



AKCİĞER KANSERİ FARKINDALIK AYI 2023

Kanser, dünyada sebebi bilinen ölümler sıralamasında kalp ve damar hastalıklardan sonra ikinci ölüm sebebi olması açısından önemli bir sağlık problemi olup toplumlarda ciddi sosyoekonomik yüke yol açmaktadır.

Akciğer kanseri, dünya çapında çok sayıda ölüme neden olan önemli bir halk sağlığı sorunudur. Dünya Sağlık Teşkilatı(DST), 2020 Kanser Görülme Sıklığı ve Ölüm Oranı Tahminlerine göre, dünya genelinde erkekler arasında en sık görülen kanser türü akciğer kanseri iken kadınlarda 3. sırada yer almaktadır. 2020 yılında dünyada 2.2 milyon yeni vakanın ortaya çıktığı ve Akciğer kanserine bağlı 1.8 milyon ölümün gerçekleştiği tahmin edilmektedir. Gelişmiş ülkelerde son dönemde sigara içme oranındaki düşüşe bağlı olarak bu oranın azaldığı gözlenmektedir.

Türkiye Kanser İstatistikleri Raporuna göre, Türkiye’de erkeklerde en sık görülen kanser türü akciğer kanseri iken kadınlarda akciğer kanseri 5. sırada yer almaktadır. Ülkemizde erkeklerde tütüne bağlı kanserler önemini korumaya devam etmektedir. Ancak son yıllarda kadınlarda da akciğer kanseri görülme sıklığında artış söz konusudur. Hastalık 40 yaş üstü bireylerde daha sık görülmektedir ve genellikle ileri evrelerde teşhis edilmektedir. Ülkemizde vakaların %19,4’ü lokalize evrede saptanmışken %27,9’unun bölgesel, %52,7’sinin ise uzak yayılım grubunda olduğu tespit edilmiştir.

Akciğer kanseri, görülme sıklığının fazla olması, teşhis ve tedavisinin yüksek tıbbi teknolojiler gerektirmesi ve ek sağlık hizmetlerine duyulan ihtiyaç sebebi ile dünyada önemli bir sağlık yükü oluşturmaktadır.

Pek çok toplum için bu kanser türünden sorumlu en önemli etken tütün kullanımınıdır. Nitekim tütün tüketimindeki azalmayla akciğer kanseri görülme sıklığı da azalmaktadır. Halk Sağlığı Genel Müdürlüğünce yayımlanan, “Ulusal Kanser Kontrol Planı, 2021” ile açıklanmış olduğu üzere, ülkemizde görülen akciğer kanserlerinin %90’ı sigara kullanımına bağlı ortaya çıkmaktadır. Etkin bir tütün kontrolü sağlandığında akciğer kanserleri dahil olmak üzere tütün kullanımına bağlı her yıl yaklaşık 110.000 ölüm önlenilecektir.

Bu doğrultuda, tüm dünyada başarı örneği olarak öne çıkan “**Ulusal Tütün Kontrol Programımız**” ile toplumdaki tüm bireylerin, tütün ürünlerinin sağlık, ekonomik, çevresel ve sosyal zararlarından korunması hedeflenmektedir.



Akciğer Kanseri Risk Faktörleri

Akciğer kanserlerinin yaklaşık %90'ı tütün ve tütün ürünlerinin kullanımı ile oluşmaktadır. Dolayısıyla sigara içiminin engellenmesiyle akciğer kanserlerinin %90'a kadar önlenebileceği tahmin edilmektedir. Akciğer kanseri için diğer risk faktörleri arasında; pasif içicilik (sigara), akciğer kanseri yönünden aile öyküsünün varlığı, bazı vitaminler, radon/asbest gibi kimyasallara maruziyet, arsenik gibi endüstriyel ürünlere maruziyet, radyasyon maruziyeti, bazı organik kimyasallar, hava kirliliği, HIV enfeksiyonu ve tüberküloz yer almaktadır. Bu etkenlerden bazısı kaçınılabilir risk faktörleri (tütün ve tütün ürünleri kullanımı gibi) iken bazısı değiştirilemez risk faktörüdür (ailesel akciğer kanseri öyküsünün varlığı gibi).

Toplumsal ve bireysel farkındalık ile akciğer kanseri sıklığının azaltılabileceği unutulmamalıdır.

