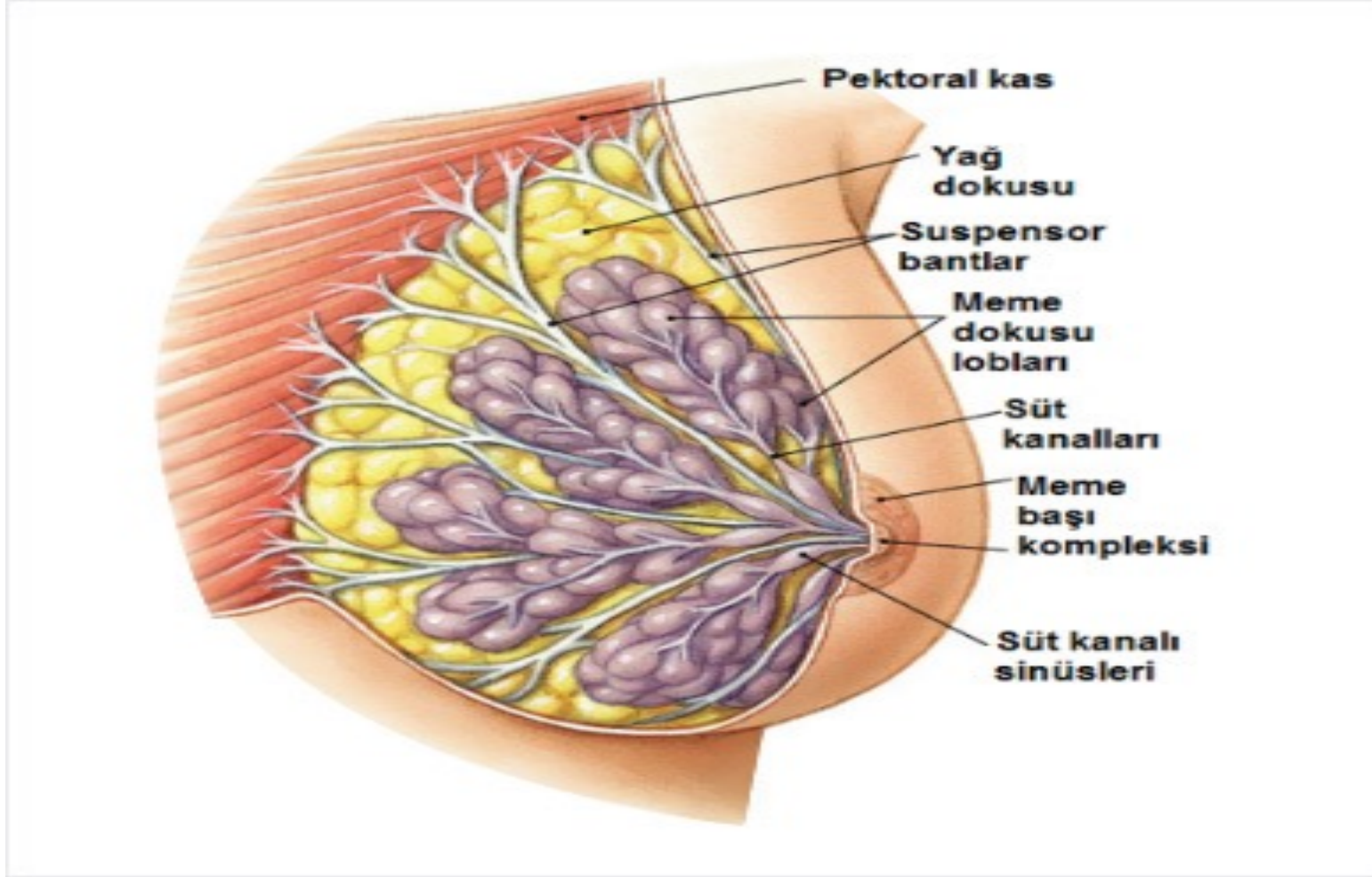
**BUÜ AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI
ONLINE INTERN SEMİNERİ NİSAN 2023
Hazırlayan: Araş. Gör. Dr. Elif Aycan TAŞKIN**

Sunum Planı

- Meme dokusu
- Meme kanseri nasıl oluşur?
- Meme kanseri risk faktörleri, belirtileri
- Meme kanserini neden taramalıyız?
- Meme kanserinde erken tanı
- Kendi kendine meme muayenesi
- Mamografi
- Tarama testi özellikleri



Meme Dokusu






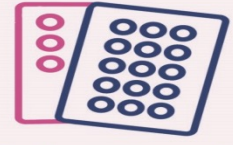
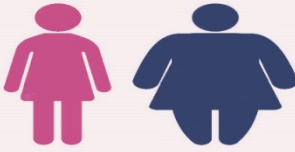







Meme Kanseri Nasıl Oluşur?



