



T.C.
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ
İl Sağlık Müdürlüğü

Sayı : E-85912768-157.99
Konu : Kolorektal Kanser Farkındalık Ayı

TEKİRDAĞ İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜNE

Kanser hem dünya hem ülkemiz için ölüm nedenleri arasında ikinci sırada yer almaktadır. Ölüm nedenlerine bakıldığında dünya geneli için yaklaşık her 6 ölümden birinin, ülkemiz için ise her 5 ölümden birinin kanser nedeniyle gerçekleştiği görülmektedir.

Mart ayı "Kolorektal Kanser Farkındalık Ayı"; kanser hastalığına karşı farkındalık ve bilinç oluşturmak için gerçekleştirilen faaliyetlerde tüm dünya ülkelerinin kanserle mücadelede bir araya geldiği girişimdir. Ülkemizde de her yıl Mart ayı boyunca "Kolorektal Kanser Farkındalık Ayı" etkinlikler düzenlenmektedir.

Kanserle mücadelede sürdürülecek programları yürütebilmek için toplumun farkındalığının sağlanması, toplum bilincinin geliştirilmesi farkındalık çalışmalarına halkın katılımının sağlanması ile mümkündür.

İlimizde her yıl Kanser Danışma Komisyonu Toplantısı yapılmakta olup, 2021 yılı kararları yazımız ekinde sunulmuştur. Söz konusu kararların 6. maddesi gereği Sağlık Müdürlüğü'nün önemli gün ve haftalarda komisyona katılan kamu kurumlarına göndermiş olduğu bilgi notunun kurumların kendi web sitelerinde yayınlanmasının gerektiğine karar verilmiştir. Bu sebeple Mart Ayı Kolorektal Kanser bilgi notunun Mart Ayı boyunca Müdürlüğünüzün ve bağlı kurumların web sitesinde yayınlanması sadece müdürlüğünüzün ekran görüntüsünün alınarak tekirdag.hsmkanser@saglik.gov.tr adresine gönderilmesi hususunda;

Gereğini arz ederim.

Dr. Ali Cengiz KALKAN
İl Sağlık Müdürü

Ekler:

- 1- Mart Ayı Kolorektal Kanser Bilgi Notu
- 2- 2021 Kanser Danışma Komisyonu Toplantı Kararları

Belgenin Aslı Elektronik İmza ile
Aslı ile Aynıdır

25.02.2022

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: fa5f145b-53da-4092-a495-349a28ace7f2 Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/saglik-bakanligi-ebys>

100. Yıl Mah. Barbaros Cad. No:80/2 Süleymanpaşa/Tekirdağ

Telefon: Faks No: 02822582411

e-Posta: nesrin.dogan1@saglik.gov.tr İnternet Adresi: www.tekirdagism.saglik.gov.tr

Bilgi için: NESRİN DOĞAN

EBE

Telefon No: (0 282) 258 24 00





Kolorektal kanserler (KRK) dünyada ve ülkemizde yaygın görülen kanser türleri arasında yer almaktadır. Dünya çapında bir yıl içerisinde 1.9 milyon (%10) yeni kolorektal kanser vakası ve 935 bin (%9,4) kolorektal kanser kaynaklı ölüm vakası tespit edilmiştir. Türkiye Birleşik Veri Tabanına göre, ülkemizde bu kanser türleri hem erkeklerde hem de kadınlarda 3. sırada yer almaktadır. Avustralya ve Yeni Zelanda, Avrupa ve Kuzey Amerika'da görülme sıklığı Asya ve Afrika bölgelerine göre daha yüksektir. Bu coğrafi farklılığın önemli etkenlerinin; beslenme tarzı, çevresel maruziyet ve genetik yatkınlık olduğu düşünülmektedir. 40 yaşın altında KRK nadirken, 40-50 yaştan sonra görülme sıklığı artmaya başlamaktadır. KRK vakalarının %85'i 50 yaş ve üzerindedir.

