



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

BİLGİ NOTU

Tarih: 7.10.2025

Sayfa No:1 / 3

BİRİM

Kanser Daire Başkanlığı

KONU: 1-31 EKİM MEME KANSERİ FARKINDALIK AYI

Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de Ekim ayı, “**Meme Kanseri Farkındalık Ayı**” olarak kabul edilmektedir. Her yıl Ekim ayında kamu kurumları, sivil toplum kuruluşları, akademisyenler ve medya organları iş birliği ile toplumda farkındalık oluşturacak etkinlikler gerçekleştirilmektedir.

Bu çalışmaların amacı; toplumun meme kanserine neden olan risk faktörleri hakkında bilgilendirilmesi ve erken teşhis için düzenli taramaların zamanında yaptırılmasının teşvik edilmesidir.

Meme Kanseri Hakkında Temel Bilgiler

Meme kanseri, dünyada ve ülkemizde kadınlarda en sık görülen kanser türüdür. Genellikle memedeki süt salgılayan bezlerde (lobüller) veya süt taşıyan kanallarda (duktuslar) başlar. Daha nadir olarak meme dokusundaki yağ veya bağ dokusunda da gelişebilir.

Dünya Sağlık Örgütü Uluslararası Kanser Araştırmaları Ajansı verilerine göre her yıl yaklaşık 2,3 milyon kadına meme kanseri teşhisi konmaktadır. Bu hastalık, kadınlarda yeni tanı konulan tüm kanserlerin %23,8’ini oluşturarak **birinci sırada yer almaktadır**. Ülkemizde ise yılda yaklaşık 27 bin kadına meme kanseri tanısı konmakta ve **her 18 kadından biri, yaşamı boyunca bu hastalığa yakalanma riski taşımaktadır**. Bu nedenle meme kanseri, erken teşhis ve bilinçlendirme yoluyla etkili bir şekilde mücadele edilmesi gereken önemli bir halk sağlığı sorunudur.

Meme Kanserin Belirtileri Nelerdir?

Erken dönemde meme kanseri genellikle belirti vermez. Bu nedenle tarama büyük önem taşır. **Meme kanserinin en sık rastlanan belirtisi; memede ağrısız, zamanla büyüyen bir yumrunun (kitlenin) ele gelmesi, hissedilmesidir.**

Ayrıca ele gelen kitle olsa da olmasa da aşağıdaki belirtiler meme kanserinin habercisi olabilir:

- Memede ele gelen kitle
- Memenin şeklinde/boyutunda değişiklik
- Meme cildinde portakal kabuğu görünümü
- Meme ucundan gelen kanlı akıntı
- Meme ucu veya derisinde çekilme,
- Memede kızarıklık, kalınlaşma,
- Meme ucunda içe çöküntü, kabuklanma
- Koltuk altında veya köprücük kemiği çevresinde şişlik veya kitle

Bu tür belirtilerin varlığında vakit kaybetmeden bir sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

BİLGİ NOTU

Tarih: 7.10.2025

Sayfa No:2 / 3

BİRİM

Kanser Daire Başkanlığı

Meme Kanseri Risk Faktörleri

Meme kanseri, genetik yatkınlık ve çevresel faktörlerin birleşimiyle ortaya çıkabilir. Meme kanserine neden olan risk faktörleri aşağıda sıralanmıştır.

- Tütün ve tütün ürünleri kullanmak
- Hiç doğum yapmamış veya geç doğum yapmış olmak
- Hiç bebek emzirmemiş olmak
- Menopoz sonrası iki yıldan uzun süreyle hormon ilacı kullanmak (HRT)
- Hareketsiz bir yaşam sürmek
- Fazla kilolu ya da şişman olmak
- Alkol kullanmak
- Yoğun meme dokusuna sahip olmak
- Erken adet görmek ve geç menapoza girmek
- BRCA1, BRCA2 gibi belirli genlere sahip olmak
- Göğüs kafesi bölgesine radyoterapi almış olmak

Sağlıklı yaşam alışkanlıkları geliştirerek bu risk faktörlerinin çoğu azaltılabilir. Özellikle düzenli fiziksel aktiviteler yaparak, dengeli beslenerek, tütün ve alkolden uzak durarak, ideal kiloyu koruyarak ve stresi kontrol altında tutarak meme kanseri riski azaltılabilir.