Meme Kanseri Risk Faktörleri



<p>Cinsiyet</p> 	<p>İleri Yaş</p> 	<p>Geçirilmiş Meme Kanseri Öyküsü</p> 	<p>Ailede Meme Kanseri Öyküsü</p> 
<p>Genetik Mutasyonlar</p> 	<p>Erken Adet Görmek ve Geç Menopoza Girmek</p> 	<p>Doğum Kontrol Haplarının Uzun Süre Kullanımı</p> 	
<p>Obezite</p> 	<p>Sigara ve Alkol Kullanımı</p> 	<p>Radyasyon (Işın) Tedavisi Almış Olmak</p> 	<p>Memede Hücresel Değişiklikler</p> 
<p>Hiç Doğum Yapmamış veya Geç Doğum Yapmış Olmak</p> 	<p>Hormon Replasman Tedavisi</p> 		

Belirtiler



Memede Kitle Ele Gelmesi



En sık rastlanılan bulgudur. Çoğunlukla ağrısız bir kitledir. Ele gelen kitle 2 farklı yapıda olabilir. İçi sıvı dolu kese halindeki kistler genellikle meme kanseri belirtileri arasında değildir. İçi farklı bir doku dolu solid kitleler ise mutlaka araştırılmalıdır.

Meme Derisinde Değişiklik



Bazen kitle olmadan da meme derisinde kızarıklık, şişme, kalınlaşma veya portakal kabuğu görünümü olması meme kanseri belirtisi olabilir.

Meme Başında Değişiklik



Meme başında yeni gelişen, içeri doğru bir çekinti olması meme kanseri belirtisi olabilir.

Meme Başından Akıntı



Her akıntı kanser anlamına gelmemektedir. Özellikle memeyi sıkmadan kendiliğinden gelen, kanlı veya kahve-siyah renkli akıntı varsa hekiminize başvurmalısınız.

Memede Şekil Değişikliği



Meme şeklinde ve boyutunda değişiklikler olabilir, asimetri gözlemlenebilir.

Koltuk Altında Ele Gelen Kitle



Kanser hücreleri, meme dokusundan gelen lenf sıvısını koltuk altı bezine taşır. Koltuk altı lenf bezlerindeki büyüme, kanser hücrelerinin koltuk altına ulaştığının göstergesi olabilir.

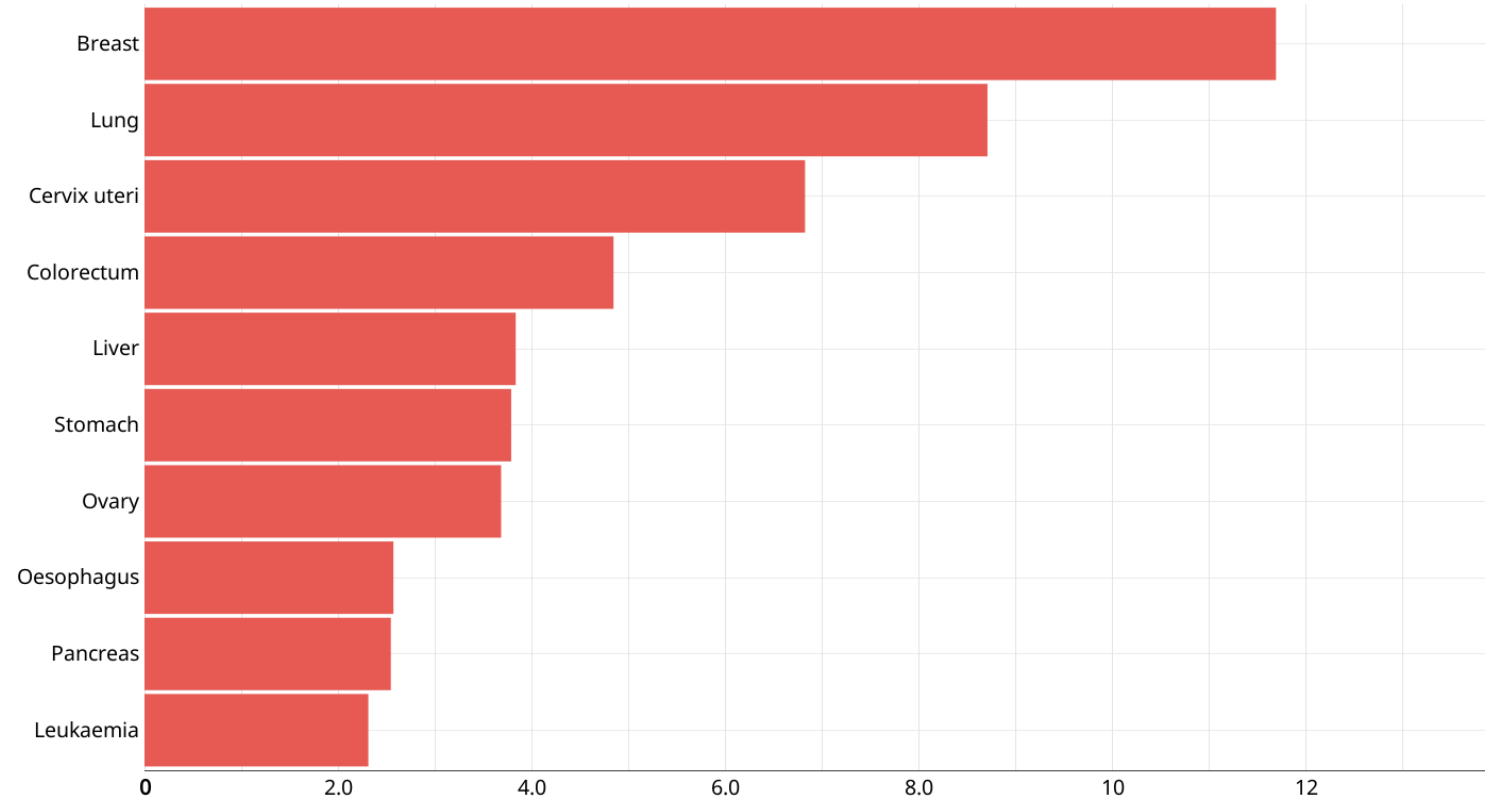
NEDEN MEME KANSERİNİ TARAMALIYIZ?