Erken evrede teşhis edildiğinde büyük ölçüde tedavi edilebilir bir hastalık olan kolorektal kanserde tarama programlarının uygulanması ile söz konusu hastalığın morbidite ve mortalitesi üzerinde çok olumlu kazanımlar sağlandığı yapılan birçok çalışma ile ortaya konmuştur. Kolorektal kanserlerin taranmasındaki temel amaç; ülke çapında oluşturulan ulusal bir tarama programını hedef popülasyona uygulayarak kolorektal patolojileri henüz premalign veya erken evrede tespit etmenin yanı sıra etkin ve basit tedavi yöntemleriyle invazif kanser sıklığı ile buna bağlı morbidite ve mortaliteyi azaltmaktır. Bu yolla olası karmaşık ve pahalı tedavi gereksinimlerinin de önlenmesi hedeflenmektedir. Gerek yaşam kalitesini arttırdığı gerekse yaşam süresini uzattığı bilindiğinden, KRK tarama programı Dünya Sağlık Örgütü tarafından önerilen kanser tarama programları içerisinde yer almaktadır.

Ülkemizde de Kolorektal Kanser Taraması Ulusal Standartları belirlenerek uygulamaya konulmuştur. 50-70 yaş arasındaki kadın ve erkek nüfusa Toplum Sağlığı Merkezlerine (TSM) bağlı olarak faaliyet göstermekte olan; Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri (KETEM), Sağlıklı Hayat Merkezleri (SHM) ve Aile Sağlığı Merkezleri (ASM)'nde **gaitada gizli kan** kiti yardımıyla hızlı, pratik ve güvenilir bir şekilde 2 yılda bir ücretsiz olarak tarama yapılmaktadır. Tarama kapsamında bu yaş grubundaki kişilere ayrıca 10 yılda bir **kolonoskopi** yapılması önerilmektedir. Tarama sonucunda Gaitada Gizli Kan Testi (GGKT) pozitif olan kişiler ileri tetkik amacıyla ikinci/üçüncü basamak sağlık kuruluşlarına yönlendirilmektedir.

Kolorektal Kanser Risk Faktörleri

KRK geliştirme riski hem çevresel hem de genetik faktörlerden etkilenir.

Kolorektal kanserin değiştirilebilir risk faktörleri şunları içermektedir:

- Aşırı kilolu veya obez olmak
- Fiziksel olarak aktif olmamak
- Fazla miktarda işlenmiş (sosis, salam ve benzeri) veya işlenmemiş kırmızı et (sığır, kuzu, karaciğer ve benzerleri) tüketimi



BİLGİ NOTU

- Sigara dâhil tütün ürünlerinin kullanımı
- Alkol kullanımı
- Diyabet ve insülin direnci varlığı
- Kolesistektomi

Kolorektal kanserin değiştirilemez risk faktörleri arasında ise şunlar yer almaktadır:

- Cinsiyet (hem insidans hem de ölüm oranları erkeklerde kadınlara göre önemli ölçüde daha yüksektir.)
- İleri yaş
- Irk ve etnik köken
- Kişide kalın bağırsak poliplerinin veya kalın bağırsak kanseri öyküsünün bulunması
- Kişide inflamatuvar bağırsak hastalığı (Ülseratif kolit veya Crohn hastalığı) öyküsünün varlığı
- Ailede kalın bağırsak polipleri veya kalın bağırsak kanseri öyküsünün olması
- Kalıtsal bir sendromun varlığı (Lynch Sendromu, adenomatöz ve hamartomatöz polipozis sendromları vb)
- Tip 2 diyabet hastası olunması
- Akromegali varlığı
- Böbrek transplantasyonu geçirmiş olmak
- Androjen yoksunluğu tedavisi almış olmak
- Kistik fibrozis varlığı
- Abdominopelvik radyasyon öyküsünün olması.