Tütün ve Tütün Ürünleri Kullanımı

Sigara kullanımı akciğer kanserinin en sık görülen nedenidir. Günlük içilen sigara sayısı, sigara içme süresi, sigaraya başlama yaşı (ne kadar erken başlanırsa risk o oranda artar), dumanı derin çekme, sigaranın içeriğindeki katran miktarı ile kanser gelişme riski artar. Sigara dumanında 4000'den fazla kimyasal ve 70'den fazla kanserojen madde olduğu uzun yıllardır bilinmektedir. Sigara dumanına pasif olarak maruz kalınması da akciğer kanseri riskini arttırmaktadır. Kendileri sigara içmedikleri halde ev veya işyerlerinde pasif olarak dumana maruz kalan kişilerde akciğer kanseri gelişme riski % 20-30 oranında artmaktadır. Sigaranın bırakılması durumunda akciğer kanseri olasılığı zamanla azalmakta, sigara bırakıldıktan 10-20 yıl sonra hiç içmemişlerin düzeyine yaklaşmaktadır. En önemli risk faktörü tütün kullanımı olmakla birlikte, akciğer kanserinin hiç sigara kullanmamış kişilerde de görülebileceği unutulmamalıdır.

Asbest

Bazı toprak ve kayalarda bulunan, saç gibi ince liflerden oluşan asbest doğal bir mineral olup yanmaz ve yalıtkan özellikleri nedeniyle tüm dünyada inşaat ve bazı üretim işlerinde (gemi, izolasyon ve otomotiv) uzun yıllar yaygın şekilde kullanılmıştır. Bu tür işlerde çalışan kişilerde mesleki olarak asbest liflerine temas söz konusu olabilmektedir. Sanayileşmiş ülkelerde maruziyet genellikle endüstriyel alanda gerçekleşirken ülkemizde daha çok kırsal kesimde çevresel temas şeklinde gerçekleşmiştir. Toprağın doğal yapısında bulunan asbest lifleri solunum havası ile alındığında akciğeri zedeler ve sonundamezotelyoma adı verilen akciğer zarı kanseri gelişebilir. Asbest teması tek başına akciğer kanseri olasılığını 1.5-5.4 kat artırırken, sigara içen kişilerde bu risk daha da fazla olmaktadır.



Radon Gazı

Toprakta doğal olarak bulunan ve kokusuz radyoaktif bir gaz olan radon; bina zeminindeki çatlaklardan, bina yapımında kullanılan yapı malzemelerinden, doğalgaz ve su borularından ev içlerine sızarak görünmez bir tehlike oluşturabilmektedir. Ev içi radon maruziyetinin en önemli bileşeni binanın temelindeki toprak ve kayalardır. Tüm akciğer kanserlerinin %3 ila 15'inde sebebin tek başına radona maruziyet olduğu, sigara kullanım öyküsü bulunmayan vakalarda önemli bir kanser etkeni olduğu bilinmektedir.

Verem hastalığı (Tüberküloz)

Bu hastalığın yerleştiği akciğer alanında sonradan akciğer kanseri gelişebilmektedir.

Tüm bu temel risk faktörlerinin yanı sıra;

- Daha önceden akciğer kanseri geçirmiş olmak, sigara içmek bu riski ayrıca artırır,
- Bazı kimyasalların uzun süreli solunması (arsenik, berilyum, kadmiyum, uranyum, vinilklorid, nikel kromat, kömür ürünleri, petrol ürünleri gibi kansere yol açan kimyasallara maruziyet),
- Radyoterapi öyküsü,
- Yüksek düzeyde hava kirliliği,
- Ailede akciğer kanseri öyküsü olması da akciğer kanserinin risk faktörleri arasındadır.

Tüm bu sebeplerle akciğer kanserinde önleyici tedbirler ve tanının erken evrede yapılabilmesi oldukça kritiktir.

DST tarafından yayımlanan Akciğer Kanseri 2023 Raporu'nda, **akciğer kanserinin önlenmesi programlarının, birincil ve ikincil koruma önlemlerini içermesi gerektiği** belirtilmektedir.

Birincil koruma, risk azaltma ve sağlıklı davranışı teşvik etme yoluyla bir hastalığın ilk ortaya çıkışını önlemeyi amaçlar. Halk sağlığında bu önleyici tedbirler; sigarayı bırakmayı, dumansız ortamları teşvik etmeyi, tütün kontrol politikaları uygulamayı, mesleki tehlikeleri ele almayı ve hava kirliliği seviyelerini azaltmayı içerir.

Akciğer kanseri için **ikincil koruma**, hastalığı erken evrelerinde, semptomlar ortaya çıkmadan önce tespit etmeyi amaçlayan ve yüksek riskli bireyler için endike olabilen **tarama yöntemlerini** içerir. Bu popülasyonda erken teşhis, başarılı tedavi şansını önemli ölçüde artırabilir ve sonuçları iyileştirebilir.