Neden Meme Kanserini Taramalıyız?



Estimated age-standardized mortality rates (World) in 2020, World, females, ages 0-74 (excl. NMSC)



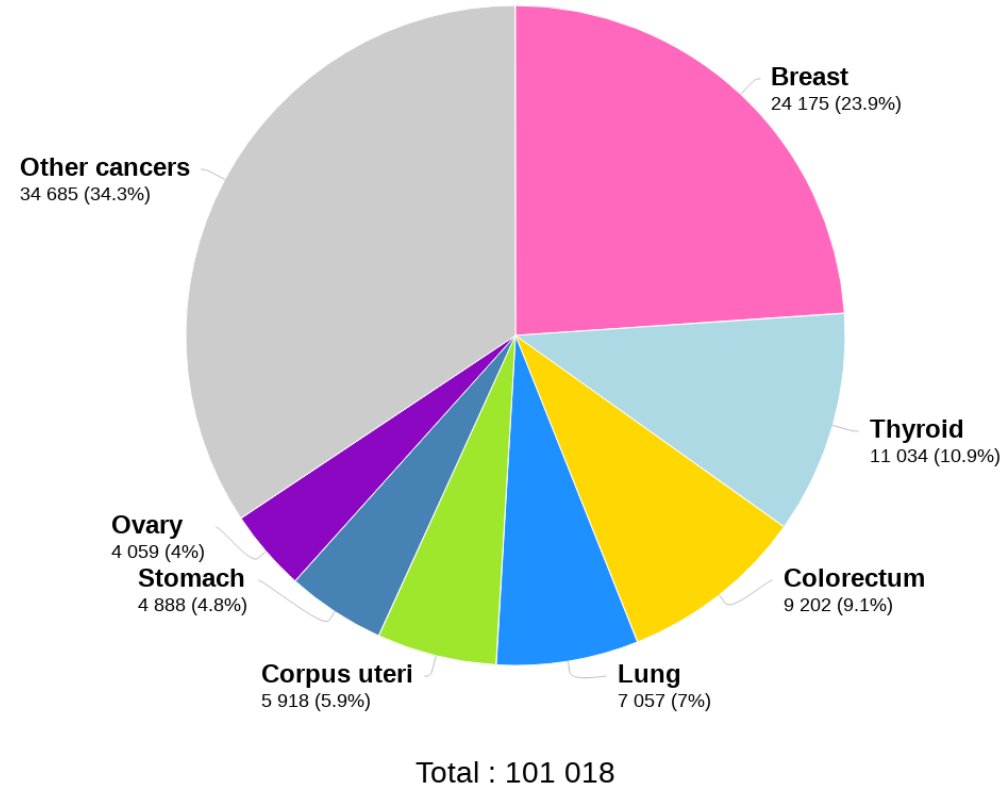
Data source: Globocan 2020
Graph production: Global Cancer
Observatory (<http://gco.iarc.fr>)

International Agency for Research on Cancer
World Health
Organization

Neden Meme Kanserini Taramalıyız?



Estimated number of new cases in 2020, Turkey, females, all ages



Meme kanserinde erken tanı

Kişisel (Kendi Kendine) Meme Muayenesi

Memenin elle muayene edilmesi ve gözlenmesidir. Tüm kadınlar her ay kendi kendine meme muayenesi yapmalıdır.

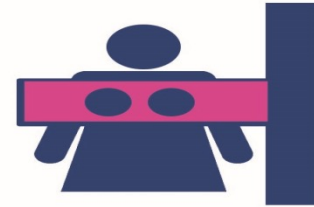


Klinik (Doktor Tarafından) Meme Muayenesi

20 yaşından sonra 1-3 yılda bir, 40 yaşından sonra her yıl doktor tarafından yapılan meme muayenesidir. Kadının taşıdığı risk faktörlerine göre muayene sıklığı değişebilir.

Mamografi

Memede, muayene ile saptanamayacak kadar küçük anormalliklerin tespit edilmesi amacıyla uygulanan mamografi yönteminde elde edilen sonuç, meme kanseri tanısında büyük önem taşımaktadır.



Kendi kendine meme muayenesi

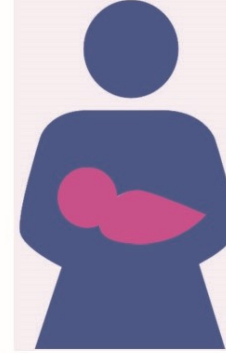
► Ne zaman yapılır? 



► 20 yaşını geçen her kadının adetinin bittiği tarihten sonra ilk hafta içinde



► Adet görmeyen kadınlarda her ayın belirli bir günü



▼ Emziren kadınlarda emzirme veya süt boşaltımı sonrası

Kendi kendine meme muayenesi



Kendi kendine meme muayenesi nasıl yapılır?

- Önce gözleyerek,
- Sonra elle yapılır.