Kolorektal Kanser Belirtileri

Enfeksiyon, hemoroid, irritabl bağırsak sendromu veya inflamatuvar bağırsak hastalığında da sıklıkla izlenebilen aşağıdaki belirtiler, kolorektal kanserin habercisi olabilmektedir:

- Bağırsak alışkanlıklarında ishal-kabızlık gibi değişikliklerin meydana gelmesi ve bu değişikliklerin birkaç günden uzun sürmesi
- Bağırsakta tam boşalmama hissi
- Parlak ya da koyu kırmızı kanla karakterize rektal kanama



- Dışkıının koyu kahverengi veya siyah görünmesine neden olabilecek kanın varlığı
- Karında şişkinlik, kramp tarzında ağrı veya gaz şikâyeti
- Bilinen bir neden olmaksızın kilo kaybı
- Güçsüzlük ve yorgunluk

Kolorektal Kanser Tanısı

Diğer bazı kanserlerde olduğu gibi kolon kanserleri de genellikle iyice büyüyene kadar belirti vermezler. Bu sebeple amaç, daha belirti vermezken tümörü ortaya koymak olmalıdır. Belirtiler gelişmeden önce bir kişinin kanser için taranması, poliplerin ve kanserin erken tanınmasında yardımcı olur. Poliplerin erkenden tanınıp çıkartılması kolorektal kanser gelişimini önleyebilir. Erken tanı konulduğunda kolorektal kanserin tedavisi de daha etkin olabilmektedir. Bu nedenle, genel olarak 50 yaş üstü kişilerde taramaya başlanmalı, kolorektal kanser için artmış riski olan kişilerde ise tarama programına daha erken yaşlarda başlanmalıdır.

Dışkıda gizli kan saptanıp kolonoskopi yapılan kişilerde henüz kanserleşmemiş polip halindeki tümörler tespit edilerek kanser gelişmesi önlenbildiği gibi kanser gelişmiş olan olgularda da erken teşhis ile yaşam süresi ve kalitesi artmaktadır.

Kolorektal Kanser Tedavisi

Kolorektal kanserde cerrahi, ilaç tedavisi (kemoterapi) ve ışın tedavisi (radyoterapi) gibi farklı tedavi seçenekleri uygulanmaktadır.

Kolorektal Kanser Korunma Stratejileri

Kolorektal kanseri önlemek için atılması gereken en önemli adımlardan biri tarama programı olmakla birlikte, aşağıdaki sağlıklı yaşam davranışlarını uygulamak da diğer birçok kanserden olduğu gibi kolorektal kanserlerden korunmada önemlidir:

- Sağlıklı kiloda olmak ve bunu sürdürmek
- Kırmızı ve işlenmiş et tüketimini sınırlandırmak ve daha fazla taze sebze, meyve ve tam tahıl ürünü tüketmek.
- Posa içeriği yüksek besinlerin tüketimini artırmak. (Posa içeriği en yüksek besinler sırasıyla; kuru baklagiller, tahıllar ve sebze-meyvelerdir.)
- Günde 30-60 dakika orta düzeyde fiziksel aktivite yapmak (tempolu yürüyüş, bisiklete binmek gibi)
- Sigara ve alkol kullanmamak.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

BİLGİ NOTU

Kanser taramalarının en önemli bileşenlerinden biri farkındalık çalışmalarıdır. Mart ayı **Kolorektal Kanser Farkındalık Ayı** olarak tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de kabul edilmiş olup bu süre boyunca çeşitli etkinliklerle konuya ilişkin farkındalık oluşturulmaya çalışılmaktadır.

