



## KONU: 1-7 NİSAN ULUSAL KANSER HAFTASI

Uluslararası Kanser Araştırmaları Kurumu (IARC) çevresel ve yaşam tarzı faktörlerinin, küresel kanser yükünün yaklaşık %50'sine katkıda bulunduğunu, nedenleri hâlâ bilinmeyen kalan %50'lik kanser yüküne de etki yapmasının muhtemel olduğunu vurgulamaktadır. Ülkemizde yılda yaklaşık **240 bin kanser vakası** teşhisi konulmaktadır; 2045 yılında bu sayının 419 bine ulaşacağı tahmin edilmektedir. Ülkemizde 75 yaşına kadar her 4 kişiden 1'inin kansere yakalanacağı ve her 8 kişiden 1'inin ise kanser nedeniyle hayatını kaybedeceği tahmin edilmektedir.

Ulusal düzeyde alınacak önleyici tedbirler ve yaşam tarzında yapılacak değişiklikler ile 2045 yılında ortaya çıkması beklenen **en az 210 bin kanser vakasının** yaşamı ve aileleri üzerinde doğrudan fark yaratmak mümkündür. Sağlıklı beslenerek, tütün ve tütün ürünlerinden uzak durarak ve hareketli bir yaşam sürerek kanser riskini azaltmak mümkündür. Bununla birlikte erken tanı konmuş ve uygun şekilde tedavi edilen birçok kanserin iyileşme olasılığı yüksektir. Dünyada ve ülkemizde ilk sıralarda yer alan kanser türleri akciğer, meme ve kolorektal kanserler olarak benzerlik göstermektedir.

## Sık Görülen Kanser Türleri Ve Temel Bilgiler

### 1. Akciğer Kanseri

#### Önemi:

Akciğer kanseri, dünya genelinde ve ülkemizde **kansere bağlı ölümlerin en önemli nedenlerinden biridir**. Tütün ve tütün ürünleri kullanımı en güçlü risk faktörü olmakla birlikte, pasif sigara maruziyeti, hava kirliliği ve bazı mesleki kimyasallar da hastalık riskini artırmaktadır.

#### Belirtileri:

*Akciğer kanseri erken dönemde belirti vermeyebilir. En sık görülen belirtiler şunlardır:*

- Uzun süre geçmeyen veya giderek kötüleşen öksürük
- Kanlı balgam
- Göğüs ağrısı
- Nefes darlığı
- Ses kısıklığı
- Açıklanamayan kilo kaybı ve halsizlik

#### Korunma Yolları:

- Sigara ve diğer tütün ürünlerinden uzak durmak
- Pasif sigara dumanından kaçınmak
- Hava kirliliğinin yoğun olduğu ortamlardan mümkün olduğunca uzak durmak
- Mesleki kimyasallara karşı koruyucu önlemler almak

#### Tanı ve Tedavi:

Tanı sürecinde akciğer grafisi, bilgisayarlı tomografi (BT), bronkoskopi ve biyopsi gibi yöntemler kullanılmaktadır. Tedavi; hastalığın evresine göre **cerrahi müdahale, kemoterapi, radyoterapi, hedefe yönelik tedaviler ve immünoterapi** seçeneklerini içerebilir.



## 2. Prostat Kanseri

### Önemi:

Prostat kanseri erkeklerde en sık görülen kanser türlerinden biridir. Özellikle **50 yaş sonrası risk belirgin şekilde artmaktadır**. Aile öyküsü ve genetik faktörler hastalık riskini artırabilir.

### Belirtileri:

Prostat kanseri erken evrede genellikle belirti vermez. İlerleyen dönemlerde şu belirtiler görülebilir:

- Sık idrara çıkma
- İdrar akışında zayıflama
- İdrar yaparken zorlanma
- İdrarda veya menide kan görülmesi

### Korunma Yolları:

- Dengeli ve sağlıklı beslenme
- Düzenli fiziksel aktivite
- Sağlıklı kilonun korunması
- Sigara ve alkol kullanımından kaçınmak
- Düzenli sağlık kontrollerini yaptırmak

### Tanı ve Tedavi:

Tanı sürecinde PSA testi, fizik muayene ve biyopsi uygulanabilir. Tedavi seçenekleri arasında **cerrahi, radyoterapi, hormon tedavisi, kemoterapi ve immünoterapi** bulunmaktadır.

## 3. Meme Kanseri

### Önemi:

Meme kanseri, kadınlarda en sık görülen kanser türüdür. **Erken teşhis edildiğinde tedavi başarısı oldukça yüksektir**.