Kendi kendine meme muayenesi



Gözleyerek yapılan muayene:

- Belden yukarısı çıplak olacak şekilde bir aynanın karşısına geçiniz.
- Her iki kol aşağı sarkacak şekilde bakınız.
- Her iki kol yukarı kaldırılarak bakınız.
- Her iki elinizi bele bastırarak bakınız.
- Her iki elinizi bele bastırırken öne doğru eğilerek bakınız.

Kendi kendine meme muayenesi



Elle yapılan muayene:

- Elinizin 2.3.4 parmakları ön yüzleri kullanınız.
- Hangi taraftaki meme muayene edilecek ise o taraftaki elinizi başınızın üstüne kaldırarak diğer eliniz ile dairesel hareketlerle meme bölgenizi muayene ediniz.
- Her iki meme bölgesini ayakta muayene ettikten sonra düz bir yatağa uzanarak aynı muayeneyi tekrar ediniz.



Kendi kendine meme muayenesi

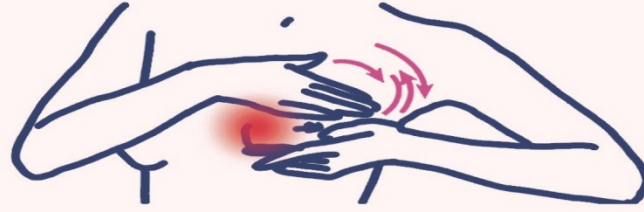
► Nelere dikkat edilmeli?



Memelerden birinde
anormal büyüme, şişlik
veya ele gelen kitle



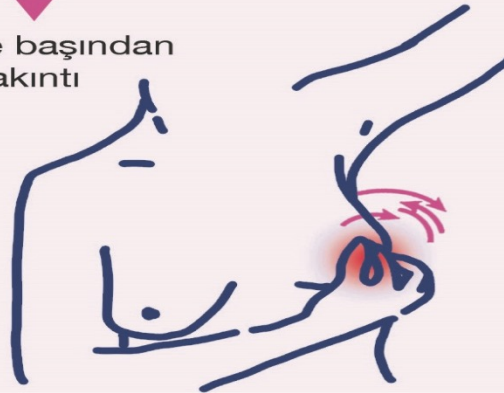
Meme derisinde kızarıklık
veya kalınlaşma



Meme başında
şekil veya renk değişikliği



Meme başından
akıntı



Kol altında
ele gelen kitle



Tarama Yöntemi



- Meme kanserinde ideal yöntem **iki yılda bir** uygulanacak **mamografi** ile taramadır.
- Tarama sırasında her iki meme için de birisi medyolateral oblik, öteki kranyokaudal olmak üzere ikişer poz film çekilmelidir.
- Taramanın etkili olması, yani “**meme kanseri mortalitesinin düşürülmesi**” şeklindeki amaca ulaşılabilmesi için, hedef nüfusun yüzde yetmişten fazlasının taramaya katılmış olması gerekmektedir.

Hedef Popülasyon



- ✓ 40-69 yaş aralığındaki kadınlar
- ✓ Ailede meme kanseri öyküsü varsa tarama 25 yaşında başlamaktadır.

Tarama sıklığı



- ✓ Taranacak popülasyon, aile hekimlerine kayıtlı bireyler esas alınarak tanımlanmalı ve geliştirilecek davet yöntemleriyle **2 yılda bir** tekrarlanmalıdır.

