

ÖĞRENCİLERİN MEME KANSERİ RİSK FAKTÖRLERİ YÖNÜNDEN İNCELENMESİ

STUDENT RESEARCH WITH REGARDS TO RISK FACTORS OF BREAST CANCER

Leyla Eylül EZER*

Dr.Öğr.Üyesi Eda DOLGUN**

*Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi

** E.Ü. Hemşirelik Fakültesi Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği AD.

Bu çalışma, 12-15 Kasım 2015 tarihinde Muğla'da gerçekleştirilen 9. Ulusal Türk Cerrahi ve Ameliyathane Hemşireliği Kongresi'nde poster bildiri olarak sunulmuştur.

Geliş Tarihi/Received: 14.02.2018

Kabul Tarihi/ Accepted: 26.06.2018

ÖZ

Amaç: Öğrencilerin meme kanseri risk faktörleri yönünden incelenmesi amacıyla yapılan tanımlayıcı bir çalışmadır.

Gereç-Yöntem: Araştırma bir Üniversitenin Hemşirelik Fakültesinde yapıldı. Araştırmanın örneklemini çalışmaya katılmayı kabul eden 400 kadın öğrenci oluşturdu. Verilerin toplanmasında literatür incelenerek geliştirilen 22 sorudan oluşan soru formu kullanıldı. Soru formu öğrencilerin yaşları ve yaşam şekilleri göz önüne alınarak meme kanseri riskini sorgulamaya yönelik sorulardan oluşturuldu. Veriler SPSS 16.0 programı ile sayı, yüzde ve Ki-Kare (X^2) ile değerlendirildi.

Bulgular: Araştırma kapsamına alınan öğrenciler 18-26 yaş grubunda yer almaktadır. Öğrencilerin %74.5'inin beden kitle indeksinin 18.5-24.9 kg/m² arasında olduğu, %84.5'inin sigara kullanmadığı, %77.0'inin alkol kullanmadığı, %96.0'inin menarş yaşının 12 ve 12 yaşın üstünde olduğu, %94.8'inin hormonal kontraseptif kullanmadığı, %85.2'sinin radyasyona maruz kalmadığı, %91.8'inin ailesinde meme kanseri öyküsünün olmadığı, %97.8'inin daha önce memesiyle ilgili rahatsızlık geçirmediği, %71'inin düzenli spor yapmadığı, %83.2'sinin kırmızı eti haftada 1-2 kez tükettiği, %42.8'inin haftada 3 defadan fazla sebze tükettiği, %39.5'inin haftada 1-2 kez meyve tükettiği, %38.2'sinin haftada 1-2 kez hazır gıda tükettiği saptandı.

Sonuç: Çalışma kapsamına alınan öğrencilerin literatürde yer alan meme kanseri risk faktörlerinden bazılarını düşük oranda taşıdıkları saptandı.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci, hemşirelik, meme kanseri, risk faktörü

ABSTRACT

Objectives: *It is a descriptive research made by the students to make an analyzation with regards to the risk factors of breast cancer.*

Materials and Methods: *the research was made at University Faculty of Nursing. The sample of the research composed of 400 female students who agreed to participate in the research. A questionnaire form that consists of 22 questions which were developed by a literature review was used in collecting the data. The question form consisted of questions that aimed to examine the breast cancer risk by taking the ages and lifestyles of the students. The data was evaluated as numbers, percentages and chi square (χ^2) with SPSS 16.0 software.*

Results: *The students who were taken into the scope of the research were in the age group of 18-26. It was determined that the body mass index of 74.5% of them was in the range of 18.5-24.9 kg/m², 84.5% of them did not smoke, 77.0% of them did not consume alcohol, the menarche age of 96.0% of them was 12 and over 12, 94.8% of them did not use hormonal contraceptives, 85.2% of them had not been exposed to radiation, 91.8% of them did not have breast cancer history in their family, 97.8% of them had not had an illness regarding their breasts, 71% of them did not do sports regularly, 83.2% of them consumed red meat once to twice a week, 42.8% of them consumed vegetables more than 3 times a week, 39.5% of them consumed fruits once or twice a week, 38.2% of them consumed convenience food once or twice a week.*