### Belirtileri:

- Memede ele gelen ağrısız kitle
- Meme cildinde değişiklik veya portakal kabuğu görünümü
- Meme ucunda çekilme veya kanlı akıntı
- Koltuk altında kitle

### Korunma Yolları:

- Sağlıklı kilonun korunması
- Düzenli fiziksel aktivite
- Alkol ve sigara kullanımından kaçınmak
- Emzirmenin desteklenmesi
- Düzenli tarama programlarına katılım

### Tanı ve Tedavi:

Erken tanı için düzenli mamografi büyük önem taşır. Tanı sürecinde Mamografi, Ultrason ve Meme- MR ve Biyopsi kullanılır. Tedavi yöntemleri arasında **cerrahi, kemoterapi, radyoterapi, hormon tedavileri ve hedefe yönelik tedaviler** bulunmaktadır.



#### 4. Serviks (Rahim Ağzı) Kanseri

##### Önemi:

Serviks kanseri büyük ölçüde **HPV enfeksiyonu ile ilişkili** olup düzenli tarama ile önlenebilen kanser türleri arasındadır.

##### Belirtileri:

- Anormal vajinal kanama
- Vajinal akıntıda değişiklik
- Cinsel ilişki sonrası kanama
- Pelvik ağrı

##### Korunma Yolları:

- Düzenli tarama testleri
- Güvenli cinsel yaşam
- Sigara kullanmamak

##### Tanı ve Tedavi:

Tanı için Pap smear ve HPV-DNA testleri kullanılır. Tedavi; hastalığın evresine göre **cerrahi, radyoterapi ve kemoterapi** yöntemlerini içerebilir.

#### 5. Kolorektal Kanser

##### Önemi:

Kolorektal kanser, kalın bağırsak ve rektumda gelişir ve **erken evrede saptandığında büyük ölçüde önlenebilir veya tedavi edilebilir.**

##### Belirtileri:

- Bağırsak alışkanlıklarında değişiklik
- Dışkıda kan görülmesi
- Karın ağrısı veya şişkinlik
- Açıklanamayan kilo kaybı
- Kansızlık

##### Korunma Yolları:

- Lif açısından zengin beslenmek
- Kırmızı ve işlenmiş et tüketimini sınırlamak
- Düzenli fiziksel aktivite
- Sağlıklı kiloyu korumak
- Sigara ve alkol kullanmamak

##### Tanı ve Tedavi:

Tarama amacıyla gaitada gizli kan testi ve kolonoskopi uygulanmaktadır. Tedavi yöntemleri **cerrahi, kemoterapi ve radyoterapiyi** içerebilir.



## 6. Lenfoma

### Önemi:

Lenfoma, bağışıklık sisteminin bir parçası olan lenfatik sistemde gelişen kanser türüdür. Hodgkin ve Non-Hodgkin olmak üzere iki ana gruba ayrılır.

### Belirtileri:

- Boyun, koltuk altı veya kasıkta ağrısız lenf bezi büyümesi
- Gece terlemeleri
- Açıklanamayan ateş
- Kilo kaybı ve halsizlik

### Korunma Yolları:

- Lenfoma için kesin bir korunma yöntemi bulunmamakla birlikte **sağlıklı yaşam alışkanlıkları ve bağışıklık sisteminin korunması önemlidir.**

### Tanı ve Tedavi:

Tanı genellikle **lenf nodu biyopsisi** ile konulur. Tedavi seçenekleri arasında **kemoterapi, radyoterapi, hedefe yönelik tedaviler ve kök hücre nakli** bulunmaktadır.

## 7. Cilt Kanseri

### Önemi:

Cilt kanseri, güneşten gelen ultraviyole (UV) ışınlarına maruziyet sonucu gelişebilen yaygın kanser türlerinden biridir.

### Belirtileri:

- Yeni oluşan veya büyüyen benler
- Renk, şekil veya boyut değiştiren benler
- İyileşmeyen yaralar
- Kaşıntı veya kanama

### Korunma Yolları:

- Güneşten korunmak
- Güneş kremi kullanmak
- Solaryumdan kaçınmak
- Koruyucu giysi ve şapka kullanmak

### Tanı ve Tedavi:

Tanı dermatolojik muayene ve biyopsi ile konur. Tedavi çoğunlukla **cerrahi yöntemler**, bazı durumlarda ise **radyoterapi veya ilaç tedavileri** ile yapılır.

## 8. Mide Kanseri

### Önemi:

Mide kanseri, özellikle **Helicobacter pylori enfeksiyonu, sigara kullanımı ve tuzlu/işlenmiş gıdaların aşırı tüketimi** ile ilişkilidir.

**Belirtileri:**

- Sürekli mide ağrısı veya yanma
- İştahsızlık
- Kilo kaybı
- Bulantı ve kusma
- Yemek sonrası şişkinlik

**Korunma Yolları:**

- Sağlıklı ve dengeli beslenmek
- Tuzlu ve işlenmiş gıdaları azaltmak
- Sigara kullanmamak
- *Helicobacter pylori* enfeksiyonunun tedavisi

**Tanı ve Tedavi:**

Tanı genellikle **gastroskopi/endoskopi ve biyopsi** ile konulur. Tedavi seçenekleri **cerrahi, kemoterapi ve radyoterapiyi** içerebilir.