Taramanın Yürütüldüğü Yer



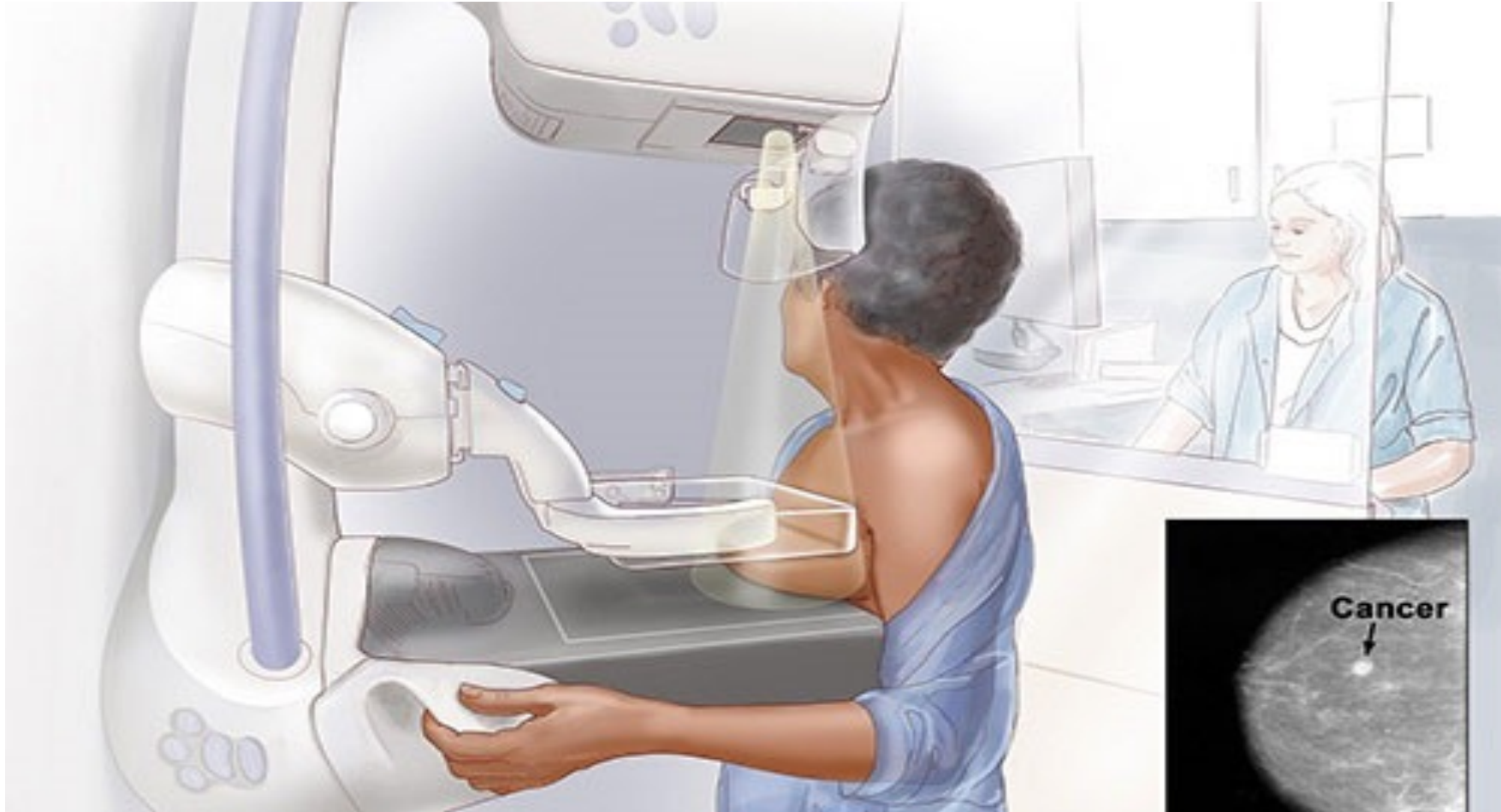
- Ulusal toplum tabanlı meme kanseri taramaları;
 - Aile Sağlığı Merkezleri (ASM)
 - Toplum Sağlığı Merkezleri (TSM) bünyesindeki **Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri (KETEM)** tarafından yürütülür.

Taramanın Yürütüldüğü Yer



- ASM'de veya TSM'de (KETEM) tarama yaş aralığındaki kadınlar davet edilerek meme kanseri ve mamografi çekimi konusunda gerekli bilgilendirme yapılır.
- Kanser Dairesi'nce hazırlanılmış olan bilgilendirilmiş onam formları imzalatılır.
- Kişi bilgileri AHBS'ye ya da TSM birimlerindeki (KETEM) kişisel dosyasına işlenir.
- Bu işlemleri ASM'lerde ilgili aile hekimleri, TSM'lerde ise sorumlu hekimler takip eder.

Mamografi



Mamografi

Meme Yoğunluęu

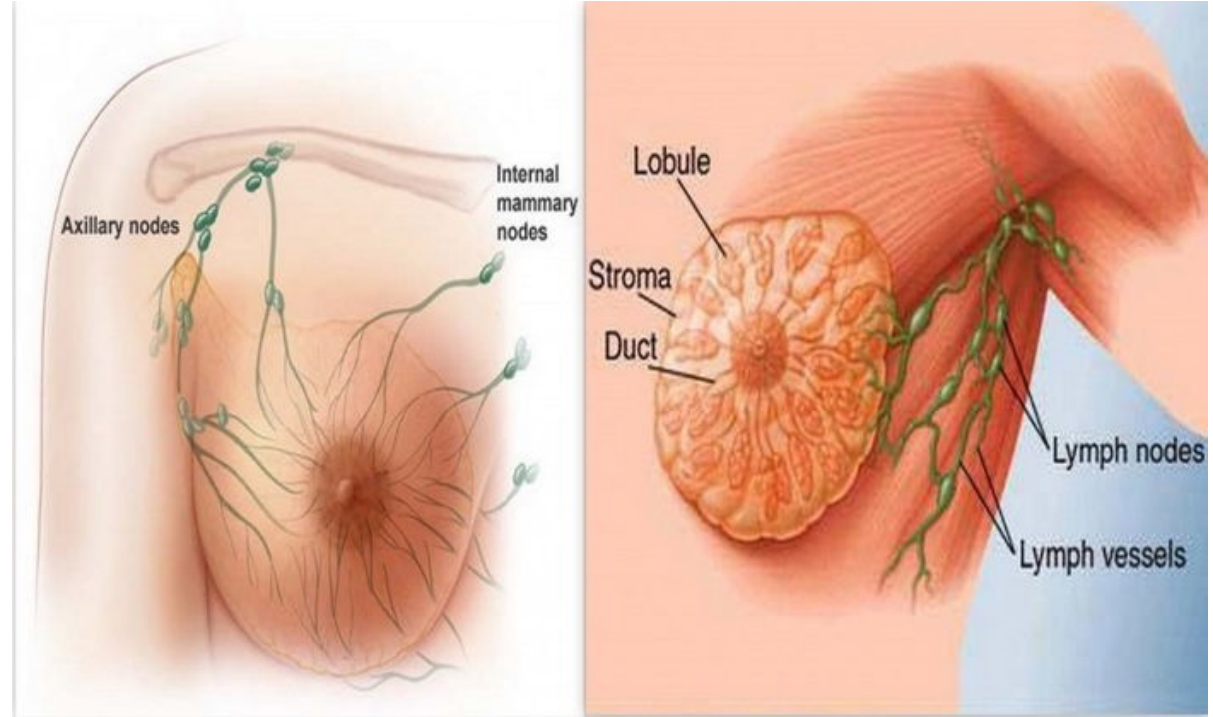
- Tip 1 meme: Neredeyse tamamen yağ dokusundan ibaret meme
- Tip 2 meme: Yağ dokusu içerinden bir miktar glandüler ve fibroz doku görülen meme
- Tip 3 meme: Glandüler ve fibroz dokunun daha fazla olduğu, küçük lezyonların görülmesinin zorlaştığı meme
- Tip 4 meme: Mamografide tamamına yakınının glandüler ve fibröz dokulardan oluştuğu, kitlelerin gözden kaçabileceği meme