Conclusion: *It is determined that the students that were in the scope of the research carry some of the risk factors of breast cancer at a low rate.*

Keywords: *Student, nursing, breast cancer, risk factor*

GİRİŞ

Kanser hücrelerin kontrolsüz olarak çoğalması ve yayılmasıyla ortaya çıkan bir hastalıktır (Kosova ve Arı 2008, World Health Organization 2018). Meme kanseri meme dokusundaki hücre ve yapıların bozularak kontrolsüz olarak çoğalmaya başlamasıyla ortaya çıkmaktadır (Somunoğlu 2007, Açıkgöz ve ark 2015). Amerika Birleşik Devletleri'nde 2014 yılında 236.968 kadın ve 2.141 erkeğe meme kanseri tanısı konulduğu ve 41.211 kadın ve 465 erkeğin meme kanserinden yaşamını kaybettiği belirtilmektedir (Centers for Disease Control and Prevention (CDC) - Hastalık Kontrol ve Korunma Merkezleri, 2018). Ülkemizde 2014 yılı verilerine göre kadınlarda meme kanseri, her 4 kadın kanserinden birisi olmaya devam etmektedir ve bir yıl içinde toplam 16.646 kadına meme kanseri tanısı konulmuştur (Türkiye Kanser İstatistikleri 2017). Meme kanserinin gelişiminde etkili olduğu düşünülen bazı risk faktörleri; cinsiyet, yaş, ırk, menarş yaşı, doğum yapma ve sayısı, ilk tam dönem hamilelik yaşı, menopoz yaşı, laktasyon, infertilite, aile öyküsü, bilinen veya şüphe edilen BRCA1/2, p53, PTEN veya meme kanseri riski ile ilişkili diğer gen mutasyonları, 30 yaşından önce toraks bölgesine radyoterapi, hormon replasman tedavisi, alkol kullanımı, kişisel meme kanseri öyküsü, meme biyopsi sayısı, atipik hiperplazi veya

lobuler karsinoma insitu, dens meme yapısı, beden kitle indeksi (BKİ) olarak belirtilmektedir (Güllüoğlu 2008, Açıkgöz ve Ergör 2013, Aker ve ark 2014). Kadınlarda kontrol altına alınabilecek risk faktörlerinin bilinmesi meme kanseri insidansı ve mortalitesini azaltmada etkili olabilir (Yılmaz ve ark 2010, Açıkgöz ve Ergör 2013, Yılmazel 2013, Diñçel ve ark 2014). Gençlerdeki durumun değerlendirilmesi ve farkındalıklarının sağlanması gerekli önlemlerin alınması açısından önem taşımaktadır. Bu araştırma, öğrencilerin meme kanseri risk faktörleri yönünden incelenmesi amacıyla yapıldı.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Bu araştırma kadın öğrencilerin meme kanseri risk faktörleri yönünden incelenmesi amacıyla tanımlayıcı olarak yapıldı.

Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Araştırma, 04.05.2015-30.05.2015 tarihleri arasında bir Üniversitenin Hemşirelik Fakültesinde yapıldı.

Araştırmanın Evreni

Araştırmanın evrenini Hemşirelik Fakültesinde okuyan kadın öğrenciler oluşturdu (N:1048).

Araştırmanın Örnekleme

Araştırmada örneklem seçimine gidilmemiştir. Araştırmanın örneklemini 04.05.2015-30.05.2015 tarihleri arasında Hemşirelik Fakültesinde okuyan çalışmaya katılmayı kabul eden, ulaşılabilen 400 kadın öğrenci oluşturdu.