**9. Tiroid Kanseri****Önemi:**

Tiroid kanseri, boynun ön kısmında bulunan tiroid bezinde gelişir ve genellikle **erken dönemde tedavi edilebilen** kanser türleri arasında yer alır.

**Belirtileri:**

- Boyunda kitle veya şişlik
- Ses kısıklığı
- Yutma güçlüğü
- Boyunda lenf bezlerinde büyüme

**Korunma Yolları:**

- Kesin bir korunma yöntemi bulunmamakla birlikte **düzenli sağlık kontrolleri ve erken başvuru önemlidir.**

**Tanı ve Tedavi:**

Tanı için **tiroid ultrasonu ve ince iğne biyopsisi** kullanılmaktadır. Tedavi genellikle **cerrahi müdahale ve radyoaktif iyot tedavisi** ile yapılmaktadır.

Kansere yol açtığı kanıtlanmış risk faktörlerinin farkında olunması, bireysel ve toplumsal düzeyde koruyucu önlemlerin kararlılıkla uygulanması sayesinde, gelecekte daha büyük bir toplumsal yük oluşturması beklenen kanserle mücadelede önemli kazanımlar elde edileceği açıktır. Kanser türlerinin her birinin kendine özgü nedeni, risk faktörleri ve tanı-tedavi yaklaşımları bulunmaktadır. Bu nedenle erken tanı ve tarama stratejileri kanser türlerine göre değişiklik göstermektedir.

Ülkemizde Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), ulusal ve uluslararası yayınlar ve Ulusal Kanser Danışma Kurulu önerileriyle ; özellikle sık görülen, en çok ölüme yol açan ve/veya erken teşhis ile tedavi edilebilen, önlenebilen (meme, kalın bağırsak ve rahim ağzı) kanserleri için toplumun kaynaklarına ve hastalık yüküne uygun olarak tarama programları yürütülmektedir.

***Tarama Yapılan Kanser Türleri ve Aralıkları***

| <b><u>Kanser Türü</u></b>                        | <b><u>Hedef Yaş Grubu</u></b> | <b><u>Yöntem</u></b>          | <b><u>Tarama Sıklığı</u></b> |
|--|-------------------------------|-------------------------------|------------------------------|
| <b><u>Meme Kanseri</u></b>                       | 40-69 yaş kadın               | Mamografi                     | 2 yılda bir                  |
| <b><u>Rahim Ağzı (Serviks) Kanseri</u></b>       | 30-65 yaş kadın               | HPV-DNA testi                 | 5 yılda bir                  |
| <b><u>Kolorektal (Kalınbağırsak) Kanseri</u></b> | 50-70 yaş kadın & erkek       | Gaitada Gizli Kan Testi (GGK) | 2 yılda bir                  |



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

## BİLGİ NOTU

Tarih: 2.04.2026

Sayfa No:2 / 6

BİRİM

Kanser Daire Başkanlığı

Bu taramalar **ÜCRETSİZ** olarak:

- Aile Sağlığı Merkezleri (ASM),
- **Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri (KETEM),**
- Sağlıklı Hayat Merkezleri (SHM),
- Mobil kanser tarama araçları (Mobil KETEM) aracılığıyla sağlanmaktadır.

➤ Fırsatçı taramalar ise 2. ve 3. Basamak Sağlık Kuruluşlarında yapılmaktadır.

Tarama sonrasında pozitif ya da şüpheli bulunan kişiler, tarama sonrası teşhis merkezlerine yönlendirilmekte ve ileri tetkikler yapılmaktadır. Teşhis ve tedavi hizmetleri ikinci ve üçüncü basamak sağlık kuruluşları tarafından verilmektedir.

Bu kapsamda ülkemizde **1-7 Nisan tarihleri arası “Ulusal Kanser Haftası”** olarak belirlenmiştir. Bu hafta boyunca toplumda farkındalık oluşturmak, sunulan sağlık hizmetlerini tanıtmak ve taramalara katılımı artırmak amacıyla çeşitli etkinlikler düzenlenmektedir. Ancak kanserle mücadele çalışmalarını yılın sadece bir haftasıyla sınırlı kalmamalı, yıl boyunca sürdürülmelidir.

### **Unutmayalım:**

Kanserden korunmak büyük ölçüde bizim elimizdedir. Sağlıklı yaşam alışkanlıkları edinmek, risk faktörlerinden uzak durmak ve düzenli taramalara katılmak hayat kurtarır.

#ErkenTanıAlSağlıklaKal  
#RisktenKaçınKanserdenKorun