Mamografi Bİ-RADS Sınıflaması

- 0: Geri çağırma; ek inceleme gerekir
- 1: Negatif mamogram
- 2: Benign bulgular
- 3: **Olası benign bulgular; kısa süreli takip**
- 4: Kuşkulu bulgular; biyopsi önerilir
- 5: Malign kriter gösteren bulgular; biyopsi ve tanı gereklidir
- 6: Bilinen malign lezyon var

VAKA

- Ö.G. 42 yaş kadın hasta
- 15y 20y iki kızı var
- Kr. hast: Meme CA(2018)
- Ki: Tamoksit
- Op: Mastektomi
- Allerji: yok
- Aile öyküsü: Annane meme ca(65y), anne meme ca(58y), teyzesi meme ca, kuzeni meme ca tanılı
- Mutasyon kendisinde saptanmamış.
- Mamografi sonucu:
TİP3 ve BiRADS 0



VAKA

Rapor

BİLATERAL MAMOGRAFİ (CC-MLO)

Her iki meme glandüler dokudan zengin yapıdadır (Tip 3).

Her iki memede post-op değişiklikler izlenmektedir.

Her iki memede kitle ile uyumlu opasite saptanmadı.

Malign kuşkulu mikrokalsifikasyon kümesi saptanmadı.

BİRADS : 0 (Parankim yapısı nedeniyle US ile değerlendirme önerilir.)

Kategori:

0- Ek inceleme gerekiyor.

1- Normal

2- Benign bulgular

3- Yüksek oranda benign

4- Şüpheli (4a- Düşük 4b- Orta 4c- Yüksek)

5- Yüksek oranda malign

6- Bilinen malignite

- Ö.G. 42 yaş kadın hasta
- 15y 20y iki kızı var
- Kr. hast: Meme CA(2018)
- Ki: Tamoksit
- Op: Mastektomi
- Allerji: yok
- Aile öyküsü: Annane meme ca(65y), anne meme ca(58y), teyzesi meme ca, kuzeni meme ca tanılı
- Mutasyon kendisinde saptanmamış.
- Mamografi sonucu:
TİP3 ve BİRADS 0

Mamografinin sınırlıkları

- Mamografi tüm kanserleri saptayamaz
- Mamografinin sensitivitesi → %85-90
- Düşük doz radyasyon maruziyeti

- Memenin elle muayenesinde memenin çaprazında kalan elin, orta üç parmağının (işaret, orta ve yüzük parmağı) iç yüzeylerini kullanın
- Parmaklarınızı birbirine yapışık ve göğüs duvarına paralel tutun.
- Memedeki kiteller farklı derinliklerde olabilir, bu nedenle parmaklarınızla aynı noktada daire çizerken üç farklı basınçla (hafif, orta, şiddetli) parmaklarınızı bastırarak hareket edin.



Elle Sirküler Teknik

Elle Vertikal Çizgiler



Elle İyon Tazında

- Aynı teknikle koltuk altını kontrol edin. (Muayene edilecek koltuk altı rahat, gergin olmamalı)



Size hangi muayene şekli uygunsa her muayenede aynı muayene şeklini kullanın.

Düzenli KKMM yaparsanız meme dokunuzu tanıyıp oluşturan farklılıkları anlayabilirsiniz.

Memeyi hangi şekilde muayene ediyorsanız her zaman aynı şekilde muayene edin.

HAYATINIZ BİZİM İÇİN DEĞERLİDİR



Kendi Kendine Meme Muayenesi

MEME KANSERİ TARAMASINDA ULUSAL STANDARTLAR

- Kendi kendine meme muayenesi (her ay)
- Klinik meme muayenesi (40-69 yaş 2 yılda bir)
- Mamografi (40-69 yaş 2 yılda bir) olarak belirlenmiştir.

KENDİ KENDİNE MEME MUAYENESİ (KKMM)

Her kadın

- 20 yaşından itibaren ayda bir olmak üzere ömür boyu meme muayenesi yapmalıdır.

KENDİ KENDİNE MEME MUAYENESİ İÇİN EN UYGUN ZAMAN

- Adet kanaması gören kadınlar için, adet başladığı günü 1. gün sayıp sonraki 7-10 gün arası
- Adet görmeyen kadınlar için, akılda kalması için her ayın belli bir günü
- Emziren kadınlarda, emzirmeyi takiben, memelerdeki süt boşaldıktan sonra
- Doğum kontrol hapi kullanan kadınlarda, her yeni ilaç kutusuna başlamadan önceki gün yapılmalıdır.