Veri Toplama Yöntemi

Literatür incelemesi sonucu araştırmacılar tarafından geliştirilen soru formunda, sosyo demografik özelliklerle ilgili dört, meme kanseri risk faktörleri ile ilgili 18 olmak üzere toplam 22 soru yer almaktaydı. Soru formu öğrencilere gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra yüz yüze görüşme tekniğiyle dolduruldu ve yaklaşık 10 dakika sürdü.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin değerlendirilmesi bilgisayarda SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) for Windows 16.0 istatistik programı kullanarak yapıldı. Veriler sayı, yüzde ve Ki-Kare (χ^2) ile değerlendirildi.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmanın yapılabilmesi için Hemşirelik Fakültesi Dekanlığından yazılı izin alındı. Soru formu uygulanmadan önce öğrencilerden sözlü onay alındı.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırma kapsamına alınan öğrenciler 18-26 yaş aralığında yer almaktaydı. Öğrencilerin %73.8'inin gelirinin gidere denk olduğu, %49.2'sinin ilde yaşadığı

görüldü. Öğrencilerin beden kitle indeksine göre dağılımları Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1: Öğrencilerin Beden Kitle İndekslerine Göre Dağılımları

BKİ	Sayı (n)	Yüzde (%)
18,5 kg/m ² 'nin altında	51	12,8
18,5-24,9 kg/m ² arasında	298	74,5
25-29,9 kg/m ² arasında	37	9,2
30-34,9 kg/m ² arasında	11	2,8
35-39,9 kg/m ² arasında	1	0,2
40 kg/m ² üzerinde	2	0,5
Toplam	400	100

Öğrencilerin 18-26 yaş aralığında yer aldığı görüldü. Meme kanseri risk değerlendirme formunda 30 yaş altı grup düşük riskli olarak kategorilendirilmiştir (Eti Aslan ve Gürkan 2007). Literatürde yaş ilerledikçe meme kanseri riskinin arttığı belirtilmektedir (Somunoğlu 2007, Güllüoğlu 2008, Koçak ve ark 2011, Kaymakçı 2014, Dinçel ve ark. 2014, American Cancer Society 2018, National Cancer Institute 2017, National Institute for Health and Care Excellence (NICE) 2017). Öğrencilerin çoğunluğunun BKİ'nin normal sınırlarda olduğu görüldü. Çalışmalarda beden kitle indeksinin 30'un üstünde olması ile meme kanseri görülme sıklığı arasında ilişki olduğu belirtilmiştir (Sangrajang ve ark 2013, Namirian ve ark 2014).

Öğrencilerin %96,0'ının menarş yaşının 12 ve 12 yaşın üstünde olduğu görüldü. Öğrencilerin meme kanseri risk faktörlerine göre dağılımı Tablo 2'de görülmektedir.

Tablo 2: Öğrencilerin Risk Faktörlerine göre Dağılımı

Risk Faktörleri	Sayı (n)	Yüzde (%)
Sigara Kullanma Durumu		
Evet	62	15,5
Hayır	338	84,5
Alkol Kullanma Durumu		
Evet	92	23,0
Hayır	308	77,0
Hormonal Kontraseptif Kullanma Durumu		
Evet	21	5,2
Hayır	379	94,8

Radyasyona Maruz Kalma Durumu		
Evet	59	14,8
Hayır	341	85,2

Ailede Meme Kanseri Olma Durumu		
Evet	33	8,2
Hayır	367	91,8
Daha Önce Memeleri ile İlgili Hastalık Geçirme Durumu		
Evet	9	2,2
Hayır	391	97,8
Düzenli Spor Yapma Durumu		
Evet	116	29,0
Hayır	284	71,0
Toplam	400	100

