

Prof. Dr. Vahit Özmen

Belirtilere dikkat!

Özellikle son yıllarda kadınlar ne yazık ki sık sık meme kanseriyle karşı karşıya kalıyor. Peki farkındalığı artırmak ve bilinçlendirmek için ne gibi çalışmalar yapılmalı?

Röportaj: Yelda IPEKLI / Fotoğraf: Tamer ÖZBEK

Kanser özellikle meme kanseri çok sık duyduğumuz, üzüldüğümüz bir konu. Dünyada her yıl 2 milyondan fazla kadına meme kanseri tanısı konuluyor. Ülkemizde de durum çok farklı değil, zira her 8-10 kadından biri hayatının bir döneminde meme kanserine yakalanıyor. Kadınlarda görülen her dört kanserden biri de memede yerleşiyor. Meme kanseri bazı sinyaller vererek geliyor. Bunları göz ardı etmek ise hayatı tehlikeye atmak dışında bir işe yaramıyor. Aslında asıl hedef kitle, kanlı akıntı, deride çökme gibi belirtiler vermeden çok küçük bir kitleyi mamografi ile saptamak. Farkındalığı arttırmak ve bilinçlendirmek için yapılan çalışmalar içerisinde bence en istikrarlısı Meme Sağlığı Derneği (MEMEDER) tarafından Türkiye çapında yürütülen çalışmalar. Konu ile ilgili olarak Derneğin Onursal Başkanı ve Kurucusu Prof. Dr. Vahit Özmen ile bir araya geldik.

Derneğinizi misyonunu nasıl tanımlıyorsunuz?

Hasta dernekleri hasta haklarının en önemli savunucuları olup hastaların farkındalık, erken tanı, tarama ve etkin tedavi elde etmeleri için hiçbir beklenti içerisinde olmadan kurulan hasta hakları savunucularıdır. Kurucusu olduğum Meme Sağlığı Derneği de (MEMEDER) bu amaçla 1 Eylül 2007'de kurulmuş bir sivil toplum örgütüdür. MEMEDER'in yapısı dünyadaki ve ülkemizdeki derneklerden oldukça farklı olup içerisinde meme kanserinin tarama, tanı ve tedavisi konusunda oldukça deneyimli uzmanları, meme kanseri tanısı almış kadınlarımızı ve onların yakınları bulunmaktadır. Bu mükemmel yapı, ülkemizde meme kanserinin bilgi ve farkındalık düzeyinin ölçülmesi, meme kanserinde düzenli mamografik tarama yapılması, meme kanserinin tedavisine erken başlanması, mobil tarama sisteminin ve mükemmel bir tarama merkezinin kurulması ve yaygınlaştırılması, meme dansitesinin araştırılması gibi projelere imza atmış ve bu projeleri uygulamaya koymuştur. Bu projeler sayesinde Türkiye'de mamografik tarama yaşı 50'den 40'a indirilmiş, Kanserle Savaş Dairesi tarafından mobil mamografi tarama sistemleri oluşturulmuş, kadınlarımızın meme kanseri konusunda farkındalık düzeyi artırılmıştır. Projelerimiz Amerika'daki The Breast Health Global Initiative ve International Atomic Energy Agency tarafından en başarılı proje olarak seçilmiş ve birincilikle ödüllendirilmiş, ayrıca İstanbul Tabip Odası Prof. Dr. Nusret Fişek Hizmet Ödülü'nü kazanmıştır. Yukarıdaki misyonlara ek olarak ülkemizdeki tüm kadınlara ulaşmayı, onların meme sağlığını iyileştirmeyi, onlara erken tanıyı, taramayı ve etkin bir tedaviyi sağlamayı amaçlamaktadır. MEMEDER'in bundan sonraki en önemli hedefi ise, bir "Pembe Kadın Evi" oluşturarak bunu yurdumuza yaygınlaştırmaktır. Bu evde kadınlarımıza vereceğimiz sağlık hizmetine ek olarak, sosyal, kültürel, psikolojik ve eğitimsel destekler de verilecektir. MEMEDER'in "Kamuya Yararlı Dernek Statüsü" kazanması bu hedefimize ulaşmamızı kolaylaştıracacağı benziyor.

Yaptığınız çalışmalar nelerdir?