KENDİ KENDİNE MEME MUAYENESİ NASIL YAPILIR ?

Gözlemleyerek muayene; Aynanın önünde aşağıdaki farklı pozisyonlarda gözlem yapın:



1. Kollar iki yanda zenlik ve gevrek

2. Kollar balda

3. Kollar her iki yanda belden üzerine kaldırılmış

4. Kollar her iki yanda gövde öne doğru eğilmiş

Gözlem sonucunda aşağıdakilerden biri veya birkaç görülürse hekime başvurulmalıdır!



Dokunarak Muayene;

Elle Muayene
Sırtüstü yatarak (ideal olan),



Duşta,
Ayakta yapılabilir

Elle Muayene Edilecek Bölgeler

- Memenin kendisi ve meme başları
- Koltuk altı ve meme altı bölgeleri
Alt Sınır: Sütünin alt çizgisi
Üst Sınır: Köprücük kemiği
Dış Sınır: Koltuk altı ortasından aşağıya inen sınır
İç Sınır: Göğüs orta hattı
- Meme başını nazikçe sıkarak akıntı gelip gelmediğini kontrol edin.



Testlerin Değerlendirilmesi



- TSM Birimlerinde meme kanseri tarama test sonuçları kişinin kişisel dosyasına işlenir ve haftada bir Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar, Programlar ve Kanser Birimi'ne bildirilir.
- Kanser birimi AHBS'ye kaydedilmek üzere ASM'lere bildirir.
- Kişiler, en geç 20 gün içinde sonuç ve bundan sonraki süreç hakkında bilgilendirilir, gerekli yönlendirmeler yapılır.

Normal sonucu olan hastalarda uygulanacak yöntem

- Mamografi raporunun normal gelmesi durumunda kişi bilgilendirilir.
- Çekilen mamografide meme kanserini düşündürecek bir görüntü olmadığı söylenir.
- **Bu sonuç meme kanseri olmadığını veya ileride asla olmayacağını garantilemez.**
- Kişiye, 2 yıl sonra tekrar meme kanseri taraması yaptırması söylenir.

Anormal sonucu olan hastalarda uygulanacak yöntem



- Mamografi raporunda bir patoloji olduğunun raporlanmasıdır..
- Bu sonuç, **kesin kanser tanısı değildir**, ancak kişinin tekrar değerlendirilmesi gerektiğini gösterir.
- Kesin teşhisin konulabilmesi için memenin daha ayrıntılı bir şekilde muayene edilmesi ve gerekirse biyopsi yapılması gerekir.
- Bunun için birey ileri merkezlerdeki **Genel Cerrahi uzmanlarına** yönlendirilir.

Tarama Testlerinin Kabul Edilmemesi Durumunda



- Bireylere meme kanseri ve taraması hakkında gerekli eğitim verildikten sonra, kişi taramayı ret edebilir.
- Bireyin kendi isteği ile mamografi çektirmek istemediği ASM'lerde AHBS'ye, TSM birimlerinde ise bireylerin kişisel dosyasına işlenir ve **imzalı beyanları** alınır.
- Bir yıl sonra taramaya tekrar davet edilir.



Elle muayene edilecek bölgeler

- Memenin kendisi ve meme başları
- Koltuk altı ve meme altı bölgesi
 - Alt sınır: Sütyenin alt çizgisi
 - Üst sınır: Köprücük kemiği
 - Dış sınır: Koltuk altı ortasından aşağıya inen sınır
 - İç sınır: Göğüs orta hattı
- Meme başını nazikçe sıkarak akıntı gelip gelmediğini kontrol edin.
- Memenin elle muayenesinde memenin çarpazında kalan elin, orta üç parmağının (işaret, orta ve yüzük parmağı) iç yüzeylerini kullanın.
- Parmaklarınızı birbirine yapışık ve göğüs duvarına paralel tutun.
- Memedeki kitleler farklı derinliklerde olabilir.
- Bu nedenle parmaklarınızla aynı noktada daire çizerken üç farklı basınçla (hafif, orta, şiddetli) parmaklarınızı bastırarak hareket ettirin.
- Aynı teknikle koltuk altını kontrol edin. (Muayene edilecek koltuk altı rahat olmalı, gergin olmamalı).

Size hangi muayene şekli uygunsa her muayenede aynı muayene şeklini kullanın.

Gözlem sonucunda aşağıdakilerden biri veya birkaçı görülürse hekime başvurulmalıdır!

- 1) Memede kitle görünümü
- 2) Memelerden birinde anormal büyüme
- 3) Memelerden birinin diğerinden sarkık olması
- 4) Meme cildinde buruşukluk, damarlanmada artma
- 5) Meme ucundan kanlı akıntı
- 6) Meme ucunda çukurlaşma
- 7) Meme ucu renginde değişiklik
- 8) Memeye komşu lenf bezlerinde büyüme
- 9) Üst kolda anormal şişlik

40-69 yaş aralığındaki kadınlar,
• mamografi için KETEM veya •
Aile Hekimine başvurmalıdır.

**SAĞLIĞINIZ
BİZİM İÇİN
DEĞERLİDİR**

Kendi kendine meme muayenesini düzenli olarak yaparsanız meme dokunuzu tanıyabilir ve oluşan farklılıkları anlayabilirsiniz.