Sigara kullanan öğrencilerin (n=62) %30.6'sının günde 1-5 adet arası, %40.4'ünün günde 5-10 adet arası, %11.3'ünün günde 10-15 adet arası, %17.7'sinin günde 1 paket sigara kullandıklarını belirttikleri görüldü. Alkol kullanan öğrencilerin (n=92) ise %95.7'sinin günde 2 kadehten az, %4.3'ünün ise günde 2 kadehten fazla alkol kullandığını belirttikleri görüldü. Hormonal kontraseptif kullanan öğrencilerin (n=21) %28.6'sının 1-6 ay, %33.3'ünün 1 yıl, %38.1'inin 2 yıl kullandığını belirttikleri görüldü. Radyasyona maruz kalan öğrencilerin (n=59) %8.5'inin radyasyona 10-14 yaş arasında, %37.3'ünün 14-20 yaş arasında, %54.2'sinin 20'li yaşlarda maruz kaldığı görüldü.

Farklı çalışma gruplarında sigara kullanım oranları da farklılık göstermektedir (Yılmaz ve ark 2010, Aker ve ark 2014). Araştırma kapsamına alınan sigara kullanan öğrencilerin oranı düşük bulundu ancak sigaranın sağlığa birçok yönden zararı vardır. Öğrencilerin hem kendi sağlıklarını korumaları hem de topluma örnek olacakları meslek grubunda bulunmalarından dolayı sigaranın sağlığa zararları ve sigarayı bırakmaya yönelik teşvik edici sürekli eğitimler olmalıdır. Günlük alınan alkol miktarı arttıkça riskin de arttığı belirtilmektedir (Yavuz ve Dolgun 2015). Araştırma kapsamındaki öğrencilerin çoğunun alkol kullanmadığı, kullananların ise az miktarda kullandığı belirlendi.

Meme kanseri riski, erken yaşta adet gören (<12 yaş) ve nispeten ileri bir yaşta menopoza giren (>55 yaş) kadınlarda daha yüksektir (Yavuz ve Dolgun 2015, American Cancer Society 2018). Çalışmadaki öğrencilerin çoğunun menarş yaşının 12'den büyük olduğu görüldü.

Literatürde memenin geliştiği dönemde radyasyona maruz kalmanın meme kanseri riskini artırdığı belirtilmektedir (Güllüoğlu 2008, Koçak ve ark 2011, Kaymakçı 2014, Yavuz ve Dolgun 2015, American Cancer Society 2018, National Cancer Institute 2017). Çalışmada öğrencilerin %14,8'inin radyasyona maruz kaldığı görüldü.

Ailesinde meme kanseri olan öğrencilerin (n=33) %12.1'inin birinci derece, %87.9'unun ikinci derece akrabasında meme kanseri olduğu görüldü. Birinci dereceden bir akrabasında meme kanseri olan kadınlarda ve memesi ile ilgili rahatsızlık geçirenlerde kanser riski daha yüksektir (Yavuz ve Dolgun 2015, Koçak ve ark 2011, National Cancer Institute 2015, Kaymakçı 2014, Somunoğlu 2007, American Cancer Society 2018). Ailesinde meme kanseri bulunan öğrencilerin %8,2 olduğu ve daha önce memesi ile ilgili rahatsızlık geçirenlerin %2,2 olduğu görüldü. Öğrencilerin ailesinde meme kanseri olma durumu ve memesi ile ilgili rahatsızlık geçirme durumları karşılaştırıldığında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunamadı ($\chi^2=0.828$, $p=0.363>0.05$).

Spor yapan öğrencilerin (n=116) %5.2'sinin haftada bir gün, %48.3'ünün 2-3 gün, %19.0'ının 4-5 gün, %27.6'sının her gün spor yaptığını belirttikleri görüldü. Çalışmada düzenli egzersiz yapanların oranı düşük bulundu. Bunun nedeni derslerin yoğun olması ya da spora önem verilmemesi olabilir. Öğrenciler birincil korunma yönünden bilinçlendirilmeli ve okulun spor kulüplerine yönlendirilmelidir. Literatürde düzenli yapılan egzersizin kadınlarda meme kanserine yakalanma riskini azalttığı belirtilmektedir (Bernstein 2005, Güllüoğlu 2008, Sangrajrang 2013, American Cancer Society 2018). Çocukluk çağından itibaren düzenli egzersiz yapılması alışkanlık haline getirilmeli ve yaş ilerledikçe de devam edilmelidir.