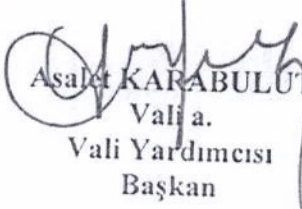
TEKİRDAĞ İLİ 2021 YILI KANSER DANIŞMA KOMİSYONU KARARLARI

03.06.2015 tarih ve 29375 sayılı Resmi Gazetede yayımlanarak yürürlüğe giren Kanser Bildirimleri ve Kayıt Merkezleri gereği; 30.11.2021 tarihinde saat: 14:00 da Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı 57. Alay Toplantı Salonunda Kanser Danışma Komisyonu toplantısı yapılmıştır. Söz konusu toplantı kararları;

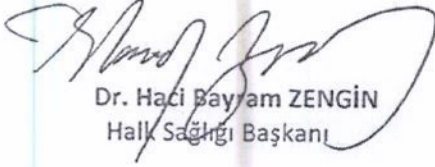
- 1-) Toplantıya katılan kurum müdürlükleri, il ve ilçe teşkilatında çalışan; 40-69 yaş arasındaki kadın personelin, Mobil Kanser Tarama Aracı ile meme kanseri taramalarının yapılması için gerekli planlama ve yazışmalarda personel görevlendirilmesi ayrıca Mahalle Muhtarlarıyla ile irtibatlı çalışılması, adı soyadı ve iletişim numarasının İl Sağlık Müdürlüğüne gönderilmesi, görevlendirilen personelin; uygun yaş aralığındaki kadın çalışanları meme kanseri taraması için organize ederek İl Sağlık Müdürlüğü ile işbirliği içerisinde çalışılmasına,
- 2-) Valilik bünyesinde yürütülen; Resmi Kamu Kurumları ve ilgili Sivil Toplum Kuruluşları ile 10.01.2020 tarihinde protokolü imzalanan Kadın Sağlığı Eğitim Projesinin pandemi şartları uygun hale geldiğinde çalışmalarının devam edeceğine,
- 3-) Sigara içilmesi kanser için yüksek bir risk faktörü olduğundan, sigara bırakma polikliniklerinin ve ALO 171' in resmi kurumların internet sitelerinde tanıtımlarının sağlanmasına,
- 4-) Kanser taramalarında gayret gösteren personele önemli gün ve haftalarda teşekkür belgesi verilmesine,
- 5-) 2022 yılında Sağlık Çalışanlarına yönelik (Kadın Doğum Uzmanları, Patologlar, Genel Cerrahlar, Radyologlar, Aile Hekimleri ve Aile Sağlığı Elemanları) rahim ağzı, kolon, meme kanseri ve kanser taramaları konularını içeren ilimize ait bir sempozyum düzenlenmesine,
- 6-) Önemli gün ve haftalarda Kanser Danışma Komisyonuna katılan kamu kurumlarına bilgi notu gönderilerek konu ile ilgili irtibat için kurumlardan bir kişi belirlenip, bilgi notunun kurumların resmi web sitelerinde yayınlanmasının gerektiğine,
- 7-) KETEM birimlerimizin daha fazla vatandaşa kanser tarama hizmeti verebilmesi için Büyükşehir Belediyesi ve/veya ilçe Belediyeleri tarafından Ergene ve Çorlu ilçelerinden Çorlu KETEM e, Kapaklı, Çerkezköy, Saray ilçelerinden Saray KETEM'e, Süleymanpaşa KETEM'e Şarköy, Hayrabolu, Muratlı Süleymanpaşa belediyelerin ilçe Sağlık Müdürlükleriyle irtibata geçmesi sonucu haftanın bir günü olacak şekilde belirli plan dahilinde vatandaşların taşınması için belediye aracının sağlanmasına,
- 8-) Şehir planlamaları yapılırken hava geçişini sağlayacak şekilde şehir planlamasının yapılması.