MEME KANSERİ

**Geç Kalma
Sağlıklı Kal**



MEME KANSERİ KADERİNİZ OLMASIN

Meme kanseri

- Mamografi çekilerek erken dönemde tespit edilebilen kanser türlerinden biridir.
- Bu dönemdeki tespit durumunda meme kanserinin iyileşme şansı %98'dir.

Erken tespit için kadınların;

- Düzenli olarak kendi kendine muayene yapmaları,
- Sağlık personeline muayene yaptirmaları,
- Mamografi çektirmeleri gereklidir.

Kendi kendine meme muayenesi

- 20 yaşından sonra her kadın, her ay kendi kendine muayene yapmalıdır.
- Kendi kendine muayene, ideal olarak adet başlangıcından 7-10 gün sonra ayda bir kez yapılmalıdır.
- Eğer kadın adet görmüyor, yani menopozda ise yine her ay, aynı günlerde muayene yapılmalıdır.

Aylık rutin kontrollerinizi yapmayı ihmal etmeyin.

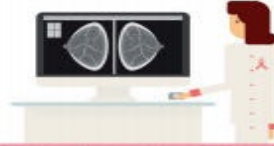


Klinik meme muayenesi

- 20 yaşından sonra her kadın, 2 yılda bir sağlık personeline muayene yaptırmalıdır.
- 40 yaşından sonra ise her yıl sağlık personeline muayene yaptırmalıdır.

Mamografi

- 40 yaşından sonra her kadın, 2 yılda bir mamografi çektirmelidir.
- Bir mamografi için en uygun zaman meme dokusunun en az hassas olduğu, adet dönemini takip eden ilk haftadır.



KENDİ KENDİNE MEME MUAYENESİ

Her kadın

- 20 yaşından itibaren ayda bir olmak üzere ömür boyu muayene yapılmalıdır.

Kendi kendine meme muayenesi için en uygun zaman

- Adet kanaması gören kadınlar için adet başladığı günü 1. gün sayıp sonraki 7-10 gün arası,
- Adet görmeyen kadınlar için akılda kalması için her ayın belli bir günü,
- Emziren kadınlarda, emzirmeyi takiben, memelerdeki süt boşaldıktan sonra,
- Doğum kontrol hapı kullanan kadınlarda, her yeni ilaç kutusuna başlamadan önceki gün yapılmalıdır.

Kendi kendine meme muayenesi nasıl yapılır?

Gözlemleyerek muayene

Aynanın önünde aşağıdaki farklı pozisyonlarda gözlem yapın:

- 1) Kollar iki yanda sarkık ve gevşek
- 2) Eller belde
- 3) Kollar her iki yanda başın üzerine kaldırılmış
- 4) Kollar her iki yanda gövde öne doğru eğilmiş



Dokunarak (Elle) muayene

- Sırtüstü yatarak (İdeal olan)
- Duşta, ayakta

**NEDEN 70YAŞ VE ÜZERİNİ
TARAMIYORUZ?**



Tarama Testleri

1. Taranan hastalık toplum için **önemli sağlık sorunu** olmalı
2. Taranacak hastalığın tanınması için latent veya erken semptomatik bir dönemi bulunmalı
3. Taranan **hastalığın doğal gidişi** tüm klinik şekilleri iyice bilinmeli
4. Hastalığın tanı, tedavi ve izlemeleri için gerekli muayene, laboratuvar, personel vb. **olanaklar yeterli olmalı**
5. Hastalık için toplum taramasında kullanılacak **pratik tanı testi veya muayene yöntemi** olmalı
6. Taramada kullanılacak testler toplum tarafından **kabul edilebilir** olmalı

Tarama testleri

7. Tanı testlerinin seçiciliği ve duyarlılığı mümkün olduğu kadar yüksek olmalı
8. Tarama sonucu bulunan hastalığın iyileşmesi için ve/veya ilerlemesini durdurabilecek **uygun tedavi yöntemi** olmalı
9. Taramada saptanan çeşitli evrelerdeki hastaların tedavileri için fikir birliğine varılmış **tedavi protokolleri** olmalı
10. Taramada bulunan vakaların sayısı yüksek, bunların erken tanı ve tedavi masrafları, tarama masrafından az olmalı, **maliyet-yarar dengesi** iyi korunmalı

Sensitivite (Duyarlılık)

- **Duyarlılık** veya **sensitivite** bir testin, **hastalar içinden gerçek hastaları ayırma yeteneğini** gösterir.
- Bir testin duyarlılığın %100 olması, o testin tüm hastaları doğru olarak tanımlayabildiğini gösterir.
- Eğer bir test tarama amacı ile kullanılıyorsa duyarlılığı yüksek yani **yanlış negatiflik oranı düşük** olmalıdır.

Eve götür mesajı



Kadınlarda meme kanseri tarama programı kapsamında;

- Ayda bir kendi kendine meme muayenesi
- Yılda bir klinik meme muayenesi
- 40-69 yaş arası kadınlara **2 yılda bir mamografi** çekimi

Kaynaklar



- ✓ Sağlık bakanlığı Sağlık İstatistikleri Yıllığı
- ✓ WHO GLOBOCAN 2020 Türkiye
- ✓ Türkiye Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Kanser Daire Başkanlığı
- ✓ Bursa İl Sağlık Müdürlüğü KETEM
- ✓ Türk Tıbbi Onkoloji Derneği

Teşekkürler