Meme Kanserinde Erken Teşhisin Önemi

Meme kanseri ile mücadelede en etkili strateji, hastalığı **erken evrede yakalamaktır**. Erken teşhis edilen vakalarda tedaviye yanıt oranı çok daha yüksek olduğundan, bu yaklaşım **hayat kurtarıcı bir önlem** olarak öne çıkmaktadır. Bu bilinçle Sağlık Bakanlığımız, ülke çapında yürütülen **kanser tarama programlarıyla** meme kanseri farkındalığını artırmayı ve erken tanı oranlarını yükseltmeyi hedeflemektedir.

Son yıllarda yapılan çalışmalar ve istatistikler, bu programların etkinliğini açıkça göstermektedir. Ulusal kanser verilerine göre, yeni tanı alan meme kanserlerinin %42,9'u **lokalize**, yani sadece meme ile sınırlı iken, %12,5'i **uzak organlara yayılmış** durumdadır. Bu durum, erken tanının ve düzenli taramaların önemini bir kez daha ortaya koymaktadır.



Meme Kanseriinde Erken Teşhis ve Ücretsiz Tarama Hizmetleri

Meme kanseriyle mücadelede en etkili strateji, erken teşhistir. Erken teşhis edilen meme kanseri vakalarının tedaviye yanıt verme oranı çok daha yüksektir. Bu nedenle ülkemizde Ulusal Kanser Kontrol Programı kapsamında Toplum Sağlığı Merkezleri (TSM), Sağlıklı Hayat Merkezleri (SHM), Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri (KETEM), Aile Sağlığı Merkezleri (ASM) ve Mobil Kanser Tarama Araçları aracılığıyla, birinci basamak sağlık kuruluşlarında **ücretsiz** olarak kanser taramaları yapılmaktadır.

Ulusal Meme Kanseri Tarama Standartları:

- 20 yaşından itibaren: Ayda bir kendi kendine meme muayenesi yapılmalı
- 20-39 yaş arasında : İki yılda bir klinik meme muayenesi yaptırılmalı
- **40-69 yaş arası kadınlar:** Yılda bir klinik meme muayenesi yaptırılmalı ve **iki yılda bir mamografi çektirilmelidir.**

Meme Kanseriinde Tedavi Seçenekleri Nelerdir?

Meme kanseri, her hastada farklı özellikler gösterebilir. Bu nedenle tedavi planı, hastanın yaşına, kanserin evresine, genetik özelliklerine ve diğer sağlık durumlarına göre kişiye özel olarak belirlenir.

Başlıca tedavi yöntemleri:

- Cerrahi müdahale
- Hormon tedavileri
- Kemoterapi (ilaç tedavisi)
- Hedefe yönelik ve immünoterapiler
- Radyoterapi (ışın tedavisi)

Erken tanı konulan hastalarda sağ kalım oranı %90'a kadar çıkabilmektedir. Bu da tarama ve farkındalık çalışmalarının ne denli önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Meme kanseriyle mücadelenin en önemli adımı; bilinçli bir toplum oluşturmak ve kadınları erken tanı konusunda teşvik etmektir. Ekim ayı boyunca yürütülen farkındalık kampanyaları, kadınları tarama programlarına yönlendirmek ve risk faktörleri hakkında bilgi vermek açısından büyük önem taşımaktadır.



“Muayeneni yap farkında ol”
“Memenizi tanıyın, sağlığınıza koruyun”
“Farkında ol, harekete geç”
“Kanserde erken teşhis, hayat kurtarır”