Öğrencilerin beslenmelerinde gıdaları tüketme sıklıklarına göre dağılımı Tablo 3'de görülmektedir.

Tablo 3. Öğrencilerin Gıdaları Tüketme Sıklıklarına Göre Dağılımları

Gıda	Kırmızı Et		Sebze		Meyve		Hazır Gıda	
	Sayı (n)	Yüzde (%)	Sayı (n)	Yüzde (%)	Sayı (n)	Yüzde (%)	Sayı (n)	Yüzde (%)
Her gün	6	1,5	105	26,2	95	23,8	131	32,8
Haftada 3den fazla	51	12,8	171	42,8	143	35,7	102	25,5
Haftada 1-2 kez	33	8,2	124	31,0	158	39,5	153	38,2
Hiç Tüketmiyorum	10	2,5	-	-	4	1,0	14	3,5
Toplam	400	100	400	100	400	100	400	100

Öğrencilerin %32.8'inin her gün hazır gıda tükettiklerini belirttikleri görüldü. Sağlıklı beslenme hastalıklardan korunma ve obezitenin önlenmesi açısından önemli olduğundan öğrenciler hazır gıda tüketimi yerine sağlıklı ev yemeklerini tercih etmeleri ve dengeli beslenmeleri konusunda bilinçlendirilmelidir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak; bu çalışma kapsamına alınan öğrencilerin literatürde yer alan meme kanseri risk faktörlerinden BKİ'nin 30'un üstünde olması, alkol ve sigara kullanma, hormonal kontraseptif kullanma, radyasyona maruz kalma, ailesinde meme kanseri olma, daha önce memesi ile ilgili hastalık geçirme ve 12 yaşından önce erken adet görmeye başlama durumunu düşük oranda taşıdıkları saptandı. Ancak öğrencilerin yaşlarının ilerlemesiyle risk faktörlerinin artabileceği unutulmamalıdır. Bu nedenle risk grubunda bulunan öğrencilerin değerlendirilmesi, tüm öğrencilerin meme kanserinden korunmaya yönelik bilinçlendirilmesi, risk faktörleriyle ilgili farkındalıklarının sağlanması ve kendi kendine meme muayenesi uygulamalarının önemi konusunda bilgilendirilmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Açıkgöz A, Ergör G. Kadınlarda Meme Kanseri Risk Algısını Etkileyen Etmenler ve Gail Modeli ile Risk Düzeyinin Karşılaştırılması. *J Breast Health* 2013; 9: 156-62. DOI: 10.5152/tjbh.2013.23
- Açıkgöz A, Çehreli R, Ellidokuz H. Hastanede Çalışan Kadınların Meme Kanseri Konusunda Erken Tanı Yöntemlerine Yönelik Bilgi ve Davranışlarının Belirlenmesi, Uygulanan Planlı Eğitimin Etkinliğinin İncelenmesi. *J Breast Health* 2015; 11: 31-38. DOI: 10.5152/tjbh.2014.2322
- Aker S, Öz H, Kaynar Tunçel E. Samsun İlinde Yaşayan Yirmi Yaş Üstü Kadınların Meme Kanseri Risk Faktörleri Açısından Değerlendirilmesi. *J Breast Health* 2014; 10: 229-233. DOI: 10.5152/tjbh.2014.2193
- American Cancer Society. Breast Cancer Risk and Prevention, <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/risk-and-prevention.html>, (Erişim Tarihi: 29.01.2018)
- Bernstein L, Patel AV, Ursin G & et al. Life time Recreational Exercise Activity and Breast Cancer Risk Among Black Women and White Women. *JNCI* 2005; 97: 1671-1679. DOI:10.1093/jnci/dji374.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Breast Cancer Statistics. <https://www.cdc.gov/cancer/breast/statistics/index.htm> (Erişim Tarihi: 10.05.2018).
- Diñel O, Başak F, Pektaş B ve ark. Eğitim Seviyesi Düşük Kadınların Meme Kanseri Bilgi Düzeyi ve Risk Hesaplaması. *Kartal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi* 2014; 25(3): 181-186. DOI: 10.5505/jkartaltr.2014.07269
- Eti Aslan F, Gürkan A. Kadınlarda Meme Kanseri Risk Düzeyi. *Meme Sağlığı Dergisi* 2007; 3: 63-68.
- Güllüoğlu BM. Meme Hastalıklarına Yaklaşım: "Meme kanseri için risk değerlendirmesi ve tarama stratejileri". *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi* 2008; 12: 9-17.
- Kaymakçı Ş. Meme Hastalıkları. Karadakovan A, Eti Aslan F, Editör. Dahili ve Cerrahi Hastalıklarda Bakım. Geliştirilmiş 3. Baskı. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi; 2014. 917-945.
- Koçak S, Çelik L, Özbaşı S ve ark. Meme Kanseri Risk Faktörleri, Riskin Değerlendirilmesi ve Prevansiyon: İstanbul 2010 Konsensus Raporu. *Meme Sağlığı Dergisi* 2011; 7(2): 47-67.
- Kosova F, Arı Z. Adipositokinler ve Meme Kanseri. *F.Ü.Sağ.Bil.Tıp.Derg* 2008; 22: 377-384.
- Namiranian N, Moradi-Lakeh M, Razavi-Ratki SK & et al. Risk Factors of Breast Cancer in the Eastern Mediterranean Region: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Asian Pac J Cancer Prev* 2014; 15 (21): 9535-9541.