MEMEDER'in ilk gerçekleştirdiği projesi, kurulduğundan



hemen bir yıl sonra The Breast Health Global Initiative tarafından birincilikle ödüllendirildiği "Bahçeşehir'de oturan kadınlarımızın bilgi ve farkındalık düzeyinin ölçümü" çalışmasıdır. Çalışma sonuçlarına göre 2008 yılında o bölgede oturan 40-69 yaş arasındaki kadınların ancak %49'u mamografi, %34'ü meme ultrasonografisi yaptırmış, büyük çoğunluğu meme kanseri hakkında bir şey bilmemekteydi. Bir diğer projemiz, Bahçeşehir Topluma Dayalı Mamografik Tarama projesi. Bu projemiz 2008 – 2018 yılları arasında Bahçeşehir, Altınşehir, Şahintepe, Güvercintepe ve Boğazköy mahallelerinde yaşayan ve 40-69 yaş arasındaki kadınları evlerinden davet ederek gerçekleştirilen ücretsiz bir tarama projesidir. MEMEDER tarama merkezine davet edilen kadınlarımızda orada Genel Cerrahi Uzmanımız tarafından muayene edilmekte ve dijital mamografileri çekilmektedir. Bugüne kadar 15.000 kadın taranmış ve çok erken 106 meme kanseri tanısı konularak hastalar tedavi edildi. Üçüncü projemiz ise Muş İlimiz için temin edilen mobil tarama sistemi. Bu tarama sistemi sayesinde Muş ve çevresindeki ilçelerde binlerce kadına tarama yapıldı. 4.Dünya Sağlık Örgütüne bağlı IARC ile birlikte mamografik meme dansitesi çalışması. Bu proje, Dünya Sağlık Örgütü öncülüğünde 26 ülke ile birlikte gerçekleştirildi ve üç ayrı makale olarak yayınlandı. Bu saydıklarım projelerimizden sadece birkaçı...

Bu hastalıkla ilgili ülkemizde durum nedir? Farkındalığımız yüksek mi? Özellikle büyük şehirler dışında konu nasıl değerlendiriliyor?

Meme kanseri dünyada ve Türkiye'de kadınlarda en

sık görülen kanserdir. Her dört kadın kanserinden biri memede görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre her yıl 2 milyon kadına meme kanseri tanısı konulmakta ve 600.00 kadın meme kanseri nedeni ile kaybedilmektedir.

Araştırmalarımız ve elimizdeki verilerine göre ülkemizde meme kanseri sıklığı 50/100.000 kadar olup, görülme sıklığı gelişmiş ülkelerden daha az geri kalmış ülkelere daha fazladır. Ancak, son 20 yıl içerisinde ülkemizde meme kanseri sıklığı iki katından fazla artmış ve artmaya devam ediyor. Bu artışta yaşam tarzımızın batıya benzemesi (geç doğum, kısa süren emzirme, şişmanlık, hareketsizlik, hormonlu beslenme vs.), çekilen mamografi sayısının artması, nüfusun artması ve yaşam süresinin uzaması önemli rol oynuyor. Büyük şehirlerimizde meme kanseri bilgi ve farkındalığı özellikle Doğu ve Güney Doğu illerimizden daha fazladır. Ancak farkındalık düzeyi olarak gelişmiş ülkelere oldukça gerilerdeyiz.

Bilinçlendirme çalışmalarını yürütürken en büyük heyecanınız nedir?

Bu çalışmaları yürütürken bende en büyük heyecanı, hazırladığımız projelere olan ilgi, destek, daha çok kadına ulaşma ve erken tanı konulan hasta oluşturuyor. MEMEDER'de oluşturduğumuz örnek bilgilendirme ve tarama programının Kadıköy ve Gaziantep Büyükşehir Belediyesi ve KETEM'ler tarafından yaygınlaştırılması, derneğimizin kamuya yararlı olması ve etkinlikleri, hayalimizdeki Pembe Ev projesi beni heyecanlandırıyor, gelecek için mutlu ve umutlu kılıyor.

Hedefinizde nasıl çalışmalar var?

Hedefimizde Pembe Ev, Yaygınlaştırılmış MEMEDER Merkezleri, ülkemizdeki meme kanseri haritasının tamamlanması, ülkemizdeki akraba evlilikleri ve bunun neden olduğu genetik bozukluk ve kanserlerin araştırılması gibi projelerimiz var. Bunlara kaynak temin etmemiz gerekiyor.

Bu konuda hassasiyetimiz ne olmalı?

Mamografi, beslenme ya da benzeri konularda neler yapmalıyız?

Kadınlarımızın yanlış bildiği şeyleri mutlaka düzeltilmeliyiz. Özellikle ailemde yok bende olmaz, ağrı yoksa kanser yoktur, kanser tedavi olmaz, kansere bıçak değmez, meme alınmadan tedavi olmaz düşünceleri tamamen yanlış. Bir kadın, 20 yaşından sonra kendi kendine meme muayenesinin nasıl yapılacağını öğrenmeli ve ayda bir kez yapmalı. 20-40 yaş arası üç yılda bir, 40 yaşından sonra yılda bir doktora meme muayenesine gitmeli. "Mamografi aşırı radyasyon veriyor, memem çok acıyor, mamografi zararlıdır." gibi yanlış görüşlere aldanmayınız. Bugün elimizde meme kanserine erken tanı koyabilen sadece mamografi var. Bu nedenle 40 yaşından sonra meme cerrahinizi önerisine göre yılda bir veya iki yılda bir mamografi çekirin. Meme kanserinden korunmak için her gün bir saat egzersiz (yürüyüş, koşu, yüzme 10.000 adım, vs.) yapın, dengeli düzgün mevsim sebze ve meyvesi, ağırlıklı olarak balık yiyerek beslenin.