Tüm dünyada konuyla ilgili uluslararası kuruluşların da önerileri doğrultusunda, Akciğer Kanseri ile mücadele için tütün kontrolü, kanserin önlenmesi, erken teşhis ile kaliteli tedavi ve bakıma erişimin iyileştirilmesine odaklanılması amaçlanmaktadır.

DST, ayrıca düzenli fiziksel aktivite, sağlıklı beslenme ve çevresel risk faktörlerine maruz kalmayı en aza indirme dahil olmak üzere, sağlıklı yaşam tarzlarını savunarak, kanseri önleme stratejilerini teşvik eder. Ek olarak, DST erken teşhis programlarını desteklemekte ve ülkeleri, tedavi seçeneklerinin daha etkili olduğu erken aşamalarda akciğer kanserini tespit etmek için yüksek riskli popülasyonlara yönelik tarama önlemleri uygulamaya teşvik etmektedir. **Kanserin erken evrede iken tespiti, başarılı bir şekilde tedavi edilme olasılığını arttırır.**

Bu kapsamda, Ülkemizde “**Akciğer Kanseri Tarama Programı**”nın yürütülmesine yönelik çalışmalar yapılmaktadır. Akciğer kanseri taraması, yalnızca sigara içme öyküsü ve yaşı nedeniyle hastalığa yakalanma riski yüksek olan ve yaşam beklentisini veya gerekirse akciğer ameliyatı olabilme durumunu sınırlayan bir sağlık sorunu olmayanlar için önerilmektedir.

Akciğer kanseri riskini azaltmanın en iyi yolu sigara içmemek ve pasif içicilikten kaçınmaktır.

Akciğer Kanseri Belirtileri Nelerdir?

Genellikle Akciğer kanserinin neden olduğu bulgu ve şikâyetlerin oluşumu için birkaç yıl geçer ve hastalık ileri evreye gelinceye kadar fark edilemeyebilir. Başka bir rahatsızlık ya da kontrol için çekilen akciğer grafisinde görülebilir.

Akciğer kanseri tanısı konulan hastalarda belirtiler tümörün akciğer içindeki yerleşimine, büyüklüğüne, yayılım yerine ve yayılma derecesine bağlı olarak çeşitlilik gösterir.

Tümörün kendisinin ve göğüs içi yayılımının yol açtığı, en sık izlenen belirtiler;

- Geçmeyen veya giderek kötüleşen öksürük,
- Öksürürken kan veya kanlı balgam çıkarmak,
- Derin nefes alırken, öksürürken veya gülerken kötüleşen göğüs ağrısı,
- İştahsızlık, halsizlik, yorgunluk ve kilo kaybı,
- Ses kısıklığı,
- Nefes darlığı,
- Sürekli tekrarlayan veya geçmeyen bronşit ve/veya zatürre gibi akciğer enfeksiyonlardır.

Tanı Nasıl Konulur?



Akciğer kanserinin tanı ve evrelemeye yönelik testleri genellikle aynı zaman diliminde yapılır. Akciğer kanseri için tanı yöntemleri arasında fizik muayene, görüntüleme (Akciğer grafisi, bilgisayarlı tomografi taramaları ve manyetik rezonans görüntüleme gibi), bronkoskopi (İnce bükülebilir bir tüple hastanın akciğerine ulaşılarak incelenmesi), histopatoloji (hastalıklı dokunun histolojik incelenmesinde uzmanlaşan patoloji dalı) incelemesi için doku örneği alınması (biyopsi) yöntemleri yer alır. Ayrıca, spesifik alt tipin tanımı ve en iyi tedavi seçeneğini yönlendirmek için spesifik genetik mutasyonları veya biyo-belirteçleri tanımlamak için moleküler testler de tanıda önemli yer tutmaktadır. Tanı konulduktan sonra, kanser hücrelerinin vücudun diğer kısımlarına yayılıp yayılmadığını tespit etmek için ilgilili diğer testler yapılır.

Tedavi

Hastadan hastaya farklılaşabilmekle birlikte tedavi kararında; hastalığın yeri, evresi, hastanın yaşı ve diğer sağlık sorunlarının varlığı gibi birden fazla faktör etkilidir. Multidisipliner bir çalışma gerektiren bu tedaviler; cerrahi, hedefe yönelik tedaviler, radyoterapi, kemoterapi, immunoterapi gibi farklı seçenekleri içermektedir.