- National Cancer Institute. Breast Cancer Prevention (PDQ®)–Patient Version; 18.08.2017
<https://www.cancer.gov/types/breast/patient/breast-prevention-pdq#section/all> (Erişim Tarihi: 29.01.2018)
- National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Familial breast cancer: classification, care and managing breast cancer and related risks in people with a family history of breast cancer. 2017; <https://www.nice.org.uk/guidance/cg164/ifp/chapter/About-this-information> (Erişim Tarihi: 29.01.2018)
- Sangrajrang S, Chaiwerawattana A, Ploysawang P & et al. Obesity, Dietand Physical Inactivity and Risk of Breast Cancer in Thai Women. *Asian Pac J Cancer Prev* 2013; 14: 7023-7027. DOI:<http://dx.doi.org/10.7314/APJCP.2013.14.11.7023>
- Somunoğlu S. Meme Kanserinde Risk Faktörleri. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi* 2007; 2: 2-12.
- Türkiye Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. Türkiye Kanseri İstatistikleri. <http://www.kanser.saglik.gov.tr/> , 2017 (Erişim Tarihi: 10.05.2018).
- Yavuz M, Dolgun E. Meme Kanserinde Risk Faktörleri ve Korunma. *Türkiye Klinikleri J Surg Nurs-Special Topics* 2015; 1: 1-6.
- World Health Organization. Cancer, <http://www.who.int/topics/cancer/en/> (Erişim Tarihi: 06.01.2015)
- Yılmaz M, Seki Z, Gürler H ve ark. Bir Üniversitede Çalışan Kadınların Meme Kanseri Risk Faktörleri Yönünden İncelenmesi. *DEUHFED* 2010; 3: 65-71.
- Yılmazel G. Çorum İli Kırsalında Yaşayan 20 Yaş ve Üzerindeki Kadınların Kendi Kendine Meme Muayenesi Yapma Durumları ve Meme Kanseri Risk Faktörlerinin Belirlenmesi. *J Breast Health* 2013; 9: 82-87. DOI: 10.5152/tjbh.2013.09.