TEKİRDAĞ İLİ 2021 YILI KANSER DANIŞMA KOMİSYONU KARARLARI

- 9-) Fiziksel aktivite kanseri önlemede önemli rol oynadığından yapılacak imar planlarında bisiklet ve yürüyüş yolları için gerekli alanların ayrılmasına;
- 10-) Kanseri önlemede çevre şartları önemli olduğundan, teneffüs edilen havanın kalitesinin artması için imar planlarında yeşil alanların, park ve bahçe sayılarının artırılmasına,
- 11-) Çevre Şehircilik ve İklim Değişikliği Müdürlüğü tarafından ilimizde bulunan çoğu fabrika bacalarına online denetim sistemi getirilmesine, hava kirliliğini önlemek adına özellikle sanayi bölgelerindeki gaz salınımı yapan fabrika bacalarına filtre takılmasının sağlanması ve gaz salınımının sürekli takibinin yapılmasına,
- 12-) Çevre Şehircilik ve İklim Değişikliği Müdürlüğü tarafından yerli kömürün kullanılması ile ilgili çevre kirliliğinin en aza indirmek amacıyla standardizasyon sağlanmasına ve doğalgaz geçişlerinin teşvik edilmesine,
- 13-) Çevre Şehircilik ve İklim Değişikliği Müdürlüğü tarafından özellikle Ergene ve diğer akarsulardaki kirliliklerin önlenmesi için bu akarsulara su salınımı yapan fabrikaların periyodik olarak denetlenmesine,
- 14-) Araçların egzoz gaz ölçümleri için rutin aralıklarla denetim yapılmasına,
- 15-) Tarım İl Müdürlüğü tarafından tarlalara atılan ilaçların kutularının çevreye rastgele atılmasını önlemek amacıyla gerekli tedbirlerin alınmasına,
- 16-) Milli Eğitim Müdürlüğü ile işbirliği yaparak beslenme ve hareketli yaşam konusunda öğrencilere eğitimler verilmesine,

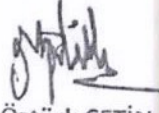

Asalet KARABULUT
Vali a.
Vali Yardımcısı
Başkan

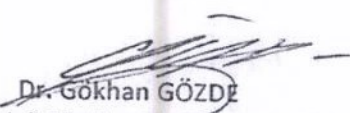
TEKİRDAĞ İLİ 2021 YILI KANSER DANIŞMA KOMİSYONU
KARARLARI


Dr. Hacı Bayram ZENGİN
Halk Sağlığı Başkanı

Dr. Hülya BECERİR
Halk Sağlığı Başkan Yardımcısı

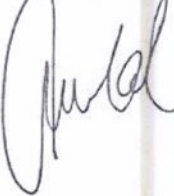
Doç. Dr. Abdülkadir SARI
Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi
Hastanesi Başhekim Yardımcısı


Öztürk ÇETİN
İl Millî Eğitim Müdürlüğü
Şb. Müdürü


Dr. Gökhan GÖZDE
Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi Sağlık
Hizmetleri Şube Müdürü

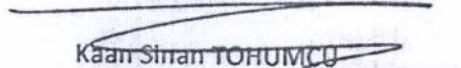
Dr. Ebru ÇELİK
Süleymanpaşa KETEM
Sorumlu Hekimi

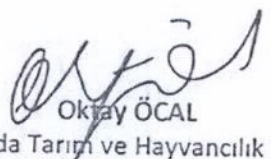
Dr. Kübra DUMAN ERŞEN
Saray KETEM Sorumlu Hekimi




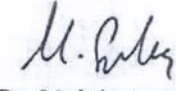
Uzm. Dr. S. Ender CUBUKÇU
Kamu Hastaneleri Hizmetleri Başkan
Yardımcısı

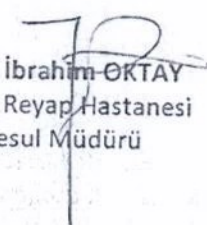
Prof. Dr. Sibel ÖZKAN GÜRDAL
Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi
Erken Tanı Ünitesi Sorumlusu


Kaan Siman TOHUMCU
İl Çevre, Şehircilik ve İklim
Değişikliği Müdürü


Oktay ÖCAL
İl Gıda Tarım ve Hayvancılık Müdürü


Dr. Ali KAFALI
Süleymanpaşa İlçe Sağlık Müdürü


Dr. Melekşen AKYOL
Çorlu KETEM Sorumlu Hekimi


Dr. İbrahim ÖRTAY
Özel Reyap Hastanesi
Mesul Müdürü